



Tages-Anzeiger  
8021 Zürich  
044/ 248 44 11  
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 188'602  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 953.8  
Abo-Nr.: 953008  
Seite: 38  
Fläche: 36'456 mm<sup>2</sup>

# «Der Elefant im Wohnzimmer, über den niemand spricht»

Ein Ratgeber von Thomas Ihde-Scholl für psychisch kranke Menschen und ihre Angehörigen bringt Licht in ein Thema, das noch immer Angst und Scham auslöst.

**Von Daniela Kuhn**

Ein Ratgeber für psychische Erkrankungen, dessen Format und Gewicht an einen Dumont-Kunstführer erinnert – braucht jemand ein solch umfassendes Buch? Im ersten Moment mögen Zweifel aufkommen. Doch in der Schweiz leidet jede dritte Person im Laufe ihres Lebens an einer leichten oder schweren psychischen Erkrankung. Und das eben im Beobachter-Verlag erschienene Kompendium hat spezifische Qualitäten.

Bemerkenswert ist nur schon der Ansatz, Betroffene und Angehörige gleichermaßen anzusprechen. Das macht Sinn, zumal eine psychisch erkrankte Person unweigerlich auch ihr Umfeld mehr oder weniger stark in Mitleidenschaft zieht. So beginnen die 14 Beiträge zu verschiedenen Krankheitsbildern jeweils mit zwei kurzen Schilderungen aus beiden Perspektiven. Ihnen folgen Informationen über den heutigen Wissensstand der Erkrankung und mögliche Behandlungsformen. Am Ende jedes Kapitels finden sich Tipps und weiterführende Literatur sowie die diagnostischen Leitlinien des Klassifikationssystems der Weltgesundheitsorganisation (WHO).

## Einstieg in unbekanntes Thema

Der Rahmen der einzelnen Themen ist somit abgesteckt, was durchaus seine Vorteile hat. Vor allem im Internet, wo Betroffene und Angehörige mit einer Flut an Informationen konfrontiert werden, die schwierig einzuordnen ist. Das

Buch ist somit eine gute Einstiegsmöglichkeit in ein komplexes Gebiet. In ein Thema, das vielen Menschen unbekannt ist und entsprechend Angst macht, auch oder gerade wenn es sie direkt oder indirekt betrifft. Nicht zuletzt aus dieser Unkenntnis werden psychisch kranke Menschen noch immer stigmatisiert,

insbesondere solche, die an Schizophrenie, an einer manisch-depressiven Erkrankung oder am Borderlinesyndrom leiden.

Thomas Ihde spricht das Phänomen der Scham an: Psychische Krankheiten seien «der Elefant im Wohnzimmer, über den niemand spricht». Ihde ist Chefarzt der Psychiatrischen Dienste Interlaken und Stiftungsrat von Pro Mente Sana. Die Stiftung setzt sich seit 1978 für die Interessen von psychisch kranken Menschen ein, sie wirkte auch an diesem Ratgeber mit, was spürbar ist. Denn die wohl grösste Qualität dieser Tour d'Horizon durch psychiatrische Diagnosen ist ein nüchterner, kompetenter und zugleich empathischer Ton. Anders als in



**Thomas Ihde-Scholl**

Der Chefarzt der Psychiatrischen Dienste Interlaken ist Lehrbeauftragter der Universität Zürich.

Lehrbüchern, in denen heute ausschliesslich der Begriff «Störung» verwendet wird, spricht Ihde konsequent von «Krankheit». Zum Glück, denn dieses Wort, das jeder aus Erfahrung kennt, impliziert, dass ein Mensch leidet und Hilfe benötigt. Eine «Störung» hingegen, so lässt sich vermuten, kann mit dem passenden Medikament problemlos behoben werden.

## Überschätzte Genetik

Wohlverstanden: Dass Medikamente oft nötig und auch wirksam sind, verschweigt Ihde keineswegs. Er geht relativ ausführlich auf die Möglichkeiten und Grenzen der medikamentösen Be-

handlungen ein und betont dabei, wie individuell sie wirken. Er erwähnt aber auch das Problem der Nebenwirkungen und die unselbige Tatsache, dass Psychopharmaka von einer profitorientierten Industrie entwickelt werden, die negative Daten mitunter vertuscht.

Quer zur aktuellen medizinischen Forschung stellt sich der Autor auch mit der Bemerkung, der Einfluss von genetischen Faktoren werde bezüglich des Risikos, psychisch zu erkranken, meist überschätzt: «In den letzten 20 Jahren wurde in diesem Gebiet enorm viel geforscht und publiziert, bahnbrechende Resultate blieben aber aus.» Tatsache sei: Es gibt sehr wenige Krankheiten, die durch ein einziges Gen ausgelöst werden; das gilt sowohl für körperliche wie auch für psychische Erkrankungen. Das

sei ein erleichterndes Fazit, schreibt Ihde: «Vor allem für Eltern, die psychisch erkrankt sind und sich um die Zukunft ihrer Kinder sorgen.» Hier schreibt ein Arzt, dessen Interesse den betroffenen Menschen gilt. Ein Praktiker, der täglich mit ihnen zu tun hat, ein Allrounder auf seinem Gebiet, der das ganze Bild sieht – zu dem auch Missstände gehören. Etwa wenn es um die Renten von chronisch Kranken geht: Sie leiden unter starken Schmerzen und sind bis zu 100 Prozent krankgeschrieben, auch wenn keine körperlichen Gründe vorhanden sind oder der Schmerz sich von der ursprünglichen Ursache verselbstständigt hat. Das Bundesgericht bezeichnete solche Fälle als «medizin-theoretisch überwindbar», die Betroffenen erhalten daher keine Rente.

«Psychische Gesundheit ist ein wertvolles Gut» heisst es auf dem Buchrücken. Das Nachschlagewerk gehöre deshalb «in jeden Haushalt». Man mag dieser Eigenwerbung nicht widerspre-

Datum: 29.11.2013

# Tages-Anzeiger



Tages-Anzeiger  
8021 Zürich  
044/ 248 44 11  
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 188'602  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 953.8  
Abo-Nr.: 953008  
Seite: 38  
Fläche: 36'456 mm<sup>2</sup>

chen. Denn Thomas Ihde, der auch achtsamkeitsbasierte Trekkings in die Berge und in die Wüste leitet, hat es verstanden, in unbekannte Gefilde Licht zu bringen, leicht verständlich und zugleich differenziert.

*«Ganz anders normal. Alles über psychische Krankheiten, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfsangebote»,  
Thomas Ihde-Scholl, Beobachter-Edition  
2013, 365 Seiten, ca. 38 Franken.*