

Häufige Fragen: Was Angehörige wissen wollen...

Wann muss ich von einer psychischen Erkrankung ausgehen?

Ob eine psychische Erkrankung vorliegt oder nicht, kann letztlich nur ein Facharzt klar bestimmen.

Wenn Sie sich allerdings die Frage stellen, ob eine Person erkrankt ist oder nicht, sollten Sie sich ärztlichen Rat holen. Schon die Frage ist ein erstes Indiz.

Auch ein wichtiges Indiz ist das Leiden unter der Veränderung der Persönlichkeit.

Wie lange dauert die Krankheit?

Die Dauer einer psychischen Erkrankung kann nicht sicher vorausgesagt werden. So unterschiedlich wie die einzelnen Krankheitsbilder sind, so unterschiedlich sind die Krankheitsverläufe. Es gibt einmalige Schübe, immer wiederkehrende Erkrankungen und chronische Verlaufsformen. Ein Facharzt kann eine genauere Diagnose stellen, sichere Prognosen wird es aber kaum je geben können.

Wo gibt es weitere Hilfen für den Erkrankten?

Der Sozialpsychiatrische Dienst des Gesundheitsamtes bietet Betroffenen und Angehörigen eine (Erst-) Beratung an, ohne dass befürchtet werden muss, dass man damit aktenkundig wird. Er macht auch Hausbesuche, um die Situation vor Ort abzuklären.

Die Sozialpsychiatrischen Zentren (SPZ) in den Stadtteilen unterhalten Kontakt- und Beratungsstellen.

Was kann ich tun, damit es dem Kranken besser geht?

Das hängt von der jeweiligen Erkrankung ab. Dabei kann es hilfreich sein, wenn Sie sich über die Art der Erkrankung informieren und darüber, wie der Erkrankte seine Umgebung und andere Menschen wahrnimmt.

Wichtig ist, dass Sie lernen, gut für sich zu sorgen und sich abzugrenzen. Denken Sie daran, dass durch ein zu großes Mitleiden Ihre Kräfte aufgezehrt werden, oft genug, ohne dass dem Erkrankten daraus ein wirklicher Nutzen erwächst.

Weitere Hilfe zu diesen Fragen erhalten Sie in unseren Gesprächskreisen.

Wie soll ich mich bei Gewalt verhalten?

In der konkreten Situation steht zunächst Ihr eigener Schutz im Vordergrund. Weichen Sie aus (verlassen Sie die Wohnung) und holen Sie Hilfe (notfalls rufen Sie die Polizei). Versuchen Sie nicht, den Erkrankten selbst zu bändigen. Die Gefahren für Sie sind nicht beherrschbar. Auch Schläge heroisch auszuhalten, ist nicht angezeigt.

Gewalt ist immer Ausdruck dafür, dass auch für den Erkrankten selbst die Situation krisenhaft verläuft und unbeherrschbar wird. Jetzt muss eine Krisenintervention durch geschulte Kräfte stattfinden. Diese Hilfe in Anspruch zu nehmen, ist kein Verrat an dem Erkrankten, sondern der erste Schritt hin zu einer Behandlung und damit eine Chance, eine Besserung herbeizuführen.

Soll ich die Medikamente geben?

Zwar ist es Teil des Behandlungsplanes des Arztes, dass der Erkrankte die verschriebenen Medikamente auch einnimmt.

Aber es ist davor zu warnen, sich zum Krankenwärtler des Erkrankten zu machen und massiv auf der Einnahme der Medikamente zu bestehen. Diese Rolle ist für Sie undankbar und für den (erwachsenen) Erkrankten auch nicht unproblematisch. Der Arzt hat dem Erkrankten schließlich zugetraut, die Einnahme des verschriebenen Medikaments selbst zu organisieren. Das bedeutet nicht, dass man überhaupt nichts sagen sollte, wenn man wahrnimmt, dass die Einnahme der Medikamente vergessen wird. Es sollte aber ein Hinweis sein und nicht mehr.

Oftmals meint der Erkrankte, wenn es ihm besser geht, er könnte jetzt das Medikament weglassen, denn es hat ja auch Nebenwirkungen. Hier können Sie auch nur darum bitten, dass er die Möglichkeiten, diesen verständlichen Wunsch zu verwirklichen, mit dem behandelnden Arzt bespricht. Ein abruptes Absetzen der Medikamente ist erfahrungsgemäß riskant.

Auch in dieser Frage erhalten Sie Unterstützung und Hilfe in unseren Gesprächskreisen.

Muss sich immer alles um den Kranken drehen?

Nein, im Gegenteil. Jedes Familienmitglied hat Anspruch auf Beachtung seiner Bedürfnisse. Sie brauchen in Ihrem Alltag auch ein wenig Normalität, Freiräume und Entspannung, sonst sind Sie in Gefahr, in einen Dauerstress zu geraten, der in Ihrer eigenen Erkrankung endet. Das nützt dann weder dem Erkrankten noch Ihnen. Grenzen Sie sich ab, schützen Sie sich selbst vor Überforderung, lassen Sie nicht zu, dass Sie über Ihrer Fürsorge selbst krank werden.