

Depression und Hirntätigkeit

Im Folgenden möchten wir Ihnen einiges über den Zusammenhang zwischen Depression und Hirntätigkeit (1) erklären:

Wenn wir ein Bild sehen oder Musik hören, Gefühle empfinden oder denken, geht das mit Aktivitäten unserer Nervenzellen einher. Wenn eine Nervenzelle feuert, sie also aktiv ist, wird der Impuls elektrisch entlang der Nervenfasern bis zu den Nervenendigungen und Kontaktstellen mit anderen Nervenzellen, den Synapsen, transportiert.

Zwischen den Nervenendigungen und der nachgeschalteten Nervenzelle befindet sich ein Spalt, den ein elektrischer Impuls nicht überspringen kann. Diesen Spalt können nur chemische Botenstoffe, die Neurotransmitter, überwinden.

Neurotransmitter wandern durch den Spalt zur nachgeschalteten Zelle und lagern sich an bestimmten Andockstellen, den Rezeptoren, an. Über diese Rezeptoren lösen sie bei der nächsten Nervenzelle Reaktionen aus, z.B. wieder einen elektrischen Impuls. So geben sie die Aktivität weiter. Solche Botenstoffe sind das Serotonin und das Noradrenalin.

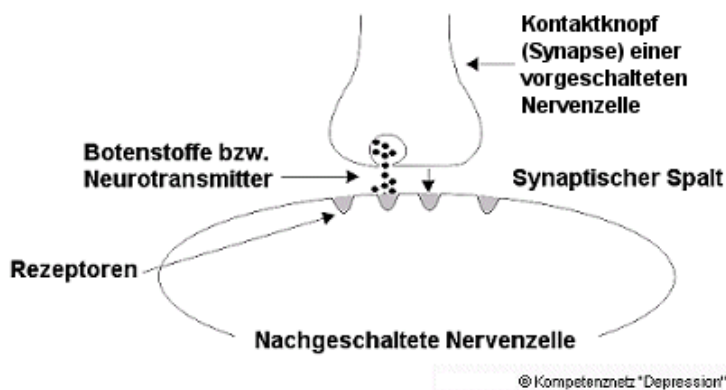


Abbildung: Synapse

Gestörter Stoffwechsel

Auch wenn vieles noch nicht restlos geklärt ist, so gibt es doch gute Hinweise, dass während einer Depression der Stoffwechsel des Gehirns gestört ist: Serotonin, Noradrenalin und andere Botenstoffe sind aus der Balance geraten. Sie sind entweder in zu geringer Konzentration vorhanden oder aber die Übertragung funktioniert nicht richtig. Ist aber die Übertragung zwischen den Nervenzellen gestört, so schlägt sich das auch in den Gefühlen und Gedanken nieder und führt zu fehlendem Antrieb, zu Appetit- und Schlaflosigkeit usw. Viele antidepressive Medikamente setzen an dieser Stelle an und bringen den Hirn-Stoffwechsel wieder ins Gleichgewicht.

Jeder kann an sich selbst die Bedeutung von Botenstoffen auf das Erleben und Verhalten beobachten, wenn er eine Flasche Wein trinkt. Auch Alkohol beeinflusst über Botenstoffe die Hirnfunktion und damit unser Erleben und Verhalten.

