

## Pressemitteilung

2. Februar 2017

Auch schwerkranken Patienten kann geholfen werden

# Chronische Depressionen mit spezifischer Psychotherapie besser behandelbar

Eine spezifische Psychotherapie zur Behandlung chronischer Depressionen, bei der belastende Beziehungserfahrungen berücksichtigt werden, ist einer unspezifischen unterstützenden Psychotherapie überlegen. Das haben Wissenschaftler der Universitätsklinik Freiburg in Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) sowie weiteren sechs deutschen Universitäten herausgefunden. Die Ergebnisse der klinischen Studie sind jetzt in *JAMA Psychiatry*, einem der wichtigsten psychiatrischen Fachjournale, veröffentlicht worden.

Chronische Depressionen gelten als schwer behandelbar: Die Mehrzahl der Patienten spricht auf vielfache psychotherapeutische und medikamentöse Therapieversuche nicht an. „Daher führen chronische Depressionen zu einer erheblichen Krankheitslast, welche vor allem durch eine lang anhaltende Einschränkung der Leistungsfähigkeit und der Lebensqualität gekennzeichnet ist“, erklärt Prof. Dr. Elisabeth Schramm, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universitätsklinik Freiburg, die die Untersuchung zusammen mit Prof. Dr. Dr. Martin Härter, Leiter des Instituts und der Poliklinik für Medizinische Psychologie, Priv.-Doz. Dr. Levente Kriston und Ramona Meister von UKE-Seite durchgeführt hat.

### 268 Patienten an acht universitären Zentren behandelt

In den letzten Jahren wurde erstmals eine spezifische und strukturierte Psychotherapie zur Behandlung chronischer Depression entwickelt, das „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP). In dieser von James McCullough in den USA entwickelten Behandlung fokussieren die Therapeuten intensiv auf belastende Beziehungserfahrungen, über die viele chronisch depressive Patienten berichten. „Die Patienten lernen während der Therapie, den Zusammenhang der aktuellen Probleme mit früheren verletzenden Erfahrungen zu erkennen und ihre zwischenmenschlichen Beziehungen im Alltag erfolgreicher zu gestalten“, sagt UKE-Professor Martin Härter.

In der vorliegenden, von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderten Studie verglichen die Wissenschaftler die Wirksamkeit von CBASP mit einer unterstützenden Psychotherapie, einer sogenannten supportiven Therapie. Zu diesem Zweck behandelten sie an acht universitären Zentren (Lübeck, Hamburg, Heidelberg, Tübingen, Bonn, Marburg, Mannheim, Freiburg) 268 Patienten

ten mit früh begonnener chronischer Depression. Die Patienten erhielten per Zufall zugeteilt eine der beiden Behandlungen. Die ambulante Einzeltherapie dauerte ein Jahr, umfasste 32 Sitzungen und wurde ohne begleitende Medikation durchgeführt.

### Therapie mindert depressive Symptome und steigert Lebensqualität

Beide Behandlungen führten zu einer deutlichen Besserung für die Patienten. Diese zeigte sich sowohl in der Verminderung der depressiven Symptome als auch in einer verbesserten allgemeinen Leistungsfähigkeit und Lebensqualität. Auf die spezifische Therapie mit CBASP sprachen jedoch mehr Patienten zu Behandlungsende an (Response-Rate 53 Prozent bei CBASP im Vergleich zu 41 Prozent bei der supportiven Therapie). Auch eine vollständige Besserung der depressiven Symptome (Remission) wurde unter CBASP deutlich häufiger erreicht (37 Prozent im Vergleich zu 26 Prozent). Das ist angesichts der Schwere und Hartnäckigkeit der Erkrankung ein beachtlicher Erfolg, so die Einschätzung der Wissenschaftler.

„Das wichtigste Ergebnis dieser Studie ist aus unserer Sicht, dass auch schwer behandelbare chronisch depressive Patienten mit einer alleinigen störungsspezifischen Psychotherapie geholfen werden kann, wenn diese Psychotherapie über einen längeren Zeitraum angeboten wird“, erläutert Prof. Elisabeth Schramm. Die Studie sei im Übrigen die erste, in der die Wirksamkeit der neu entwickelten Methode im Vergleich zu einer unspezifischen Psychotherapie geprüft wurde. Der Hamburger Prof. Martin Härter ergänzt: „Möglicherweise lässt sich der Behandlungserfolg durch eine Kombination aus Psychotherapie und antidepressiver Medikation in der Zukunft noch steigern, dies müsste in Folgestudien untersucht werden.“

### Literatur:

Schramm, E., Kriston, L., Zobel, I., Bailer, J., Wambach, K., Backenstrass, M., Klein, P., Schoepf, D., Schnell, K., Gumz, A., Bausch, P., Fangmeier, T., Meister, R., Berger, M., Hautzinger M., Härter, M. (2017) Effect of disorder-specific versus non-specific psychotherapy for chronic depression: A randomized clinical trial. JAMA Psychiatry, DOI 10.1001/jamapsychiatry.2016.3880.

### Kontakt:

Prof. Dr. Dr. Martin Härter  
 Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie  
 Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)  
 Martinistr. 52  
 20246 Hamburg  
 Telefon: 040 7410-52978  
[m.haerter@uke.de](mailto:m.haerter@uke.de)

Prof. Dr. Elisabeth Schramm  
 Universitätsklinikum Freiburg  
 Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Hauptstraße 5  
79104 Freiburg  
Telefon: 0761 270-69670  
[elisabeth.schramm@uniklinik-freiburg.de](mailto:elisabeth.schramm@uniklinik-freiburg.de)

