

Brigitta Bondy



*Psycho*  
**PHARMAKA**

Kleine Helfer  
oder  
chemische Keule?

beck<sup>ische</sup>  
reihe

Brigitta Bondy

*Psycho*  
**PHARMAKA**

Kleine Helfer  
oder  
chemische Keule?

Verlag C. H. Beck

## Zum Buch

Viele Menschen nehmen regelmäßig Medikamente ein, die beruhigend, angstlösend, gegen Schmerzen, emotional entspannend oder gegen Schlafstörungen wirken. Hier ist die Hemmschwelle besonders niedrig, auch wenn viele dieser Substanzen tatsächlich abhängig machen. Ganz anders dagegen die Situation bei den Psychopharmaka: Hier ist die Rate der Ablehnung besonders hoch. Häufig ist die Meinung zu hören, dass psychisch Kranke «mit der chemischen Keule ruhigestellt» werden. Aber auch die Kranken selbst oder deren Angehörige haben große Bedenken: Werden sie von diesen Substanzen abhängig, oder verändert sich dadurch ihre Persönlichkeit? Und ist die Wirksamkeit von Psychopharmaka überhaupt belegt?

Brigitta Bondy leistet Aufklärungsarbeit. Sie stellt die großen Gruppen von Psychopharmaka wie Antidepressiva, Antipsychotika und beruhigende bzw. angstlösende Medikamente vor und informiert über die neuesten Erkenntnisse hinsichtlich ihrer Wirkmechanismen. Sie arbeitet die Ziele der Psychopharmaka-Therapie heraus, geht aber auch auf die damit verbundenen Probleme ein: Was wollen wir erreichen, welche Nebenwirkungen müssen wir in Kauf nehmen? Schließlich bezieht ihr Buch kritisch Stellung zum Einsatz von Psychopharmaka in unterschiedlichen Bereichen der Medizin, etwa der Schmerztherapie oder der Gerontologie.

## Über die Autorin

*Brigitta Bondy*, Dr. med., ist Professorin an der Psychiatrischen Klinik der Ludwig-Maximilians-Universität München. Sie forscht über die Wirkweisen antidepressiver Arzneistoffe auf genetischer Ebene sowie den Zusammenhang von Depression und kardiovaskulären Erkrankungen. In der Beck'schen Reihe sind von ihr erschienen: «Was ist Schizophrenie? Ursachen, Verlauf, Behandlung» (4. Auflage, 2008) und «Wenn die Depression das Herz bricht. Seelische Störungen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen» (2008).

© Verlag C.H.Beck oHG, München 2010  
Umschlaggestaltung: malsyteufel, willich  
Umschlagabbildung: © malsyteufel, willich  
ISBN Buch 978 3 406 59980 4  
ISBN eBook 978 3 406 62644 9

Die gedruckte Ausgabe dieses Titels erhalten Sie im Buchhandel  
sowie versandkostenfrei auf unserer Website

[www.chbeck.de](http://www.chbeck.de).

Dort finden Sie auch unser gesamtes Programm und viele weitere  
Informationen.

# **INHALT**

## **EINLEITUNG 9**

## **HISTORISCHE ENTWICKLUNG DER BEHANDLUNG PSYCHISCHER STÖRUNGEN 13**

Die Entwicklung moderner Psychopharmaka 19

## **GRUNDLAGEN DER WIRKMECHANISMEN DER PSYCHOPHARMAKA 23**

Die Übertragung der Signale im Gehirn 23

Angriffspunkte der Psychopharmaka 25

Warum tritt die Wirkung nicht immer sofort ein? 27

Gewöhnung an den Wirkstoff: Toleranzentwicklung 29

## **MEDIKAMENTE ZUR BEHANDLUNG DER DEPRESSION: ANTIDEPRESSIVA 31**

Depression 31

Angriffspunkte der Antidepressiva 32

Die Wahl des geeigneten Antidepressivums 35

Nebenwirkungen 37

Andere Anwendungsgebiete 39

Gute und effiziente Behandlung 40

**WIRKEN ANTIDEPRESSIVA BESSER ALS  
SCHEINMEDIKAMENTE? 43**

- Wie wird die Wirksamkeit eines Medikamentes beurteilt:  
das Placeboproblem 46
- Das Problem der Metaanalysen 48
- Fazit 52

**ERHÖHTES SUIZIDRISIKO UND ANTIDEPRESSIVA 55**

- Was ist Suizidalität? 55
- Suizidalität unter Antidepressiva 57
- Fazit 62

**SUBSTANZEN ZUR BEHANDLUNG VON PSYCHOSEN:**

**ANTIPSYCHOTIKA 65**

- Schizophrene Psychosen 65
- Angriffspunkte der Antipsychotika 67
- Klinische Anwendungsgebiete der Antipsychotika 70
- Die Wahl des geeigneten Antipsychotikums 71
- Nebenwirkungen 73
- Extrapyramidalmotorische Nebenwirkungen 74
- Gute und effiziente Behandlung 76

**PSYCHOPHARMAKA UND GEWICHT 79**

- Mechanismen, die zur Gewichtszunahme führen 80
- Welche Substanzen können zur Gewichtssteigerung  
führen? 83
- Klinische Bedeutung der Stoffwechselstörung 84
- Empfehlungen für die klinische Praxis 85

**BERUHIGUNGSMITTEL (TRANQUILIZER): BENZODIAZEPINE 87**

- Angriffspunkte der Benzodiazepine 89

Wann werden Benzodiazepine angewendet?	90
Nebenwirkungen	92
Gewöhnung und Abhängigkeit	92
Fazit	94

**«ALLES REIN PFLANZLICH»:**

<b>PSYCHOPHARMAKA AUF PFLANZLICHER BASIS</b>	<b>95</b>
Pflanzen, die beruhigend wirken	98
Johanniskraut gegen Depressionen	99

**PSYCHOSTIMULANZIEN: «HIRNDOPING»** 101

Beeinflussung der intellektuellen Leistung	105
Beeinflussung der Stimmung und Kommunikationsfähigkeit	109
Nutzen und Risiken	110

**LITERATUR** 115





## EINLEITUNG

Psychopharmaka haben einen schlechten Ruf. Keine Gruppe von Medikamenten beschäftigt die Öffentlichkeit so sehr im negativen Sinne wie die Substanzen, welche die Psyche und damit Verhalten und Emotionen beeinflussen. Dagegen wird nur selten ein ernsthafter Gedanke an die regelmäßige Einnahme von Mitteln gegen Bluthochdruck oder erhöhten Blutzucker verschwendet. Auch der Gebrauch von Schmerzmitteln ist geradezu beängstigend hoch, obwohl hinreichend bekannt ist, dass diese gravierende negative Effekte haben. Dieses eine Mal mehr wird schon nicht schaden, es erhöht die Lebensqualität.

Die Verordnung von Arzneimitteln zur Behandlung psychischer Störungen nimmt in der Rangfolge aller Indikationsgruppen mittlerweile den zweiten Platz hinter Schmerzmitteln und Substanzen zur Behandlung von Rheumaerkrankungen ein.<sup>1</sup> Diese breite therapeutische Anwendung geht allerdings nicht auf die alleinige Verordnung der Psychiatrie zurück, sondern wird von nahezu allen Fachrichtungen der Medizin vorgenommen.<sup>2</sup> Dem gegenüber steht die zurückhaltende bis ablehnende Haltung sowohl der Konsumenten als auch der Presse. Aber nicht nur Journalisten, auch Strömungen innerhalb der Medizin propagieren ein vermeintlich menschlicheres Gesundheitssystem als Gegenmodell zu einer «repressiven Medizin». Die Skepsis scheint vor allem dadurch begründet zu sein, dass «chemisch» induzierte Veränderungen der unmittelbaren subjektiven Erlebniswelt häufig als Bedrohung der Individualität aufgefasst werden.

Viele Menschen, gerade auch solche, die nicht betroffen sind, sind überzeugt davon, dass psychisch Kranke «mit der chemischen Keule» ruhiggestellt, in die «chemische Zwangsjacke» gesteckt werden, vor sich «hindämmern» und mit Psychopharmaka nur «gefügig» gemacht werden. Die zahlreichen negativen Schlagzeilen der Medien – zum Beispiel: «Psychopillen für Kinder und Krieger» (*Focus*) oder «Alternativen zu Senioren im Drogenrausch» (hr-online) – unterstützen und bestätigen noch die Meinung, dass Psychopharmaka wahllos verteilt werden. Die geringen Kenntnisse darüber, wie tief psychische Krankheiten in das Leben der Patienten eingreifen und dieses zum Negativen verändern, aber auch darüber, welche Möglichkeiten eine Therapie mit Psychopharmaka für diese Patienten eröffnet, erhöhen die Unsicherheit. Was bleibt, ist das negative Image.

Als weiteres Argument wird oft angeführt, dass diese Medikamente die psychischen Erkrankungen nicht heilen können und «nur symptomatisch» wirken. Es ist richtig, psychiatrische Erkrankungen können nicht «geheilt» werden. Doch Psychopharmaka regulieren sozusagen den «entgleisten Stoffwechsel» der Botenstoffe und ermöglichen so eine Wiederherstellung oder Verbesserung vieler Gehirnfunktionen wie der Emotionen oder kognitiven Fähigkeiten. Übrigens «heilt» die Mehrzahl der somatischen Medikamente ebenfalls nicht, sondern greift modulierend in Fehlfunktionen ein. Diese Medikamente wirken somit ebenfalls symptomatisch und erreichen «normale Funktionen» nur, solange sie eingenommen werden.

Zur weiteren Verunsicherung tragen auch immer wieder große Studien, sogenannte Metaanalysen, bei. Mit dem Ziel, nun endlich «die Wahrheit» über die Wirksamkeit oder Unwirksamkeit einzelner Psychopharmaka festzulegen, werden unterschiedliche Studien zusammengefasst und statistisch neu bewertet. Vor allem die negativen Ergebnisse solcher Studien werden gerne von den Medien aufgegriffen, scheinen sie doch die Vorbehalte gegen Psychopharmaka zu bestätigen («Entzauberte Glückspillen», titelte etwa die *Süddeutsche Zeitung*). Diese

Berichte setzen sich bei den Patienten und in der Bevölkerung fest, doch über die nachfolgende wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Thema und den betreffenden Studien, über die Kritikpunkte und die häufig vorgenommenen neuen Bewertungen wird dann nicht mehr berichtet. Somit bleibt der negative Eindruck haften. Vor diesem Hintergrund fragen sich natürlich die Betroffenen, ob sie denn die Medikamente noch einnehmen sollen. Wäre es nicht besser, sich auf psychotherapeutische Behandlungsverfahren zu verlassen? Oder gibt es vielleicht eine weitere Alternative, wie rein pflanzliche Mittel?

Es ist ein schwer zu verstehendes Paradoxon, dass parallel zu dieser ablehnenden Haltung gegenüber Antidepressiva und Antipsychotika (um diese beiden Gruppen geht es üblicherweise, wenn von «Psychopharmaka» gesprochen wird) der Konsum von psychotropen Medikamenten erheblich zunimmt. Immer mehr Menschen greifen regelmäßig zu Medikamenten, die beruhigen, «emotional entspannen» oder gegen Schlafstörungen wirken. Der übermäßige Konsum dieser «kleinen Helfer» ist seit Langem bekannt und führt häufig dazu, dass primär psychisch gesunde Menschen zu Entgiftungs- bzw. Entziehungskuren stationär in psychiatrische Kliniken aufgenommen werden müssen; denn viele dieser Substanzen machen abhängig.

In den letzten Jahren zeigte sich eine neue Entwicklung: «Machen Pillen glücklich? Psychopharmaka zählen zu den meistverordneten Medikamenten», schrieb etwa *Der Spiegel*. Es lässt sich beobachten, dass ein bemerkenswert hoher Anteil der gesunden (!) Bevölkerung regelmäßig Medikamente einnimmt, um dem Leistungsdruck standzuhalten, um länger wach und aufmerksam zu bleiben, stets gut gelaunt zu sein oder um nach den beruflichen Herausforderungen die Freizeit ohne lästige Müdigkeit genießen zu können. Schlagworte wie «smart drugs», «boosters» oder «lifestyle drugs» sind sehr suggestive Wortschöpfungen, die direkt der Drogenszene entlehnt sein könnten. Allerdings verbergen sich dahinter oft genau jene Medikamente, deren Einnahme man eigentlich ablehnt, denn es handelt sich

um «Psychopharmaka». Also genau um die Medikamente, welche in die Steuerung von Emotionen, Konzentration und intellektuellen Fähigkeiten eingreifen. Doch so werden sie nicht gesehen, es sind «kleine Helfer», die den Alltag erleichtern. Wer möchte schon müde und dumm sein, wenn alle anderen fit und klug sind?

Gerade diese Diskrepanz in der Wahrnehmung, der einerseits sorglose Umgang und nahezu hemmungslose Konsum von Psychopharmaka und andererseits die ablehnende Haltung, machen es zunehmend schwierig, psychisch Kranke einer effektiven Therapie zuzuführen. Die weitverbreitete Meinung, dass die Behandlung sich darin erschöpft, «Pillen zu verschreiben», entspricht nicht der Realität. Jede psychiatrische Behandlung besteht in einem Gesamtkonzept, innerhalb dessen die medikamentöse Therapie nur einen Teil darstellt und unterschiedliche Formen von Psychotherapie unverzichtbar sind. Vielen Depressiven, Schizophrenen oder Angstkranken ist es häufig gar nicht möglich, ohne Medikamente eine Therapie zu beginnen. Durch die Medikation werden die Kranken zunächst so weit stabilisiert, dass sie in der Lage sind, auch psychotherapeutisch behandelt zu werden.

Sicher, Psychopharmaka sind sehr effektive Medikamente und greifen tief in die Funktionen des Gehirns und damit in die Psyche ein. Sie haben nicht nur die gewünschten Effekte, sondern wie alle wirksamen Medikamente auch zahlreiche Nebenwirkungen und Risiken. Dennoch sollten sie, wie andere Medikamente auch, sachlich beurteilt und ihrem primären Ziel gemäß verstanden werden: die Lebensqualität psychisch kranker Menschen zu verbessern. Es sind dieselben Medikamente, die einerseits verteufelt und als chemische Keule abqualifiziert und andererseits als Helfer oder Booster wahllos konsumiert werden. Ein vernünftiger Umgang mit diesen Medikamenten kann nur gelingen, wenn sich die Menschen sowohl über die psychiatrischen Erkrankungen als auch über die Psychopharmaka informieren.