

Erhöhte Homocysteinwerte und Depression (1)

Liebe Leserinnen und Leser,



Depression ist ein vielschichtiges Krankheitsbild, das unsere westliche Welt fast wie eine Epidemie heimsucht. Die Weltgesundheitsorganisation WHO rechnet damit, dass Erkrankungen des Geistes oder der Seele, wie Depressionen und Schizophrenie, zur größten Gesundheitsstörung dieses Jahrhunderts werden. Jeder zehnte Mensch auf dieser Erde leidet zurzeit an einer solchen Erkrankung und 25 % der Menschen werden mindestens einmal im Laufe ihres Lebens an der eigenen Seele erfahren, was diese Krankheit bedeutet. Depressionen werden heute zehnmal so häufig diagnostiziert wie noch in den 50er-Jahren. Das Ausmaß reicht von leichteren depressiven Verstimmungen bis hin zu massiven Depressionen, die nicht selten im Suizid enden. Bei den 15-bis 24-Jährigen sind Suizide auf Grund von Depressionen die zweithäufigste (!) Todesursache.

Was ist eine Depression?

Eine Depression ist eine psychische Störung, die mit einer Vielzahl von Symptomen einhergeht. Genauso zahlreich sind auch die Ursachen einer Depression. Die Bezeichnung Depression leitet sich von dem lateinischen Wort „deprimere“ ab, was so viel bedeutet wie „niederdrücken“. Die Niedergeschlagenheit ist daher auch als Leitsymptom zu betrachten. Die Depression ist in drei große Gruppen zu unterteilen: die wiederkehrende depressive Störung, die depressive Episode und die chronische Depression. Die letztgenannte Gruppe ist, was Symptome und Verlauf betrifft, die schwerwiegendste. Daher ist die chronische Depression auch nicht mit der depressiven Störung zu verwechseln, die zum Beispiel als die typische Winterdepression auftreten kann.

Welche Formen der Depression gibt es?

Die Depression manifestiert sich in zahlreichen Formen, wobei sie sich insgesamt in leicht, mittelgradig und schwer unterteilen lässt. Die Diagnoseklassifikation richtet sich nach dem „International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems“, kurz ICD genannt. Im Falle der Depression ist der ICD-10 gültig. Da es sehr viele Formen der Depression geben kann, seien hier nur die wichtigsten genannt:

Die anaklitische Depression

Sie wird als sogenannte Anlehnungsdepression bezeichnet, die vorwiegend bei Säuglingen auftritt, meist infolge von Trennungen von der Bezugsperson.

Die endogene Depression

Sie ist die Depression, die von „innen heraus entstanden ist“, also nicht durch äußere Umstände hervorgerufen wurde. Allerdings bezeichnete man früher die endogene Depression lediglich als einen Zustand veränderter Stoffwechselfvorgänge im Gehirn. Häufig liegt hier auch eine genetische Mitverursachung zugrunde. Heute wird die endogene Depression eher als somatogene Depression bezeichnet, die in mehreren Formen auftreten kann. Zu den Formen zählen veränderte Stoffwechselfvorgänge im Gehirn und die Begleitdepression bei Infektionen, nach Operationen und bei Vergiftungen. Eine weitere Form ist die endokrine Depression, die in der Pubertät, in der Schwangerschaft, im Wochenbett oder im Klimakterium auftritt, also in Begleitung von hormonellen Veränderungen. Organische Depressionen können bei Hirntumoren, geistiger Behinderung, Epilepsie und Hirnhautentzündung entstehen.

Die larvierte Depression

Sie ist eine sogenannte „maskierte“ Depression, bei der der Patient unfähig ist, die Depression als eine solche zu beschreiben. Die Beschwerden werden hier verlagert und als körperliche Symptome dargestellt. Die Diagnose ist daher schwer zu erstellen. Der Patient ist oft bei mehreren Ärzten in Behandlung, insbesondere bei Allgemeinmedizинern, Internisten, Gynäkologen und Chirurgen. Die larvierte Depression wird auch als somatisierte Depression bezeichnet. Aufgrund der körperlichen Beschwerden bleibt die depressive Symptomatik unterschwellig.

Die agitierte Depression

Der Patient wirkt hier weniger niedergeschlagen, sondern eher unruhig und ängstlich. Das Mitteilungsbedürfnis ist gesteigert, der Bewegungsdrang rastlos. Eine zielgerichtete Tätigkeit ist fast nicht möglich.

Die chronische Depression

Chronisch depressiv ist ein Mensch, der dauerhaft niedergeschlagen ist. Aber auch Patienten mit immer wiederkehrenden depressiven Verstimmungen, die nach Schwere und Dauer eingestuft werden, gelten als chronisch depressiv. Zu den depressiven Verstimmungen können phasenweise Symptome einer echten Depression hinzukommen. Diese Depression ist unter Umständen schwer behandelbar, zumindest ist die Behandlung langwierig und muss mit unterschiedlichen Therapieformen angegangen werden.

Wer ist für eine Depression anfällig?

Bei Menschen, die unter ständigem Stress stehen, lässt sich eine übersteigerte Menge des Stresshormons Cortisol im Blut nachweisen. Dadurch werden empfindliche Regionen des Gehirns längerfristig geschädigt. Auf diese Weise kommt es zu Störungen der Verarbeitungsprozesse. Ängstlichkeit, unangenehme Erlebnisse und negative Lebenserfahrungen führen ebenfalls zu einem Gefühl der Hilflosigkeit und im weiteren Verlauf zu Hoffnungslosigkeit, beides kann zu Depressionen führen. Hier sind vor allem Personen betroffen, die sich beruflich verausgaben, fehlende Dankbarkeit erleben, sich in einer Opferrolle fühlen oder Angst haben, bestimmte Erwartungen nicht zu erfüllen. Insbesondere ist hier auch der Burnout anzuführen, der bei Menschen in sozialen Berufen auftritt, aber auch bei Frauen, die Beruf, Familie und Ehemann unter einem Hut bringen wollen. Des Weiteren können ungünstige Lebensumstände wie Arbeitslosigkeit, Mobbing, Verlust des Partners, Armut und körperliche Erkrankungen zu Depressionen führen. Darüber hinaus können Kinder, deren Eltern depressiv sind, ebenfalls an Depression erkranken. Bei älteren Menschen münden altersbedingte Veränderungen und Demenz häufig in eine Depression. Was die Geschlechtsspezifität betrifft, so gibt es keine relevanten Angaben. Allerdings erkranken Frauen und Mädchen häufiger als männliche Personen.

Welche Auswirkungen hat eine Depression auf den Alltag?

Die Depression wirkt sich im Alltag sehr belastend aus. Die Patienten befinden sich bald in einem Teufelskreis. Die Depression belastet Freundschaften und Partnerschaft, weil sich der Depressive immer mehr abkapselt, antriebslos und freudlos ist. Depressive Menschen neigen außerdem zu Drogen-, Alkohol- und Medikamentenmissbrauch. Die schwerwiegendste Auswirkung ist der Selbstmord. Außerdem haben Depressive eine erhöhte Neigung, körperlich krank zu werden. Darüber hinaus leiden auch die Angehörigen des Depressiven.

EBD30: Homocystein-Komplex - Preis: 19,80 €

Homocystein-Komplex ist komponiert aus den Vitaminen B2, B6 und B9. Mit Hilfe der **Vitamine** B6 (**Pyridoxin**), B12 (**Cobalamin**) und B9 (Folsäure) wird **Homocystein** in unschädliche Stoffe umgewandelt. **Homocystein**-Komplex trägt zur Normalisierung eines erhöhten Homocysteinspiegels bei, indem erhöhte Werte gesenkt werden. Das Produkt leistet so einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit der Gefäße.

Homocystein ist bei jedem Mensch im Blut zu finden und in einem gewissen Rahmen völlig normal. Es handelt sich um ein körpereigenes Stoffwechselprodukt, das bei der Verwertung des Eiweißbausteins **Methionin** entsteht. Seit einigen Jahren weiß man, dass der Homocysteinspiegel im Blut eine Bedeutung für die Gesundheit der Gefäße hat. **Homocystein** wird normalerweise im Körper umgewandelt und ausgeschieden. Damit dieser Stoffwechsel optimal ablaufen kann, muss das Zwischenprodukt **Homocystein** zu Cystein abgebaut oder aber zu **Methionin** remethyliert werden. Beide Reaktionen sind direkt an die **Vitamine** des B-Komplexes (B6, B12 und B9) gebunden, welche als Koenzyme fungieren.

-Komplex im Online Shop von Nature Power

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihr Gerd Schaller



Wichtiger Hinweis zu unseren medizinischen Informationen

Die wissenschaftlichen Informationen auf unseren Seiten wollen und können keine ärztliche Behandlung und keine medizinische Betreuung durch einen Arzt oder einen Therapeuten ersetzen. Der Benutzer wird dringend gebeten, vor jeder Anwendung unserer Vorschläge ärztlichen oder naturheilkundlichen Rat einzuholen. Die Ratschläge und Empfehlungen dieser Website wurden nach besten Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie übernommen werden. Eine Haftung des jeweiligen Autors, der Stiftung Research for Health, der Redaktion sowie ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluellistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln