
Titel: Highway to Health: Auf dem Weg aus der Depression

Text-/Moderationsvorschlag:

+++ Triggerwarnung: Im Beitrag berichten wir über einen Menschen mit Suizidgedanken. +++ Als die Corona-Pandemie vor zwei Jahren Deutschland erreicht, macht Corinna Merkel gerade eine stationäre Therapie. Von einem Tag auf den nächsten muss die Hannoveranerin die Klinik verlassen - ohne Anschlusstherapie. Der monatelange Lockdown belastet sie schwer, doch sie gibt nicht auf und schafft es, sich ihren großen Traum zu erfüllen: den Motorradführerschein.

Filmlänge: 2:47 Minuten Autor: Jasmin Krüger

Kamera & Technik: Jasmin Krüger und Jonathan Haase

Musiklizenz: via Artlist.io

Region: Hannover

O-Töne:

Corinna Merkel, ist an Depressionen erkrankt

Klammermaterial:

Vorschaltbild und Fotos: Karen Miether (epd)

Infos:

Betroffene deutschlandweit:

Die Corona-Maßnahmen haben bei hochgerechnet **mehr als zwei Millionen depressiv Erkrankten zu einer Verschlechterung** von Krankheitsverläufen geführt. Das ergibt eine repräsentative Befragung der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Der Stiftungsvorsitzende Professor Ulrich Hegerl spricht von **einer "stillen Katastrophe"**.

Gründe: Stationäre Behandlungen werden abgesagt, Therapietermine fallen aus.

"Wenn Sie die Diagnose Depression haben, **leben Sie im Schnitt zehn Jahre weniger**", mahnt Hegerl. "Das ist eine schwere und lebensbedrohliche Erkrankung."

(Quelle: Deutsche Depressionshilfe,

<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/presse-und-pr/pressemitteilungen>)

"Es gibt nur mich, Emma und die Straße"

Die Corona-Pandemie verstärkt die Probleme von Menschen mit Depressionen

von: Von Karen Miether (epd)

Teaser: Wenn Kontakte reduziert sind und Freizeitmöglichkeiten entfallen, warum dann überhaupt aus dem Haus gehen? Corinna Merkel kämpft noch mehr als sonst gegen Antriebslosigkeit in ihrer Depression. Doch auf dem Motorrad bekommt sie den Kopf frei.

Hannover (epd). Corinna Merkel steigt auf den Sattel ihrer Suzuki und rollt die Maschine rückwärts langsam aus der Garage. "Das ist Emma", sagt sie, bevor sie den Helm über ihre Locken stülpt. "In die hab ich mich schockverliebt. Mir war gleich klar, dass sie so heißt." Bei Motorradtouren rund um ihren Wohnort Hannover, bekommt sie den Kopf frei, sagt die 43-Jährige. Sie hat Depressionen und die Corona-Pandemie hat es für sie noch schwerer gemacht, mit der Krankheit umzugehen.

Die Corona-Maßnahmen haben bei hochgerechnet mehr als zwei Millionen depressiv Erkrankten zu einer Verschlechterung von Krankheitsverläufen geführt. Das ergibt eine repräsentative Befragung der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Von einer "stillen Katastrophe" spricht der Stiftungsvorsitzende Professor

Ulrich Hegerl. Zu den Gründen zählt laut dem "Deutschland Barometer Depression" der Stiftung eine schlechtere medizinische Versorgung. Stationäre Behandlungen wurden abgesagt, Therapietermine fielen aus. "Wenn Sie die Diagnose Depression haben, leben Sie im Schnitt zehn Jahre weniger", mahnt Hegerl. "Das ist eine schwere und lebensbedrohliche Erkrankung." Das werde noch zu wenig gesehen.

Auch Corinna Merkel war mitten in einer Therapie in der Medizinischen Hochschule Hannover, als im März 2020 ihre Station geschlossen werden musste, um Betten für mögliche Corona-Patienten frei zu haben. Zwei Tage vorher erfuhr sie davon. "Es war therapeutisch gerade ganz viel angestoßen worden. Ganz viel war wachgerüttelt und ich wusste nicht wohin damit", erzählt sie. "Es war wie eine Operation am offenen Herzen. Wie wenn der Brustkorb geöffnet ist und der Patient wird nach Hause geschickt. So fühlt es sich an."

Mitarbeitende eines ambulanten psychiatrischen Pflegedienstes kamen dann regelmäßig zu ihr und ihrem Mann ins Haus, nur so fand sie in eine Tagesstruktur. Auch bei der Suche nach einem Therapeuten war sie erfolgreich. "Morgens um neun fertig bereit zu stehen, ist eine Qual", beschreibt sie Symptome, spricht von Erschöpfung, tiefer Hoffnungslosigkeit und Suizidgedanken. Dass die Corona-Regeln Treffen mit Freundinnen schwer machten und es kaum Freizeitangebote gab, verschlimmerte alles noch. "Das hat der Antriebslosigkeit Feuer gegeben."

Insgesamt haben sich laut der Studie der Stiftung Deutsche Depressionshilfe eine Mehrzahl der Menschen in einer depressiven Krankheitsphase durch den erzwungenen Rückzug in die eigenen vier Wände weniger bewegt. Sie zogen sich vermehrt ins Bett zurück, grübelten und hatten es schwer, den Tag zu strukturieren. "Von diesen drei Faktoren ist gut bekannt, dass sie ganz spezifisch bei Depression den Krankheitsverlauf verschlechtern", sagt Hegerl. Er warnt vor langfristigen Folgen.

Noch immer sei im alltäglichen Miteinander vieles ja nicht normal, sagt Corinna Merkel. Sich in einer solchen Situation Mut zu machen, sei ihr kaum möglich. Und doch fasste sie während der Pandemie den Entschluss, den Motorradführerschein zu machen. Erst waren auch die Fahrschulen noch geschlossen. Dann war es schließlich soweit. "Da ist ein Riesentraum in Erfüllung gegangen", sagt die 43-Jährige. Wenn sie wie an diesem Tag eine Runde auf ihrer Emma dreht, fühlt sie sich einen Moment frei von Belastungen, erzählt sie mit einem Lächeln. "Es gibt nur mich, Emma und die Straße. Der Kopf hat mal Pause."

Während des Studiums ist bei Corinna Merkel das erste Mal eine depressive Episode diagnostiziert worden. Seitdem begleitet sie die Krankheit in kürzer werdenden Abständen. Seit zwei Jahren ist die Architektin arbeitsunfähig. Sie kämpft aktuell im Widerspruchverfahren um eine Erwerbsminderungsrente. Dabei hoffe sie noch darauf, wieder arbeiten zu können, sagt sie. Doch den Weg dahin wolle sie ohne äußeren Druck gehen.

"An Depressionen erkrankt zu sein, heißt nicht 24 Stunden in der Ecke zu sitzen", sagt sie. "Das ist ein Klischeebild." Es handle sich um eine schwere Krankheit, aber um eine Krankheit, keine

Charakterschwäche. An diesem Tag ist sie über Landstraßen und Feldwege gefahren. "Ich spüre mich dann mit all meinen Fasern", sagt sie. Das Motorrad ist am Ende voller Schlamm. Corinna Merkel durchgefroren. Sie wärmt sich an einem Becher Tee die durchgefrorenen Hände, ganz dicht am Ofen, den ihr Mann vorsorglich angeheizt hat.

epd Inb mir

AP: Stiftung Deutsche Depressionshilfe, Heike Friedewald: 0341/22387412, presse@deutsche-depressionshilfe.de

Kontakt: Karen Miether: 0511/1241-702, niedersachsen-bremen@epd.de

Der Film ist produziert von ekn (Evangelischer Kirchenfunk Niedersachsen-Bremen GmbH). Der Evangelische Kirchenfunk Niedersachsen-Bremen hat den Auftrag, Öffentlichkeit für kirchen- relevante Themen herzustellen. Die evangelische Kirche hat dabei keinen Einfluss auf die Produktion. Unsere Redaktion aus unabhängigen Journalisten entscheidet selbständig, welche Themen aufgegriffen werden und in welcher Form sie umgesetzt werden.

Kontakt:

Lukas Schienke
Evangelischer Kirchenfunk Niedersachsen-Bremen GmbH
Knochenhauerstr. 42 | 30159 Hannover | Telefon: 0511 360 699 21
schienke@ekn.de

+++ Das Material ist frei zur redaktionellen Verwendung, kann bearbeitet und verändert werden. Die Nutzung ist kostenlos +++