

Psychotherapie bei Depressionen im höheren Lebensalter

Psychotherapy for Late-Life Depression

Sabine Böhringer, Martin Hautzinger & Forugh S. Dafsari

Themenschwerpunkt Depression

Zusammenfassung

Die Erkennung und Behandlung der Depression im höheren Lebensalter (Late-Life Depression, LLD) gewinnt aufgrund der alternden Gesellschaft immer mehr an Bedeutung. Aufgrund der altersspezifischen psychopathologischen Besonderheiten erweist sich die Diagnostik und die Behandlung der Altersdepression mitunter als komplex und herausfordernd. Auch Vorurteile auf PatientInnen und BehandlerInnenseite können dazu beitragen, dass depressive PatientInnen im höheren Lebensalter nur unzureichend psychiatrisch und psychotherapeutisch behandelt werden. Als effektive Psychotherapieverfahren bei LLD haben sich unter anderem die Reminiszenz-/Life-Review-Therapie sowie die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) bewährt. Eine neue Entwicklung in der Psychotherapie stellt eine an das höhere Lebensalter adaptierte KVT für Depressionen dar, die im Rahmen der multizentrischen, randomisierten und beobachterblinden CBTlate-Studie erforscht wurde.

Abstract

The diagnosis and treatment of late-life depression (LLD) is one of the major challenges of the aging society. Due to the age-specific psychopathological characteristics, the diagnosis and treatment of late-life depression can be complex and challenging. LLD is often misinterpreted as a physiological aging process and thus remains underdiagnosed and undertreated for years. Prejudices of patients and practitioners can also contribute to the fact that LLD patients receive insufficient psychiatric or psychotherapeutic treatment. Effective psychotherapeutic interventions for LLD include reminiscence/life review therapy and cognitive behavioral therapy (CBT). An LLD-specific

CBT has been developed recently and its efficacy has been evaluated in the multicenter, randomized, observer-blinded CBTlate trial.

1. Einführung

Die gezielte psychotherapeutische Behandlung im höheren Lebensalter ist im Vergleich zu den lang bestehenden Schwerpunkten der Erwachsenen- und der Kinder- und Jugendpsychotherapie eine vergleichsweise neue Entwicklung. Bis in die 90er-Jahre lag der Fokus der Therapie älterer depressiver PatientInnen auf Gedächtnistraining, Angehörigenberatung und medizinischen Rehabilitationsbehandlungen. Entscheidende Weiterentwicklungen stellte u. a. die Veröffentlichung von ersten altersspezifischen Therapieprogrammen (Adler, 2005; Hautzinger, 2000) dar, durch die niedergelassenen BehandlerInnen praxisnahe Manuale für die Psychotherapie älterer depressiver PatientInnen an die Hand gegeben wurden. Inzwischen existieren eine Vielzahl von Behandlungsprogrammen für das Einzel- und/oder Gruppensetting, die für die Behandlung älterer PatientInnen geeignet sind, sowie in fast allen der großen Fachgesellschaften eigene Arbeitskreise und Interessensgruppen zur Psychotherapie mit älteren Menschen. Hierdurch wurde bereits zur Qualitätssicherung des therapeutischen Angebots beigetragen.

Gleichzeitig wachsen in unserer Gesellschaft der Bedarf und die Notwendigkeit für psychotherapeutische Angebote im höheren Lebensalter. Im Jahr 2020 waren 18,44 % der Bevölkerung in Deutschland 65 Jahre oder älter (Statistisches Bundesamt, 2022). Laut den Daten des Statistischen Bundesamtes dauert das „höhere Lebensalter“ für die heute 65-jährigen Männer durchschnittlich 17,9 Jahre und für die heute 65-jährigen Frauen durchschnittlich 21,1 Jahre (Statistisches Bundesamt,