



„Ich habe damals Höllenqualen erlitten, die sich kein Außenstehender vorstellen kann“ – für Helmut Schäfer war der Moment, als seine Verrentung genehmigt wurde, eine „ungeheure Erleichterung.“ Danach ging es bergauf.
Foto: Stephan Rumpf

Die Spirale der Angst

Wie Zahnarzt Helmut Schäfer müssen immer mehr Menschen wegen schwerer Depressionen ihre Arbeit aufgeben

Von Andreas Spengler

München – Es ist medizinische Routine, ein kurzer Stich in den Kiefer. Seit 25 Jahren hat Zahnarzt Helmut Schäfer (Name geändert) unzählige Patienten gespritzt. Doch heute zittert seine Hand. Langsam überkommt ihn die Angst; die Angst vor der Arbeit in der Praxis. „Das war wie eine Spirale, zuerst fühlte ich mich etwas unwohl, dann wurde es immer schlimmer“, erzählt Helmut Schäfer. Zehn Jahre ist es her, dass er mit zitternder Hand vor seinen Patienten stand. Die Gedanken von damals jagen ihm noch heute durch den Kopf. Heute lebt der promovierte Zahnarzt im Ruhestand, seine Praxis hat er verkauft. 2008 stellten ihm Psychologen mehrere Gutachten aus. Das Ergebnis: Berufsunfähigkeit wegen schwerer Depression. Schäfer wurde mit 60 Jahren frühverrentet.

Sein Schicksal steht für eine Entwicklung, die alarmierend ist: Immer mehr Menschen in Deutschland gehen wegen psychischer Probleme in Frührente. Wie die Techniker Krankenkasse bekannt gibt, waren es in der Stadt München 2010 um ein Viertel mehr als 2005, im Landkreis hat die Zahl der Betroffenen sogar um mehr als die Hälfte zugenommen.

Rita Wüst vom Verein Münchner Bündnis gegen Depressionen ist beunruhigt über die Zahlen: „Ich sehe ein Problem, von dem wir nicht abschätzen können, wie groß es wird.“ Nach einer Prognose der Weltgesundheitsorganisation werden Depressionen in 20 Jahren die häufigste

Krankheit in den Industrienationen sein. Für diese Entwicklung gebe es mehrere Erklärungen: „In allen Lebensbereichen erfahren wir einen enormen Fortschritt aber auch eine Beschleunigung, der viele nicht mehr standhalten können“, sagt Wüst.

Der Fall Helmut Schäfer zeige, dass Depressionen jeden treffen können. Schäfer selbst kann sich nicht erklären, woher die Erkrankung kam. „Ich war immer ein fröhlicher Mensch, und verdiente

„Nie hätte ich gedacht, dass ich depressiv werden würde.“

früher sehr gut. Ich habe Freude, mit denen ich über alles sprechen kann und zweimal im Leben die große Liebe gefunden“, erzählt er. „Nie hätte ich gedacht, dass ich depressiv werden würde.“ Die Angst brach plötzlich über ihn herein, ein Gewitter der Gefühle: 2001 starb Schäfers bester Freund, kurz darauf musste seine Arzthelferin aufhören. „Ich saß in der U-Bahn, und von einer Sekunde auf die andere wusste ich: Ich schaff‘ das alles nicht mehr.“ Zudem standen dunkle Vorzeichen über seiner Familie: Auch Schäfers Vater war zwanzig Jahre lang depressiv gewesen. Die Wahrscheinlichkeit, an einer Depression zu erkranken, ist genetisch vererbbar.

Ein Psychiater verordnete ihm Medikamente. Damit wurden nur die Folgen der

Depression gelindert, nicht ihre Ursachen. Erst ein Aufenthalt in der Charité in Berlin lehrte Schäfer mit seinen Depressionen umzugehen, und dagegen anzukämpfen. Mit Erfolg: Schäfer dachte, er sei geheilt. Die Depression aber schlummerte in ihm, drei Jahre lang, dann brach sie wieder aus. Nach einer Lungenentzündung und einer schweren Angina kamen die Ängste zurück, schlimmer noch als beim ersten Mal.

„Ich habe damals Höllenqualen erlitten, die sich kein Außenstehender vorstellen kann“, sagt Schäfer. Am Tag, der beinahe sein letzter geworden wäre, saß er auf dem Bett. In seinem Nachtkasten lagen die Medikamente, die seinem qualvollen Leben ein Ende hätten setzen können. „Was würdest du tun, wenn es dir richtig schlecht ginge?“, fragte er seinen Sohn, der plötzlich im Zimmer stand. „Ach Papa, ich würde ‘ne Nacht drüber schlafen, dann sieht die Welt gleich ganz anders aus“, antwortete er.

Die Medikamente blieben unangetastet. Und Schäfers Welt sah bald anders aus: Er fand nach langer Suche einen Käufer für seine Praxis. Damit begann ein neuer Spießbrutenlauf: Neun Gutachten benötigte Schäfer, bis das Versorgungswerk die Frühverrentung anerkannte. Seit Jahren ist die Verlässlichkeit der psychologischen Gutachten in der Diskussion. 2007 zeigte eine Studie von Andreas Broocks, Professor aus Schwerin, und Julian Dickmann, Psychiater aus Oldenburg, dass die Gutachten sehr unterschiedlich und subjektiv aus-

fallen können. Häufig fehlen Zeit und Geld, das Gutachten werde nicht selten zum Glücksspiel.

Für Helmut Schäfer war der Moment, als seine Verrentung genehmigt wurde, eine „ungeheure Erleichterung. Danach ging es bergauf“, sagt er heute, drei Jahre später. Er muss noch immer Medikamente nehmen, doch er hat seinem Leben einen neuen Sinn gegeben: Ehrenamtlich engagiert er sich bei der Münchner Tafel und im Bündnis gegen Depression. Das

Zehn Jahre ist es her, dass er mit zitternder Hand vor seinen Patienten stand.

Engagement für andere sei wie eine Medizin für ihn. Doch Helmut Schäfer wünscht sich, dass die Gesellschaft Menschen mit Depressionen nicht mehr stigmatisiert. „Viele Menschen zeigen Betroffenen zwar ihr Mitleid, aber denken sich: Irgendwie hat er doch ‘ne Macke.“

Dabei sollte die Gesellschaft das Thema sehr ernst nehmen: Allein durch Depressionen und Angststörungen entsteht für die Volkswirtschaft jährlich ein Ausfall von rund 15 Milliarden Euro, so die Bundesanstalt für Arbeitsschutz. Die seelischen Schäden sind nicht bezifferbar.

Kontakt zum „Bündnis gegen Depression“ finden Betroffene beispielsweise auf der Homepage www.buendnis-depression.de.