

Depression

Frl. W.E., geb. 29.04.1929, Lehrerin
Konsultation vom 30.12.1981

Frl. E. ist seit 2 ½ Jahre in psychotherapeutischer Behandlung. Der Psychotherapeut empfahl ihr nun, entweder bei einem Heilpraktiker Akkupunktur machen zu lassen, zusätzlich zu seinen Bemühungen, oder aber mich zu konsultieren. Aus Kostengründen ist ihr letzteres sympathischer, daher nun die Konsultation.

In psychotherapeutische Behandlung sei sie wegen Schwierigkeiten mit ihrer Familie gegangen. Eine Schwester sei nämlich ins Trinken hinein geraten. Für Frl. E. sei das ein großer Kummer und darüber berät sie sich jeweils mit dem Psychotherapeuten. Diese Schwester sei auch ledig, sie helfe einem ebenfalls ledigen Bruder im Landwirtschaftsbetrieb.

Aber das sei nicht der einzige Grund zu psychotherapeutischen Konsultationen: Sie komme auch mit sich selbst nicht mehr zuwege. Und drittens plagt sie Schlaflosigkeit. Nachts ab 3 / 4 oder 5 Uhr früh liege sie schlaflos da und beginne, sorgenvolle Gedanken zu wälzen und sich ihre eigenen Fehler vorzuhalten.

Frl. E. wohnt mit einer Schwester zusammen, möchte aber ausziehen, aus verschiedenen Gründen. Sie wohnt erst seit 2 ½ Jahren mit dieser Schwester zusammen. Vorher wohnte sie im Dorf, jetzt weit draußen und abgelegen. Schon das passt ihr nicht, dieser weite Weg zur Schule.

Wir kommen nun auf die familiären Verhältnisse zu sprechen. Patientin war das 6. Kind, neben ihr sind noch 3 Schwestern, die alle ledig geblieben sind, und 3 Brüder. Einer blieb ledig (s.o.), derselbe bauert auch. Die Eltern bewirtschafteten einen Landwirtschaftsbetrieb.

Mutter starb letztes Jahr.

Der ledige Bruder, der bauert, ist depressiv, er spricht fast nichts.

Und eine Schwester trinkt, wie gesagt (s.o.).

Frl. E. sagt von sich, sie werde nun so aggressiv, aus lauter Depression heraus. Sie unterrichtet an der Unterstufe.

Und habe rundherum Schwierigkeiten, z.B. mit den Kolleginnen. Die Kolleginnen würden nun den Spieß gegen sie kehren, eine derselben besonders verschimpfe sie und ziehe andere gegen sie ein. Die Situation werde immer unangenehmer.

Ich notiere hier, dass Frl. E. braune Haare, braune Augen hat, mittelgroß ist, eine energische Hakennase hat, sie redet den typischen Dialekt ihrer Heimat.

Eine Zeitlang habe sie - zwar ungern - Schlaftabletten genommen.

Als Kind hätte sie Diphtherie gehabt, ferner Anginen, - weshalb eine Tonsillektomie vorgenommen wurde, - außerdem Mumps und schwache Gelenkbänder (mal eine Bänderzerrung am Knie). Ab und zu Bandscheibenbeschwerden lumbal ganz akut. Streckung bessere. Diese Bandscheibensache melde sich hauptsächlich, wenn sie psychisch in schlechtem Zustand sei.

Menses nun unregelmäßig. Letzte waren am 06.12.1981, vorher waren 3 Monate Intervall.

Eine Zeitlang habe sie unter Migränen gelitten, bei Föhndruck.

Neben den schon genannten Beschwerden fühle sie sich lahm und kraftlos, kaum könne sie ihrer Arbeit nachkommen.

Sie hat ja nun gerade Weihnachtsurlaub, da sind die Schulen geschlossen. Gestern Abend z.B. hätte sie noch allerhand erledigen sollen. Sie ließ einfach alles liegen. Sie habe sich vorgenommen, dies und jenes zu tun, nachher ließ sie alles einfach liegen. Das wiederum führe dann zu Selbstvorwürfen. Sie teile ihre Zeit schlecht ein, habe einfach keine Disziplin. Und nun seien Ferien, zu Beginn habe sie sich allerhand gezeigt, was getan werden sollte, und nun habe sie gar nichts davon ausgepackt, das mache sie tief deprimiert.

Sie müsse sagen, ihr Vater habe immer gegrübelt, er sei kein fröhlicher Mann gewesen. Auch die Mutter habe nie über Lebensprobleme mit ihnen gesprochen. Übrigens habe die Mutter auch viele solche braungelben Flecken im Gesicht gehabt wie sie. Der Vater sei nicht realistisch im Leben gestanden. Vaters Bruder habe auch gebauert, aber nicht gut, nicht erfolgreich. Die Geschwister hätten ihm viel geholfen, zuletzt habe er sein Gewerbe verkauft. Das sei eine schwere Enttäuschung für ihren Vater gewesen.

Dann diese Schwester, mit der sie zusammen lebt, die ist auch nicht unbeleckt von Schwermut. Sie habe ein Haus gebaut, als es fertig war, hatte sie einen Nervenzusammenbruch. Auch diese Schwester lebe in Illusionen.

Und die älteste Schwester sei gesundheitlich schwach, sie sei sozial tätig.

Frl. E. erzählt dieses alles nur, um zu zeigen, dass ihre Depression eben „nicht aus der Reihe tanze“, dass in ihrer Familie doch etwas drin ist.

Weiter erzählt sie, wenn es ihr schlecht gehe, esse sie den ganzen Tag.

Ich frage nach dem Durst. Der sei normal.

Damit ist ihr Spontanbericht zu Ende. Ich sehe nicht deutlich, was es da brauchen könnte, schließe daher nun das Interrogatorium nach Kent an.

Wie sie sich vor Sturm fühle? Sie merke nichts.

Sonne erträgt sie gut.

Mond hat keinen Einfluss.

Wind? Vor Föhn habe sie ihre Migränen gehabt.

Blitz? Macht ihr nichts.

Kälte auch nicht. Sie hat auch keine Beschwerden bei Hitze, außer ein zu heißer Raum, den liebe sie nicht.

Sie leidet nicht unter kalten Händen oder Füßen.

Sie schwitze eher als zu frieren.

Vor 2 Jahren hätte sie eine Zeitlang Wallungen gehabt, jetzt keine mehr.

Ich frage, wie sie Kälte am Kopf erleide. Zum Skifahren trage sie eine Kappe.

Dann erkundige ich mich, was es ausmache, wenn sie mal an den Füßen friere. Das fahre ihr auf den Hals, da gebe es Husten, einen Reizhusten.

Bei kalten Füßen mache sie sich daher, wenn möglich, immer sofort eine Bettflasche, an der sie die Füße wärme.

Sie sei sehr empfänglich für Schnupfen, und daraus gebe es meist eine Bronchitis.

Bei Bronchitis pfeife es manchmal in den Atemwegen, wenn sie eile.

Ihre Nase sei nie in Ordnung, immer habe sie viel Schleim oben, und dann sei sie zu. Morgens müsse sie immer viel herunterschnäuzen, gelblich, und eventuell blute es etwas. Ob die trockene Winterluft daran schuld sei, oder die Schule? Im Sommer sei die Nase nämlich in Ordnung.

Ich frage, wie sie Nasswerden am Kopf ertrage? Ohne weiteres.

Nasse Füße? Siehe vorher.

Mal brenne es sie beim Urinieren.

Von Wasserarbeiten bei kaltem Wetter kriege sie eine rauhe Haut an den Händen.

Sonst sei die Haut aber einwandfrei.

Es heilt gut, eitert nicht, blutet nicht auffallend lange.

Nasenbluten siehe oben.

Zunge o.B.

Vor 10 Jahren, kommt ihr hier in den Sinn, habe sie eine Zeitlang mit „nervösem Herzklopfen“ zu tun gehabt. Abends beim Einschlafen hörte sie das Herz so störend klopfen, wenn sie Bauchlage einnahm, sonst nicht.

Ich sehe ihre Hände an. Die Haut ist auffallend trocken. Ferner hat sie deutliche Uhrglasnägel.

Ich frage nach Schwitzen. Ja, das sei möglich, z.B. wenn sie zu warme Hausschuhe an habe, oder morgens im Bett, oder in der Schule, wenn es dort warm sei und sie zu dick angekleidet wäre, oder an Kopf und Hals beim Schneeschaufeln, in den Haaren drin.

Sitzen geht gut, längeres Stehen macht ihr auch nichts.

Beidseits hat sie ein Hallux valgus operiert, aber nun käme die Deformation erneut.

Essen: rasch.

Gehen: immer pressant, - weil sie nicht im Jetzt lebe, d.h. da wolle sie noch was machen, vergisst sich dabei, und dann ist es auf einmal zu spät.

Kragen geht ohne weiteres, Gürtel auch.

Wolle mache ihr nichts.

Ich frage nach den schlechtesten Zeiten den Tag durch. Sie meint, morgens beim Aufstehen, da sei es ihr himmeltraurig, so schwach sei sie da. Nach dem Frühstück sei es dann besser.

Schlechteste Jahreszeit? Keine.

Reisekrankheit? Ja, als junger Mensch schon.

Nun zum Appetit. Sie könne nicht sagen, wann er am kleinsten sei.

Zwischenappetit hat sie keinen.

Von Fasten werde es ihr elend (das war früher nicht so). Ihre Mutter hätte das aber genau gleich gehabt.

In der Nacht esse sie u.U. einen Apfel, das tue für den Moment eventuell gut.

Ich frage nach Nahrungsmittelgelüsten. Sie nennt Joghurt, Butterbrot, Salate, Gemüse, Süßigkeiten.

Und Abneigungen: Zwiebeln würden nun nicht gut tun. Abneigung gegen Leber, Schweinefleisch aus dem Kühlhaus, und „laue“ Fische.

Da das alles nicht gerade ausgesprochen deutlich ist, frage ich noch einzelnes durch.

Brot? Habe sie betont gern.

Käse gern, Fleisch auch,

Salami aber sei ungesund.

Fisch gern,

Ei gern,

Bohnen stören nicht,

Erbsen auch nicht,
gelbe Rüben auch nicht.
Sauerkraut o.B.
Eis erleide sie ohne weiteres.
Aber sowohl etwas Kaltes als auch etwas Heißes schmerze an den Zähnen rechts unten.
Teigwaren gern, aber sie esse nicht viel, da sie dick machen, und sie habe eine Tendenz zum Dickwerden.
Kartoffeln o.B.
Milch geht auch.
Kaffee ebenfalls.
Tee auch.
Bier, Wein, stärkere Alkoholika, alles mag sie schon ertragen. Aber absolut kein Abusus.

Nun zum Schlaf. Derselbe sei ruhig. Träume? Nicht zu erinnern.
Gegen Abend zu sei sie oft deprimiert, wenn sie studieren, was sie noch alles tun sollte. Und wenn es ihr bewusst werde, dass sie allein sei.
Mittagsschläfchen? Nie.
Gehe sie abends in Gesellschaft (z.B. zum Kegeln), so schlafe sie dort ein! Das war früher nie der Fall.
Ich frage noch nach den Schlafpositionen. Sie liege meist links, zuerst. Aber Rückenlage, Rechtslage gehen durchaus auch. Sie liege gern flach und hart – wegen des Rückens. In einem weichen Bett erwache sie morgens mit Rückenschmerzen.
Das Fenster im Schlafraum gern offen. Aber wegen Lärm nun zu.

Und nun noch zum Psychischen.
Wie sie Alleinsein ertrage? Sie komme sich so mausalleine vor und wohne zu weit draußen, verliere so viel Zeit für den Weg zur Schule und ins Dorf.
Wie sie eine Menschenmenge ertrage? Sie weiß keine Antwort.
Und Besuch? Das habe sie gern.
Ich frage nach Eifersucht. Das plage sie nicht.
Ich frage nach dem Effekt von Trost. Niemand tröste sie.
Ich frage nach Tränen. Die scheinen nicht so häufig zu sein.
Lärm? Ungut, Lärm regt sie auf.
Musik? Je nachdem, manchmal tut sie gut, manchmal nicht.
Ich frage, wie sie Widerspruch ertrage. Sie sagt, gegenüber ihrer Schwester, mit der sie ja zusammen wohnt, empfinde sie gar keine Liebe. Und gegen Kolleginnen, ja da bleibe sie still und sage nichts mehr.
Wie sie es denn mit Widersprechen halte? Ja, sie neige schon dazu.
Und wie sie auf Beleidigungen reagiere? Sie schlucke sie im Moment, es „möge“ sie aber lange Zeit noch, d.h. sie verdaut es lange, lange nicht.
Ich frage nach dem Gedächtnis. Das sei schlecht. Für alles, außer für Sprachen.
Sie habe Mühe, Kontakt zu schließen, sie habe Angst, eine Frage zu stellen, sie sei voller Hemmungen.

Sie wohnt wie gesagt bei ihrer Schwester im Haus. Und kommt nicht gut aus mit derselben.

Und wie gesagt ist das Haus zu weit weg vom Dorf, und liegt an einer Autostraße (Lärm!). Und weil es so weit weg vom Dorf ist, ist man so allein, es kommt kaum jemand zu Besuch. „Ich möchte ins Dorf ziehen.“

Und sie hätte im Dorf ein Häuschen kaufen können. Es entging ihr, weil sie unentschlossen war und mit niemandem reden traute, der ihr hätte raten können.

Das reut sie nun außerordentlich.

Ich notiere hier noch braungelbe Flecken links am Jochbogen, und links an der Stirn. Von fetten Dingen trägt sie noch nach, die meide sie, da das nicht gesund sei.

Was muss sie haben?