

Sonderrubrik der Medical Tribune Nr. 48 · 2. Dezember 2011

## Depressive Episoden und Burnout in der Praxis

# Die Rolle von Johanniskraut-Extrakt

**RHEINFELDEN** – Zunehmend mehr Menschen erkranken an einer Depression. Oder es kommt aufgrund nicht mehr zu erfüllender Ansprüche von Seiten der Familie und des Berufs zu einem Burnout. Mit der Verordnung von Antidepressiva ist es häufig nicht getan. Die Patienten brauchen mehr. Aber was genau? *Medical Tribune* sprach mit Dr. Hanspeter Flury, Facharzt FMH für Psychiatrie und Psychotherapie, Chefarzt und Ärztlicher Direktor, Klinik Schützen Rheinfelden.

**Die Klinik Schützen bietet ein umfassendes Therapie-Konzept für Menschen mit Depressionen oder Burnout. Welche Grundgedanken bestimmen Ihre therapeutische Vorgehensweise?**

**Dr. Hanspeter Flury, Chefarzt, Klinik Schützen Rheinfelden:** Wir erfassen unsere Patientinnen und

Therapie sorgfältig, mit Umsicht und Respekt. Wir richten es konsequent auf die Situation nach Austritt aus – auch in Zusammenhang mit Angehörigen und ambulant Behandelnden. Nur so sind unsere Therapien auch längerfristig wirksam.

**Spielt die Beschränkung auf intensive Behandlung von Burnout, Depressionen, Angst- und Essstörungen eine Rolle bei der Akzeptanz durch die Patienten?**

Die Hemmschwelle, in die Psychiatrie zu gehen, ist oft erheblich und ein Problem, weil sie dazu beiträgt, dass Betroffene erst sehr spät Hilfe suchen. Dem wirkt die gesundheitsfördernde, menschliche Atmosphäre unserer Klinik und unserer Hotels entgegen. Denn unser Klinik-im-Hotel-Konzept verbindet die beste Behandlungsqualität bei medizinisch hochstehenden Angeboten mit ausgezeichneter Hotellerie.

**Inwiefern beziehen Sie depressive Patienten in den Entscheidungsprozess ein, wenn es um die Verordnung eines synthetischen bzw. pflanzlichen Antidepressivums geht?**

Ein gemeinsam getroffener Entscheid ist für die längerfristige Compliance entscheidend. Viele Patienten bringen natürlichen Präparaten mehr Vertrauen entgegen. Gerade bei ihnen sind wir froh, dass



Die Klinik Schützen Rheinfelden liegt im Grünen und hat 90 Betten für stationäre Patienten.

wirksame pflanzliche Antidepressiva zur Verfügung stehen.

**Sehen Sie einen Trend in Richtung «natürliche Therapie»? Wünschen die Patienten initial die Verordnung eines Johanniskraut-Präparats?**

Ja. Zudem weisen phytotherapeutische Antidepressiva generell interessante Eigenschaften auf: Sie machen nicht müde, sedieren also nicht und führen dadurch auch zu keiner Beeinträchtigung der Reaktionsfähigkeit, was zum Beispiel beim Autofahren wichtig ist.

**Wie beurteilen Sie den Stellenwert von Johanniskraut-Präparaten bei Patienten mit depressiven Episoden und welche Rolle spielt diese Phytotherapie beim Burnout-Syndrom?**

Phytotherapie-Präparate sind sehr gut untersucht und dokumentiert, auf der Basis eines langjährigen Erfahrungshorizonts. Es besteht Bedarf an Medikamenten, die bei leichten bis mittelschweren depressiven Episoden nachweislich wirksam und gut verträglich sind.

**Welche Erfahrungen konnten Sie mit Johanniskraut-Präparaten in Ihrem Praxis-Alltag machen?**

Mehrheitlich positive. Neben der guten Wirksamkeit überzeugte mich immer wieder das Nebenwirkungs-Profil, insbesondere dass kein Übergewicht und keine sexuelle Dysfunktionen auftreten, die bei vielen synthetischen Antidepressiva die Patienten oft erheblich stören. Wenn in komplexeren Situationen Kombinationen verschiedener Antidepressiva nötig werden, bin ich mit pflanzlichen Präparaten dagegen zurückhaltend.

wirkungen wie Gewichtszunahme oder sexuelle Funktionsstörungen aufgetreten sind.

**Hauptsache Johanniskraut? Auf was ist zu achten, damit depressive Patienten von dieser Phytotherapie einen spürbaren therapeutischen Benefit haben?**

Einige wenige Punkte entscheiden über den Erfolg: Eine ausreichend hohe Dosis, eine regelmässige Einnahme mit dem Vorteil der täglichen Einmal-Gabe sowie eine ausreichend lange Therapie-Dauer um den Remissions-Erhalt sicherzustellen. Patienten sollten auch über die Wirklatenz informiert werden.

**Wie beurteilen Sie die Datenlage zur Wirksamkeit von synthetischen Antidepressiva – im Vergleich mit einem standardisierten Johanniskraut-Extrakt wie WS® 5570?**

Studien belegen eine Wirksamkeit, die mit derjenigen von Standard-



Dr. Hanspeter Flury  
Chefarzt  
Ärztlicher Direktor  
Klinik Schützen  
Rheinfelden

Foto: zVg

Patienten ganzheitlich – psychisch, körperlich, sozial und in ihren geistig-sinnhaften Bezügen. In unseren intensiven Behandlungen kombinieren wir Psychotherapien, ärztlich-somatische Behandlungen, Psychopharmaka, Physio-, Ergo-, Musik- und Mal-Therapie, Pflege und sozialarbeiterische Unterstützung. Die Therapien werden je nach Diagnose, Problemstellung, Wünschen und individuellen Möglichkeiten, gemeinsam mit den Patienten geplant und individuell abgestimmt.

**Was ist das Besondere an ihrem Angebot?**

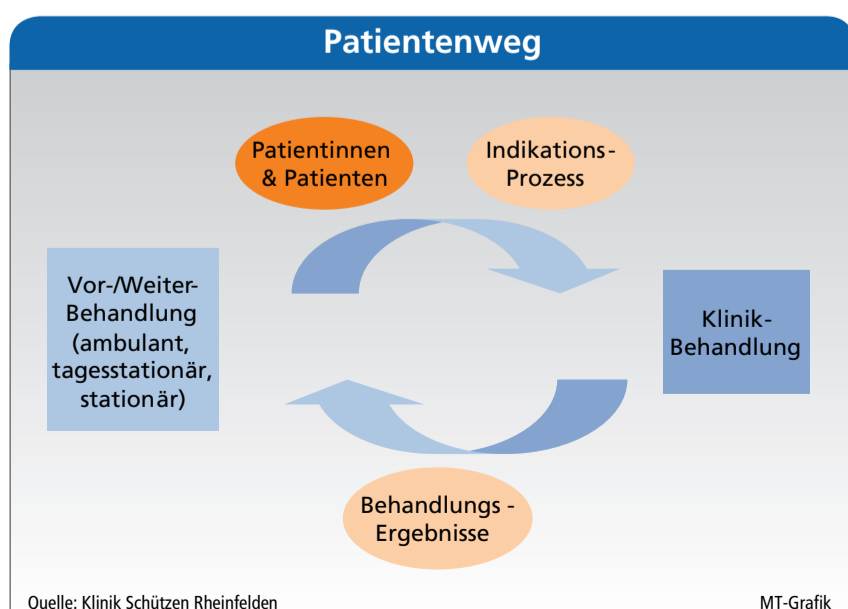
Die Vielfalt unserer Therapien. Und wir gestalten das Hier und Jetzt der



Auch Mal- und Kunst-Therapie sind wichtige Behandlungselemente.



Gruppenpsychiatrie bedingt einen hohen Grad an Fachkompetenz.







Antidepressiva wie z.B. 20 mg Paroxetin vergleichbar ist, bei gleichzeitig besserer Verträglichkeit.

**Wirksamkeit und Verträglichkeit von Phytotherapeutika hängen wesentlich vom Verfahren der Extrakt-Herstellung und der Standardisierung ab. Können Resultate, die mit WS® 5570 gewonnen wurden, ohne weiteres auf andere Johanniskraut-Präparate übertragen werden?**

Dieser Extrakt ist im Gegensatz zu anderen Extrakten auf einen definierten Gehalt an Hypericin und

Hyperforin standardisiert. Werden andere Verfahren der Extrakt-Gewinnung eingesetzt, muss mit anderen Konzentrationen der Wirkkomponenten und einem anderen Verhältnis der Komponenten zueinander gerechnet werden. Daraus kann ein verändertes pharmakologisches Profil resultieren.

**Welche Bedeutung hat bei Johanniskraut-Extrakten, die zu den pflanzlichen Vielstoffgemischen zählen, die Mehrfach-Standardisierung?**

Die Mehrfach-Standardisierung ist ein Garant für eine gleichbleibende, hohe Extraktqualität und gewähr-

leistet damit eine zuverlässigere und konstantere Dosierung.

**Bei WS® 5570 konnte mit der Dosis-Erhöhung von 1x täglich 600 mg auf 1200 mg (2x 600 mg) keine Wirkungssteigerung erzielt werden. Wie ist ihre Praxis-Erfahrung damit?**

Im Einzelfall sind oft sehr unterschiedlich hohe Dosen wirksam. Die individuelle Varianz ist also sehr hoch. Immerhin sind in der erwähnten Studie in der höheren Dosis auch nicht vermehrt Nebenwirkungen aufgetreten.

**Welche Rolle spielen Compliance beeinflussende Faktoren?**

Eine tägliche Einmal-Gabe, gute Verträglichkeit und Gewichtsneutralität fördern die Compliance. Unter der Johanniskraut-Therapie kommt es nicht zu systematischen Gewichtsveränderungen.

**Die FDA rät bei jungen Patienten (18 bis 25 Jahre) zur Zurückhaltung bei der Verordnung von synthetischen Antidepressiva, da Hinweise auf eine erhöhte Suizid-Rate existieren. Wie wird das in der Schweiz gehandhabt?**

Bei gehemmten Depressionen sollte beachtet werden, dass bei der Aufhellung der Depression oft als erstes der Antrieb gesteigert wird und die Besserung der

depressiven Stimmung nachhinkt, sodass vorübergehend verstärkt suizidale Impulse auftreten können. Dem kann mit einer guten Information und therapeutischen Einbindung der Patienten begegnet werden. Doch es sollte auch nicht unterschätzt werden, dass die Suizidalität bei unbehandelten Depressionen am höchsten ist. Überhaupt ist es generell die Kombination von Psychotherapie und Psychopharmako-Therapie, die bei mittelschweren bis schweren Depressionen am wirksamsten ist und zur Anwendung kommen sollte.

*Interview:*

*Dr. rer. nat. Renate Weber*