

## Depression

# Antidepressiva – Was sollte ich wissen?

Bei Ihnen wurde eine Depression festgestellt. Nun haben Sie sich gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt für eine Behandlung mit Antidepressiva entschieden. Hier erhalten Sie wichtige Informationen zu diesen Medikamenten.

## Was sind Antidepressiva?

Antidepressiva sind Medikamente, die gegen Depressionen helfen können. Sie heißen „Antidepressiva“, da sie gegen depressive Beschwerden wirken sollen. Die Einzahl ist „Antidepressivum“. Diese Medikamente werden auch „Stimmungsaufheller“ genannt.

### » Wie wirken Antidepressiva?

Das Gehirn besteht aus vielen kleinen Nervenzellen. Diese tauschen mit Hilfe von Botenstoffen Informationen aus. Bei einer Depression sind die Botenstoffe aus dem Gleichgewicht geraten. Dabei handelt es sich zumeist um Serotonin und Noradrenalin. Antidepressiva sollen das Gleichgewicht der Botenstoffe wiederherstellen.

## Welche Antidepressiva gibt es?

Es gibt viele unterschiedliche Arten von Antidepressiva. Dazu gehören unter anderem:

- Selektive Serotonin-Wiederaufnahme-Hemmer (SSRI), zum Beispiel Citalopram, Fluoxetin und Sertalin
- Selektive Serotonin-/Noradrenalin-Wiederaufnahme-Hemmer (SSNRI), zum Beispiel Venlafaxin und Duloxetin
- Alpha-2-Rezeptor-Antagonisten, wie Mirtazapin und Mianserin
- Tri- und tetrazyklische Antidepressiva (TZA), zum Beispiel Amitriptylin und Clomipramin
- Monoaminoxidase-Hemmstoffe (MAO-Hemmer), zum Beispiel Moclobemid und Tranylcypromin
- Medikamente anderer Gruppen, zum Beispiel Bupropion, Agomelatin und Trazodon



© STUDIO GRAND WEB – stock.adobe.com

## Welches Antidepressivum ist das Richtige für mich?

Aus Studien lässt sich nicht ableiten, welches Antidepressivum am besten ist: Alle sind in ihrer Wirksamkeit etwa vergleichbar.

Bei der Wahl des Antidepressivums spielen viele Umstände eine Rolle, zum Beispiel Ihre Lebenssituation, Ihre Vorerkrankungen oder andere Medikamente, die Sie einnehmen. Die Entscheidung hängt zudem von Ihren eigenen Bedürfnissen und Vorstellungen ab. Dazu gehört unter anderem, welche Nebenwirkungen Sie bereit sind, in Kauf zu nehmen und welche nicht. So kann es zum Beispiel sein, dass ein bestimmtes Antidepressivum für Sie nicht in Frage kommt, weil es eine Gewichtszunahme verursachen kann. Möglicherweise haben Sie auch in der Vergangenheit schon gute oder schlechte Erfahrungen mit einem Wirkstoff gemacht. Deshalb ist es wichtig, dass Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber sprechen. Dann können Sie gemeinsam entscheiden, welches Antidepressivum in Ihrem Fall geeignet ist.

## Wie läuft die Behandlung ab?

In der Regel beginnt Ihre Behandlung mit einer niedrigen Dosis, die dann schrittweise, aber zügig erhöht wird.

Die Behandlung dauert einige Monate. Auch wenn die Beschwerden nachgelassen haben, sollten Sie das Medikament mindestens 6 Monate weiter einnehmen. Das kann einen Rückfall verhindern.

Am Behandlungsende ist ein schrittweises Absetzen empfehlenswert. Setzen Sie ein Antidepressivum nicht ohne ärztliche Rücksprache ab und ändern Sie die Dosis nicht selbstständig. Das kann Nebenwirkungen auslösen, wie beispielsweise Kopfschmerzen und Schwindel. Außerdem kann durch ein abruptes Weglassen die Depression wiederkommen.

Mehr zum Absetzen von Antidepressiva erfahren Sie in einem anderen Informationsblatt:

[www.patienten-information.de/depr/absetzen](http://www.patienten-information.de/depr/absetzen).

## Wann merke ich eine Wirkung?

Ein Antidepressivum hilft nicht sofort mit der ersten Tablette. Eine erste Verbesserung kann sich nach 2 Wochen zeigen. Die volle Wirksamkeit tritt nach etwa 3 bis 4 Wochen ein. Dann überprüfen Sie gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, ob sich Ihre Beschwerden verbessert haben. Es kann aber auch mehr Zeit vergehen, bis es zu einer Veränderung kommt.

## Kann es Nebenwirkungen geben?

Alle Antidepressiva können Nebenwirkungen haben. Diese unterscheiden sich je nach Wirkstoff. Beispiele für Nebenwirkungen sind Mundtrockenheit, Schlafprobleme oder veränderter Blutdruck. Es kann auch zu sexuellen Funktionsstörungen kommen, wie beispielsweise verminderte Libido, Orgasmusprobleme oder Erektionsstörungen.

Daher wird Ihre Ärztin oder Ihr Arzt Sie während der Behandlung regelmäßig nach Nebenwirkungen fragen. Eine regelmäßige Kontrolle der Laborwerte ist empfehlenswert, bei manchen Antidepressiva auch EKG-Untersuchungen (Elektrokardiogramm).

## Helfen Antidepressiva immer?

Aussagekräftige Studien zeigen, dass Antidepressiva die Beschwerden einer Depression verbessern und einen Rückfall verhindern können.

Allerdings wirken die Medikamente nicht bei allen Betroffenen gut: Ein Teil der Patientinnen und Patienten hat trotz eines Antidepressivums weiter depressive Beschwerden.

Wenn ein Antidepressivum nach etwa 4 Wochen nicht hilft, ist es wichtig, die Gründe dafür zu finden. Dann kann Ihre Ärztin oder Ihr Arzt die Behandlung ändern. Welche Möglichkeiten in Frage kommen können, lesen Sie in einem eigenen Informationsblatt: [www.patienten-information.de/depr/nichtansprechen](http://www.patienten-information.de/depr/nichtansprechen)

## Was sollte ich bei der Einnahme beachten?

- Nehmen Sie das Antidepressivum regelmäßig und wie verordnet ein. Nur dann kann es helfen.
- Es ist möglich, dass ein Antidepressivum die Wirkung anderer Medikamente beeinflusst: Sie verstärken oder mindern sich gegenseitig in ihrer Wirkung. Es ist daher gut, wenn Sie eine aktuelle Medikamentenliste zum Arztgespräch mitbringen. Auch Ihre Apotheke kann eine solche Liste auf Wechselwirkungen prüfen.
- Antidepressiva können unterschiedliche Wirkungen haben. Einige steigern den Antrieb, wie etwa SSRI oder SSNRI. Es ist ratsam, ein solches Mittel am besten morgens einzunehmen. Im Gegensatz dazu sind andere Antidepressiva vor allem beruhigend, zum Beispiel der Wirkstoff Mirtazapin. Aufgrund dieser Wirkung ist es gut, diese Medikamente abends einzunehmen.

## Wo gibt es weitere Informationen?

Mehr wissenschaftlich gesicherte Informationen zu Antidepressiva sind abrufbar unter:

[www.patienten-information.de/uebersicht/depression](http://www.patienten-information.de/uebersicht/depression)

**Empfehlung:** Prüfen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, welches Antidepressivum für Sie geeignet ist. Besprechen Sie gemeinsam den Nutzen sowie die Vor- und Nachteile.