



Depressionen in der Pubertät: Verhaltensänderungen und körperliche Symptome sind Anzeichen

Für Eltern ist es meist nicht einfach zu erkennen, ob ihre pubertierenden Kinder ernsthafte psychische Probleme haben, die möglicherweise einer ärztlichen Abklärung und Behandlung bedürfen, oder ob es sich um Stimmungsschwankungen handelt, die als Begleiterscheinung einer normal verlaufenden Pubertät auftreten. Damit eine mögliche ernsthafte Störung nicht unentdeckt bleibt, können Eltern verschiedene Dinge abklären. „Es ist grundsätzlich wichtig bei Jugendlichen, die vielleicht Probleme haben, die verzweifelt sind oder gar ein selbstgefährdendes Verhalten zeigen, zunächst ein ruhiges Gespräch unter vier Augen zu führen“, rät Prof. Frank Häßler, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (DGKJP) in Berlin. „Besorgte Eltern können ihr Kind dann fragen, ob es sich manchmal einsam oder unglücklich fühlt, ob oft Tränen fließen, ob nur noch an wenigen Dingen Freude besteht oder auch, ob es schon mal daran gedacht hat, sich das Leben zu nehmen. Werden einzelne dieser Fragen bejaht, sollten Eltern unbedingt einen Kinder- und Jugendpsychiater zu Rate ziehen.“ Eine tatsächliche Unterscheidung zwischen einer normalen Verstimmung und einer Krankheit können nur diese Fachärzte treffen.

Typische Symptome, die im Pubertäts- und Jugendalter bei einer depressiven Erkrankung auftreten, sind Ein- und Durchschlafstörungen, körperliche Beschwerden wie Appetit- und Gewichtsverlust sowie tageszeitliche Schwankungen des Befindens mit einem „Tief“ am Morgen. Aber auch Verhaltensveränderungen wie Stimmungsanfälligkeit, Lustlosigkeit, Interessenverlust, Rückzug, vermindertes Selbstvertrauen oder auch Drogenkonsum können darauf hinweisen. „Während der Pubertät ist es zwar nicht ungewöhnlich, dass bei Jugendlichen zuweilen die innere Balance verloren geht und unmotivierte Stimmungsschwankungen oder auch Teilnahmslosigkeit auftreten. Kommen jedoch körperliche Anzeichen, wie Appetitlosigkeit oder Schlafstörungen hinzu oder halten die problematischen Verhaltensweisen über einen längeren Zeitraum an, sollten Eltern einen Kinder- und Jugendpsychiater zu Rate ziehen“, ergänzt der Direktor der Klinik für Psychiatrie, Neurologie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter der Universität Rostock.

Aus Gesprächen mit Jugendlichen, die an einer Depression erkrankt sind, weiß man, dass bestimmte Lebensumstände den Ausbruch einer depressiven Erkrankung fördern können. „Zu Risikofaktoren gehören unter anderem ausgeprägte familiäre Probleme, schulisches Versagen, der Verlust des Arbeitsplatzes, eine unerwünschte Schwangerschaft sowie auch Alkohol- und Drogenmissbrauch“, ergänzt der Experte. Leichte depressive Verstimmungen bis hin zu schweren depressiven Störungen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Kinder- und Jugendalter. Etwa 5 Prozent der Jugendlichen leiden an behandlungsbedürftigen Depressionen. Fast alle depressiven Kinder- und Jugendliche können ambulant behandelt werden. Im Vordergrund der Therapie stehen psychotherapeutische Maßnahmen.

Mehr Informationen unter www.kinderpsychiater-im-netz.de

Experte der Meldung:

Prof. Dr. med. Frank Häßler (Tel.: +49-381-494 4600)