

Der Feind in meinem Kopf

Menschen mit Schizophrenie leben in ihrer eigenen Realität – warum?

Von Nadine A. Brügger

Wenn Thomas lange genug darüber nachdenkt, kommt ihm manchmal der Gedanke, dass er den Syrienkonflikt lösen könnte. Wenn er nur fest an ein Ende der Auseinandersetzungen denkt. Klingt naiv? Oder nach massloser Selbstüberschätzung? Ist tatsächlich aber Folge einer schizophrenen Psychose.

«Das Verschwimmen der Aussen- grenzen – wann endet das Ich, wo beginnt die Umwelt – ist typisch für Menschen mit einer schizophrenen Erkrankung», erklärt Matthias Jäger, Leiter des Zentrums für Akute Psychiatrische Erkrankungen an der Psychiatrischen Universitätsklinik in Zürich. Auch typisch ist, dass Menschen mit Schizophrenie Stimmen hören, obwohl niemand spricht. Oder Dinge sehen, die nicht existieren. Doch für Betroffene sind diese Halluzinationen real. Die Stimmen in ihrem Kopf nehmen sie oft als fremd wahr, als von aussen kommend. Das kennt auch Joel. Die Stimme in seinem Kopf flucht in einem fort. Ruft laut seinen Namen, motzt über Ausländer oder über die Schweizer Wirtschaft. Woher kommt diese Stimme?

Sprachareal und Höreareal aktiv

Thomas Dierks, Direktor Lehre und Forschung bei den Universitären Psychiatrischen Diensten Bern erklärt zwei Entdeckungen, die die Stimme im Kopf erklären können. «Experimente haben ergeben, dass das Höreareal bei Patienten, die Stimmen hören, sowohl dann aktiv ist, wenn tatsächlich jemand mit ihnen spricht, als auch dann, wenn nur sie die Stimme hören – sie also halluzinieren.» Wurde dieses Areal mittels Magnetstimulation für einen Moment ausser Gefecht gesetzt, verstummte auch die Stimme. «Damit kann belegt werden, dass die meisten Stimmenhörer die krankhafte Stimme auf dem gleichen Weg wahrnehmen wie die realen Stimmen.»



Thomas Dierks.



Matthias Jäger.

Aber wo entsteht die Stimme? In unserem Gehirn sind verschiedene Areale für unterschiedliche Funktionen zuständig. Wir haben ein Sprachareal, das Worte zuordnet, Sätze bildet und so Gefühle und Wahrnehmungen entweder als Gedanken formuliert oder tatsächlich ausspricht. Wenn dieses Areal aktiv ist, ist ein anderes automatisch inaktiv: Das Höreareal. Es wird erst eingeschaltet, wenn Töne von aussen zu uns dringen. So unterscheidet das Hirn automatisch, was eigene Gedanken und Worte sind (nur das Sprachareal ist aktiv) und was von aussen kommt (nur das Höreareal ist aktiv). «Doch während einer Halluzination sind bei Betroffenen beide Areale aktiv.



Halluzination oder Wirklichkeit? Bei Schizophrenie verschwimmt die Grenze zwischen Realität und Wahrn. Foto gesundtheute

Im Sprachareal werden also Worte und Sätze gebildet. Das Höreareal, statt dass es ausgeschaltet ist, hört diese Gedanken, als kämen sie von aussen», erklärt Dierks.

Allerdings leidet nicht jeder, der Stimmen hört, automatisch an einer Schizophrenie. «Auch beispielsweise bei der Borderline-Störung, bei einer Posttraumatischen Belastungsstörung oder einer Demenz können solche Stimmen im Kopf entstehen», zählt Dierks auf. «Und auch ganz gesunde Menschen hören manchmal Stimmen. Bei uns melden sich vorwiegend Menschen, die durch Halluzination einen Leidensdruck erfahren, das heisst, wenn die Stimmen ihr oder ihm Angst machen.» Wenn sie den Betroffenen beschimpfen, wie bei Joel. Oder wenn sie ihn zu Handlungen zu zwingen versuchen, die er nicht ausführen will; Selbstverletzung, beispielsweise.

Die Sprunghaftigkeit des Geistes

Analog verhält es sich auch mit visuellen Halluzinationen. Medikamente können helfen, die Aktivität der Hirnareale besser zu steuern. «Allerdings haben sie teilweise Nebenwirkungen, sodass die Patienten nicht bereit sind, sie lange genug einzunehmen», sagt Psychiater Jäger. Oft treten Müdigkeit und Energielosigkeit auf. Sie sind manchmal schwer von den sogenannten Negativsymptomen einer Schizophrenie zu unterscheiden. «Wir sprechen von Negativsymptomen, wenn Patienten antriebslos, emotionsarm oder sozial zurückgezogen sind», sagt Jäger.

Dann also, wenn im Vergleich mit gesundem Verhalten etwas fehlt. Manche Betroffene verlieren auch die Fähigkeit, eigenständig den Lebensalltag zu bewältigen. Wäsche waschen, Post

holen, Nahrungsmittel einkaufen oder Miete bezahlen – manches geht einfach vergessen. «Zur Unterstützung der Betroffenen mit sehr schweren Einschränkungen gibt es beispielsweise die psychosoziale Spitex oder betreute Wohnrichtungen», sagt Jäger.

Wenn Dinge dazukommen, die normalerweise nicht da sind – Stimmenhören oder Verfolgungswahn –, spricht man von Positivsymptomen. «Psychotisches Erleben geht oft mit Angst einher. Angst, verfolgt und bedroht zu werden.» Das kennt Thomas nur zu gut. Seit 20 Jahren lebt er mit seiner Diagnose. Erst seit Kurzem hat er das Gefühl,

dass ihm wirklich geholfen werden kann. «Ich habe jahrelang in einer kleinen Wohnung gelebt, getraute mich nicht mehr aus dem Haus, war völlig hilflos.» Die Medikamente geben ihm jetzt einen Boden, «sie vernebeln aber auch dieses Allwissen, diese Sprunghaftigkeit des Geistes.

Manchmal tut mir das leid», sinniert er. Aber nur manchmal. Denn befindet sich Thomas in einer psychotischen Phase, hat er nicht nur das Gefühl, mit seinen Gedanken und Handlungen seine Umwelt stark beeinflussen zu können. In psychotischen Phasen verschwimmt auch die Grenze von aussen

nach innen. «Da sehe ich zum Beispiel eine Frau, die schaut mich an, mit so einem Blick, und plötzlich frage ich mich: Denke ich das, was ich jetzt gerade denke, nur wegen ihr? Hat ihr Blick mir diese Gedanken in den Kopf gepflanzt?» Die Blicke sind schlimmer für Thomas, auch jetzt, «wo ich gerade so gesund bin».

Mit der Krankheit leben lernen

Doch «gesund», gibt es das überhaupt, wenn jemand die Diagnose Schizophrenie bekommen hat? «Je früher eine Schizophrenie erkannt wird, desto erfolgreicher und nachhaltiger können wir sie behandeln. Manchmal bleibt es tatsächlich bei einer oder wenigen psychotischen Phasen. In anderen Fällen bedeutet «gesund» nicht unbedingt, dass alle Symptome der Krankheit weg sind, sondern dass die Betroffenen gelernt haben, damit umzugehen und so trotz der Erkrankung ein zufriedenes Leben führen können», erklärt Jäger.

Nach Zwangsmassnahmen, in denen die Polizei Thomas abholte und in die Klinik brachte – immer und immer wieder –, hat auch er nun einen Weg gefunden, mit seiner Krankheit zu leben: «Ich habe mir selber sehr viel Wissen darüber angeeignet. Ich muss verstehen, was passiert. Das analysiere ich tiefenpsychologisch. Dazu habe ich nach 20 Jahren endlich eine wunderbare Therapeutin gefunden.»

Schizophrenie ist teilweise genetisch bedingt, das heisst, sie kommt familiär gehäuft vor. Es braucht allerdings weitere Faktoren, die dazu führen, dass die Krankheit auch wirklich ausbricht: «Schwerwiegende Lebensereignisse, chronischer Stress, aber auch Cannabis-Konsum können eine Psychose auslösen», sagt Jäger.

Bei «Gesundheit heute» (diesen Samstag, 23. September, um 18.10 Uhr, SRF1) erzählen Joel und Thomas ihre ganze Geschichte.

Nadine A. Brügger ist Redaktorin bei «Gesundheit heute», der Gesundheitsendung am Schweizer Fernsehen.

Eisbäder, Stromschläge und Schädel-Löcher als Therapieformen

Menschen, die Stimmen hören und Dinge sehen, die nur in ihrer eigenen Realität existieren, gibt es wahrscheinlich, seit Menschen ein eigenes Bewusstsein entwickelt haben. «Vermutlich verfügten die Menschen lange Zeit eher über ein kollektives, denn ein eigenes Bewusstsein. Gedanken und Entscheidungen, die wir als freien Willen einordnen, betrachteten sie als Eingebungen der Götter», erklärt Thomas Dierks, Direktor der Lehre und Forschung der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern. Sobald diese Abgrenzung von eigenem Bewusstsein und Umwelt aber stattgefunden hatte, wurde das Verschwimmen dieser Grenze als «anders» wahrgenommen – je nach Fall und Zeitalter als «göttliche Eingebung» oder «Teufelswerk».

«Erst als eine Medikalisationierung von Halluzinationen und Paranoia stattfand, wurden Betroffene langsam als Patienten gesehen und weder bewundert, noch verfolgt», erklärt Thomas Dierks.

1908 benennt der Zürcher Psychiater und Direktor der Klinik Burghölzli Eugen Bleuler die Krankheit erstmals so, wie wir das heute tun: Schizophrenie. Um die Stigmatisierung, die mit der Bezeichnung «Schizophrenie» schon damals einhergeht, zu umgehen, wird darum oft von Morbus Bleuler, der Bleulerschen Krankheit gesprochen.

Plötzlich sind die Patienten ruhig

Noch gibt es aber keine Medikamente. Therapiert wird mit Eisbädern, Elektroschocks und wenig Erfolg. Bis aus Portugal die Meldung eines revolutionären psycho-chirurgischen Eingriffs kommt: Durch Löcher in der Schädeldecke und später durch Eindringen am Augapfel vorbei werden Nervenfasern im Frontallhirn durchtrennt. Was bisher Wahrnehmung mit Gefühlen verknüpfte, wird bei der sogenannten Lobotomie zerstört. Plötzlich sind schreiende und um sich schlagende Patienten ruhig. Dafür beginnen sie zu stottern, werden

inkontinent oder bezahlen diese unpräzise und äusserst zerstörerische Operation gar mit dem Leben. Die Schwester des ehemaligen US-Präsidenten John F. Kennedy ist ein prominentes Beispiel für eine schlecht verlaufene Lobotomie: Sie brachte ihr Leben nach der Operation in ständiger Pflege. Derweilen erzielt Bleuler in Zürich mit persönlicher Zuwendung und der Verbesserung allgemeinkörperlicher Zustände bei mehr als der Hälfte seiner Patienten eine derartige Verbesserung, dass sie wieder fähig sind, ihren Alltag alleine zu meistern.

Und dann kommen sie: Die ersten Psychopharmaka. Sie verändern den Informationsfluss im Gehirn, krankhafte Wahrnehmungen und Gefühle werden reguliert, Alltag und Leben wieder möglich. Die Therapie einer Schizophrenie bedeutet noch immer viel Arbeit für Betroffene und auch für ihr Umfeld. Aber auf die Arbeit folgen immer mehr Erfolge. tab

ANZEIGE

gesundtheute
wohldosiert informiert

Eine Sendung der Basler Zeitung



Leben mit Schizophrenie

Mit Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen: Universitätsklinik Balgrist, Interpharma, TopPharm AG, Vista Klinik, Viollier AG.

Halluzinationen haben, Dinge sehen oder Stimmen hören, die andere nicht wahrnehmen – das ist typisch für Schizophrenie. Schizophrenie ist eine psychische Krankheit, die sich ganz unterschiedlich zeigt. Es handelt sich um eine Bewusstseinspaltung, bei der meistens die Wahrnehmung weit weg von der Realität liegt. Die Krankheit ist eine Leidensgeschichte für die Betroffenen, aber auch für deren Umfeld. Dr. Jeanne Fürst spricht mit dem Unternehmer Guido Fluri, der Schizophrenie seit frühester Kindheit bei seiner Mutter erbt und sich nun mit einer eigenen Stiftung für die Aufklärung von Schizophrenie, aber auch für die Unterstützung Betroffener einsetzt.

Gesundheit heute:
Samstag, 23. September 2017, 18.10 Uhr, auf SRF1
Zweitausstrahlung auf SRF1:
Sonntag, 24. September 2017, 9.30 Uhr
Mehrere Wiederholungen auf SRFinfo

Weitere Informationen auf www.gesundheit-heute.ch