

«Jeder 20. Jugendliche ist depressiv»

Jugendpsychiater Alain Di Gallo zum Tabuthema Depression bei jungen Menschen

Von Franziska Laur

Basel. In einem kleinen Fricktaler Dorf legte einmal ein stark kurzsichtiger 13-jähriger Knabe seine Brille mit den dicken Gläsern neben sich auf die Bank, setzte sich auf sein Velo und fuhr praktisch blind den vertrauten Weg durchs Dorf zu den Bahngleisen. Dort wartete er, bis er von Ferne einen Zug hörte, legte sich auf die Geleise und war sofort tot. Zuvor war er jahrelang von einigen Klassenkameraden gehänselt worden.

Mobbing kann Depressionen verursachen. «Winterschlaf – Aufbruch ins Leben» ist ein Theaterstück von und mit jungen Menschen mit Depressionen. Alain Di Gallo, Leiter der Kinder- und Jugendpsychiatrischen Klinik der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel, sagt, welche Einflüsse die Wahrscheinlichkeit begünstigen, an einer Depression zu erkranken, und wie man sie behandeln kann.

BaZ: Wie äussern sich die Symptome bei depressiven jungen Menschen?

Alain Di Gallo: Die klassischen Symptome einer Depression sind eine traurige Grundstimmung, eine Antriebs- hemmung und der Verlust von Freude und Interesse. Diese Symptome müssen mindestens zwei Wochen andauern, und sie unterscheiden sich in ihrer Stärke deutlich von einer herkömmlichen Kraftlosigkeit und Erschöpfung. Begleitend äussern sich meistens weitere Anzeichen wie etwa ein gestörtes Selbstbewusstsein, Schuldgefühle, Todesgedanken oder Schlafstörungen. Schon kleine Kinder können an Depressionen leiden, wenn auch wahrscheinlich nicht so häufig. Bei ihnen zeigt sich die Krankheit, anders als bei Erwachsenen, zum Beispiel in Spielunlust oder Reizbarkeit.

Kommen Depressionen bei Kindern und Jugendlichen häufig vor?

Es ist nicht einfach, die Häufigkeit zu bestimmen. Die kindliche Depression ist noch nicht ausreichend erforscht. Bei Kindern geht man von zwei bis vier Prozent aus. Bei Jugendlichen sind fünf bis sieben Prozent betroffen, also rund jeder Zwanzigste.

Hat die Zahl der Fälle zugenommen?

Dafür gibt es keine Hinweise. Der Eindruck, dass Depressionen bei Kindern zugenommen haben, hängt wohl damit zusammen, dass man heute sensibler für das Thema geworden ist und offener darüber spricht.

Wie zeigen sich Depressions-Symptome bei Jugendlichen?

Je älter Jugendliche werden, desto mehr ähneln die Symptome denen der Erwachsenen. Traurige Grundstimmung, Antriebslosigkeit und eine Störung des Selbstwertgefühls sind typisch. Damit einher gehen fast immer Schul- oder Ausbildungsprobleme. Depressive Jugendliche können sich kaum auf den Schulstoff konzentrieren und dies führt zu einem Leistungsabfall. Hinzu kom-



Nicht tabuisieren. Alain Di Gallo (54) spricht depressive Jugendliche stets auf allfällige Suizidalgedanken an. Foto Dominik Plüss

men gelegentlich körperliche Symptome wie Gewichtsverlust oder Schmerzen.

Gibt es äussere Umstände, die eine Depression auslösen können?

Psychischen Krankheiten liegt selten nur eine einzige Ursache zugrunde. Häufig besteht eine genetische Anlage. Wenn in einer Familie Depressionen vorhanden sind, ist das Risiko höher, dass eines oder mehrere der Kinder auch daran erkranken. Wenn schwere Lebensereignisse in der Kindheit wie Trennungen, Missbrauch oder Gewalt hinzukommen, verstärken diese den Einfluss des genetischen Risikos. Und natürlich wirken auch aktuelle Belastungen als Mitauslöser von Depressionen mit.

«Cybermobbing kann, wenn es über längere Zeit dauert, durchaus zu Depressionen führen.»

Wie weit können die neuen Medien oder Leistungsdruck Depressionen auslösen? Heutige Kinder haben ja kaum mehr die Chance, für sich zu sein oder sich auch mal langweilen zu können.

Das Leben mancher Kinder ist tatsächlich sehr voll gepackt, und manchmal fehlt ihnen das Nichtstun

oder die Langeweile, die sie brauchen, um aufzutanken. Aber hier einen kausalen Zusammenhang mit Depressionen zu suchen, finde ich zu gewagt. Allerdings müssen sich Jugendliche heute vielen neuen Herausforderungen stellen. Cybermobbing zum Beispiel kann, wenn es über längere Zeit dauert, durchaus zu Depressionen führen.

Spielt auch der schulische Druck eine Rolle?

Das ist schwierig zu sagen. Eine grosse aktuelle Studie zeigt, dass viele Kinder und Jugendliche unter Schulstress leiden. Sie sind motiviert und leistungswillig. Die Kehrseite dieser Medaille ist, dass sie rasch unter Druck kommen. Ich bin jedoch weit davon entfernt zu sagen, früher sei alles besser gewesen. Die Durchlässigkeit des heutigen Schulsystems beispielsweise finde ich eine wichtige Errungenschaft. Doch jeder Fortschritt birgt auch Risiken, die wir ernst nehmen müssen.

Wächst sich eine Depression heraus?

Depressionen verlaufen typischerweise episodisch. Nach Wochen und Monaten klingen sie oft wieder ab. Aber sie neigen auch dazu – besonders in belastenden Lebenssituationen – zurückzukehren. Daher ist es für die Betroffenen und ihr Umfeld wichtig, erste Zeichen eines Rückfalls

ernst zu nehmen und frühzeitig Hilfe zu suchen.

Besteht nicht die Gefahr, dass junge Menschen, gerade wenn eine Depression früh diagnostiziert worden ist, pathologisiert werden? Könnte das zu einer Flucht vor Unannehmlichkeiten in die Krankheit werden?

Wir verwenden den Begriff «Depression» leider zunehmend zur Bezeichnung von Alltagszuständen. Damit verharmlosen wir die Krankheit und werden ihrem tatsächlichen Ausmass überhaupt nicht gerecht. Einen depressiven Menschen aufzufordern, sich zusammenzureissen ist genauso sinn- und hilflos wie einem Menschen, der das Bein gebrochen hat, zu sagen «nun hab dich nicht so und steh endlich auf».

«Suizide sind neben Unfällen die häufigste Todesursache bei Jugendlichen.»

Wie behandelt man die Betroffenen?

Zuerst muss sorgfältig erhoben werden, ob tatsächlich eine Depression vorliegt. Wichtig ist, auch das Umfeld der Kinder und Jugendlichen einzubeziehen: Eltern, Schule oder Ausbilder. Dann folgt die Aufklärung über Verlaufsformen und Behandlungsmöglichkeiten. Im Vordergrund steht die Psychotherapie unter Einschluss der Familie. Häufig sehen Depressive das Leben viel düsterer als Gesunde. An diesen Gedankenverzerrungen kann man mit den Betroffenen arbeiten. Schwere Depressionen werden auch mit Medikamenten behandelt. Bei Kindern wirken diese weniger, Jugendlichen kann man damit jedoch oft gut helfen.

Ist die Suizidalrate unter depressiven Jugendlichen hoch?

Suizide sind neben Unfällen die häufigste Todesursache bei Jugendlichen, und Depressionen sind der wichtigste Risikofaktor für Suizidversuche und Suizide. Das Thema muss deshalb immer offen angesprochen und nach Suizidgedanken gefragt werden. Ganz wichtig ist die Aufklärung, dass Suizidalität ein Symptom der Depression ist und gut und erfolgreich behandelt werden kann.

Können kulturelle Engagements wie das Theaterstück «Winterschlaf» helfen, einen Beitrag zur Bewältigung von Depressionen zu leisten?

Der grosse Verdienst von Produktionen wie «Winterschlaf» liegt darin, dass sie aufrütteln und uns mit Themen konfrontieren, die mitten unter uns sind, die wir aber lieber an den Rand schieben, weil sie Ängste in uns wecken und schwer fassbare Seiten des Lebens aufzeigen.

Safe, Basel: Premiere von «Winterschlaf» heute um 20 Uhr im Unternehmen Mitte. Weitere Vorstellungen: 26.9., 20 Uhr, 17.9., 18.30 Uhr, 2./3.10., 20 Uhr.

Stadtnotizen

Das unantastbare Heiligtum

Von Martin Regenass

Fast schon wie die Bäume stehen Velos in der Stadt Basel unter Schutzherrschaft. Gehegt und gefördert durch den «Velopapst» und Regierungsrat Hans-Peter Wessels und das Gesetz, wird dem Zweiradfahrer seit zwei Jahren auf gewissen Kreuzungen in der Stadt beispielsweise gar das Rechtsabbiegen bei Rot gestattet. Das Velo genießt den Status des Guten, sogar wenn es Strom frisst. Das Auto oder Töffs hingegen mit Verbrennungsmotoren sind der Stahl gewordene Ausdruck des Bösen. Und wie schon der russische Schriftsteller Leo Tolstoi gesagt hat, könne gleich, wie Feuer nicht Feuer lösche, Böses nicht Böses ersticken. «Nur das Gute, wenn es auf das Böse stösst und von diesem nicht angesteckt wird, besiegt das Böse.»

Ganz in diesem Sinn hat die Basler Regierung einen radikalen Gegenorschlag zur noch radikaleren Strassen-Initiative des VCS ausgearbeitet, bei der 1200 Parkplätze für Autos ersatzlos gestrichen und an deren Stelle Velospuren aufgemalt werden sollen.

Obschon sich das Volk noch zu dieser Strassen-Initiative äussern muss, scheint sich dieses Denken von Gut und Böse bereits jetzt bis weit in die Amtstuben hineinzuziehen. Kürzlich machte es auch vor einem Verkehrsassistenten der Kantonspolizei nicht halt. So präsentierte sich Passanten die folgende Situation in der Mörsbergerstrasse nahe der Matthäuskirche: Ein Töff und ein dreirädriges Badewannenvelo, ein so neumodisches Velo mit einer Bugkiste für Kinder, standen neben einem markierten Parkplatz für Velos. Völlig offenkundig verstiessen beide mit ihrer Parkierung gegen das geltende Recht. Denn Parkplätze sind verbindlich und somit zu benutzen. Der Verkehrsassistent allerdings stellte in dieser Situation nur dem Töff eine Busse aus. Das Badewannenvelo hingegen, das gar noch breiter ist und mehr Platz beansprucht als das Motorrad, liess er unbehelligt.

Es muss in diesem Fall von einer amtlichen Ungleichbehandlung gesprochen werden. Konsequenterweise hätte der Verkehrsassistent das Badewannenvelo kostenpflichtig abschleppen lassen



Falschparkierer. Der Töff erhielt eine Busse, das Badewannenvelo hingegen nicht. Foto Martin Regenass

müssen. Oder aber er hätte dem Motorrad keine Busse aufdrücken dürfen, ganz nach dem Grundsatz: Gleichbehandlung und Augenmass. Denn der Töfffahrer hatte klar das Augenmass und konnte sein Vehikel gar nicht auf den Parkplatz stellen. Grund: Der Veloparkplatz weist in der Mitte stählerne Ständer mit einem solch schmalen Abstand auf, dass weder das Badewannenvelo noch der Töff hineinpassen und daher – völlig zu Recht – daneben abgestellt worden sind.

Wessels' Departement stellt auf Anfrage in diesem Bereich der Mörsbergerstrasse zusätzliche Parkplätze für Velos und Töffs ohne Ständer in Aussicht, wo das Badewannenvelo wie der Töff Platz fänden. Diese dürften erfahrungsgemäss auf das Konto von Parkplätzen für Autos gehen. Ganz im Sinne also, dass das Gute gegen das Böse obsiegen muss.

martin.regenass@baz.ch

Glückwunsch

100. Geburtstag



Basel. Ida Roesler-Portmann kam 1915 in Littau (LU) zur Welt. Nach ihrer Jugendzeit kam sie via Zürich und diverse Gastbetriebe 1940 nach Basel. In der

Schuhmachernzunft lernte sie ihren Mann kennen, Hotelier des «Hirschen». Sie heirateten und gründeten eine Familie. Bis 1954 führten sie das Hotel Hirschen; nach dem Tod ihres Mannes wurde es verkauft. In ihrer Wohnung versorgt sie sich noch immer selbst. Die BaZ gratuliert herzlich!

Goldene Hochzeit

Riehen. Die BaZ gratuliert herzlich zum 50. Hochzeitstag dem Ehepaar **Kazuko und Klaus Pfeiffer-Egawa.** gratulationen@baz.ch

Gelebte Willkommenskultur

Riehener Gemeinderat engagiert sich für Flüchtlinge

Von Rolf Zenklusen

Riehen. Das Volk hat immer recht, war die einhellige Meinung im Einwohnerrat von Riehen. Auch Gemeinderat Daniel Albietz (CVP) sagte, das Resultat des Referendums vom 14. Juni 2015 über die Zonenplanrevision sei zu respektieren. Damals lehnte das Stimmvolk mit 65 Prozent Nein-Stimmen den revidierten Zonenplan ab. Das Referendumskomitee verlangte, in der Zone 2R sollten nur Ein- und Zweifamilienhäuser statt fünf Wohnungen pro Gebäude erstellt werden dürfen.

Diese Änderung haben alle Fraktionen im Einwohnerrat akzeptiert. Ganz vom Tisch war der Zonenplan am Mittwochabend aber nicht: Nachdem alle Fraktionen Stellung bezogen haben, musste die Sitzung bis Donnerstagabend unterbrochen werden.

Regierungsrat Baschi Dürr (FDP) war als Gast dabei. Von allen Regie-

rungsräten wohne er am nächsten am Gemeindebann von Riehen, erklärte er in seiner Ansprache. Auch persönlich fühle er sich mit Riehen verbunden, er sei dort in den Kindergarten gegangen. «Ich bin mit gutem Gewissen gekommen», meinte er mit Blick auf die aktuelle Diskussion um die Schliessung des Nachtschalters auf dem Polizeiposten Riehen. «Wir haben eine gute Lösung gefunden», erklärte Dürr.

Tagsüber bleibe das grosse Dienstleistungsangebot in Riehen gewährleistet. Nachts bleibe Riehen ein Stützpunkt, wo, falls betrieblich möglich, ein Polizeiauto stationiert sei und auch mal das Licht brenne. Das vermittele ein subjektives Sicherheitsgefühl, sagte Sicherheitsdirektor Dürr.

Fragen zur Flüchtlingspolitik

«Was wäre, wenn 100 Flüchtlinge kämen?», fragte Einwohnerrätin Caroline Schachenmann (EVP). Ihre Kolle-

gin Regina Rahmen (SP) wollte wissen, ob der Gemeinderat der Ansicht sei, er habe sich angemessen für die Unterbringung von Asylsuchenden engagiert. Die Asylkoordination liege in der kantonalen Verantwortung, erklärte Gemeinderätin Annemarie Pfeifer (EVP) in der Antwort auf die beiden Interpellationen. Der Gemeinderat sei der Meinung, «dass die Integration am besten gelingt, wenn Asylsuchende in normalen Wohnungen mitten unter uns leben».

Deshalb habe die Gemeinde dem Kanton angeboten, nach Möglichkeit erschwungliche Wohnungen für anerkannte Flüchtlinge und vorläufig Aufgenommene zu vermitteln. «Eine gelebte Willkommenskultur ist dem Gemeinderat wichtig», fuhr Pfeifer fort. Es müssten Strukturen geschaffen werden, die den Flüchtlingen helfen, sich einzuleben, zu beschäftigen und längerfristig zu integrieren. Dafür wäre eine lokale Ansprechstelle geeignet.