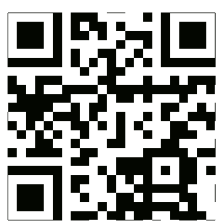




**DIERK HEIMANN'S
VIDEO-KOLUMNE
AUF YOUTUBE**

<http://www.hausarzt-kolumne.video>



„Schaden Depressionen dem Herz, Herr Doktor?“

Der 47-jährige Gas- und Wasserinstallateur ist eigentlich wegen einer Schlafstörung gekommen. Nach vielen Tests, Gesprächen und einem ausgefüllten Fragebogen sagte ich: „Ich glaube, dass Sie in einer depressiven Episode stecken.“ Ich sehe ihm sofort an, dass er meine Einschätzung nicht hören möchte. „Auch wenn Ihre Frau Psychiaterin ist – zu so einem Psychofuzzi kriegen mich keine zehn Pferde“, platzt es aus ihm heraus. „Lieber nehme ich Medikamente.“ Meine Frau ist tatsächlich Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie. Sie hat ihre Praxis über meiner. Ich hole tief Luft. Im Grunde habe ich seine Reaktion erwartet. „Das eine schließt das andere nicht aus“, sagte ich vorsichtig. Ich weiß, dass er miterleben musste, wie sein Vater vor elf Jahren an einem Schlaganfall gestorben ist. Vielleicht interessiert ihn deshalb das Ergebnis einer neuen Studie. „Eine solche Therapie kann sogar vor einem Schlaganfall oder Herzinfarkt schützen“, sagte ich. Er stutzt. „Wie das denn, Herr Doktor?“

Wie Therapiegespräche heilen

„Mitte April ist eine Studie erschienen, bei der fast 640 000 Menschen über 45 Jahren, die unter Depressionen litten, über mehr als drei Jahre nachverfolgt wurden. Es sind also Personen Ihrer Altersgruppe gewesen“, sagte ich. „Bei etwa 60 Prozent konnte eine Psychotherapie die depressiven Beschwerden bessern. Was für Sie aber vielleicht viel wichtiger ist: Man konnte so zwei von zehn Herzinfarkten, Schlaganfällen oder anderen Herz-Kreislauf-Notfällen bei denjenigen Versuchspersonen verhindern, bei denen es zu einer Verbesserung der Depressionen durch die Therapie gekommen ist.“ Das hat er nicht erwartet. „Und das können Pillen nicht?“, fragt er. Er ist noch nicht ganz überzeugt. „Das wissen wir nicht so genau. Wir wissen nun aber, dass die Psychotherapie das kann. Ich würde daher vorschlagen, Sie versuchen es einfach mal.“ Er nickt grummelnd. „Okay, Herr Doktor. Aber, wenn's mir nicht zusagt, reden wir nochmal.“ Ich muss schmunzeln und freue mich darüber, dass er sich auf meinen Vorschlag einlässt. Ein erster Schritt.

TEXT DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO LARS BERG



Adressat unbekannt

Politisch schlimme Zeiten erkennt man auch daran, dass sich zwischen Menschen, die einander einmal zugetan waren, plötzlich unüberwindbare Gräben auf-tun. Diese Gräben trennen Nachbarn, Kollegen, Familien und Freunde voneinander und machen aus ihnen unerbittliche Gegner.

So ergeht es den befreundeten Geschäftspartnern Max Eisenstein und Martin Schulse. Sie betreiben gemeinsam eine Kunstgalerie in San Francisco. Um auch in Europa Fuß zu fassen, entschließt sich Schulse, nach München zu gehen. Doch es ist die Zeit der frühen 1930er Jahre, und Schulse erliegt schon bald der Propaganda der Nazis. In seiner Verblendung bricht er mit dem jüdischen Freund. Als Eisensteins Schwester in Deutschland von SA-Männern verfolgt wird, fleht Eisenstein seinen ehemaligen Freund an, ihr zu helfen. Doch Schulse liefert die junge Frau der SA aus

und nimmt ihre Ermordung billigend in Kauf.

Kathrine Kressmann Taylors Briefroman „Adressat unbekannt“ erschien bereits 1938 in den USA. Und man kann sagen: Selten ist so viel in solcher Dichte ausgedrückt worden. In der Korrespondenz der beiden ehemaligen Freunde werden die Stufen der Entfremdung und Feindseligkeit deutlich, die so typisch sind für die zerstörerische Kraft des Fanatismus. Für unsere Leserin Erika Parys aus Düsseldorf ist es ein Lebensbuch. Sie schreibt: „Es ist nur ein kleines Büchlein, aber ein Meisterwerk von beklemmender Aktualität. Jeder sollte es gelesen haben.“

Kathrine Kressmann Taylor

Adressat unbekannt

Atlantik Verlag

80 Seiten

Preis: 11 Euro

Lassen Sie uns wissen, welches das Buch Ihres Lebens ist – und warum es Ihnen wichtig ist. Wir freuen uns auf Ihre Zuschrift an **tv Hören und Sehen „Das Buch meines Lebens“ Burchardstr. 11 20077 Hamburg Deutschland**

Und bitte schreiben Sie uns kurz, ob Sie mit einer Veröffentlichung einverstanden sind. Herzlichen Dank.