

„Burnout ist ja auch irgendwie attraktiv, man hat sich ja schließlich kaputt geschafft, also was geleistet“

Zur modernen Leistungsgesellschaft gehört eine moderne Krankheit: Vom stressgeplagten Schüler bis zum Promi bekennt man sich inzwischen offen zu seinem „Burnout“. Prof. Dr. med. Hermann Ebel, Ärztlicher Direktor der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin am Klinikum Ludwigsburg, beleuchtete am Mittwoch, 21. April 2010, auf Einladung des BDS Freiberg Facetten und Diagnosestellung des „Burnout“.

Rund 150 Gäste, darunter den Geschäftsstellenleiter des BDS Nordbaden Harald Kunkel, die Kreisvorsitzende Dr. Annelie Weiske, den Kreisvorsitzenden Rems-Murr Hermann Kemper und den Kreisvorsitzenden Ludwigsburg Michael Bareis konnten Bürgermeister Dirk Schaible und die Ortsvorsitzende Sabine Leuschner in Freiberg begrüßen.

1974 erstmals beschrieben, steht aktuell zur Diskussion, ob Burnout, das „Ausbrennen“, überhaupt eine rentenberechtigte Erkrankung ist. Denn die vielfältigen, leicht nachahmbaren Symptome machen eine trennscharfe Diagnose oft schwer. Die „körperliche, emotionale und geistige Erschöpfung aufgrund beruflicher Überlastung“ beginnt meist relativ harmlos. Der Betroffene arbeitet sehr viel, engagiert sich und sieht seinen Lebensinhalt im Beruf. Eigene Bedürfnisse werden vernachlässigt, Misserfolge verdrängt. Deshalb überrascht es nicht, dass besonders professionelle Helfer mit hohem persönlichem Engagement gefährdet sind. Vom Über-Engagement über sinkende Arbeitszufriedenheit, Problemen bei komplexen Aufgaben, chronischer Müdigkeit führt die Abwärtsspirale über Versagensgefühle, aggressive Verhaltensweisen, sozialem Rückzug bis hin zur Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit. Begleitet wird dies oft noch von körperlichen Symptomen wie Verspannungen, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Problemen, Schlafstörungen und erhöhter Infektanfälligkeit. Burnout ist unter anderem deshalb so schwierig zu diagnostizieren, weil die Symptome mit zunehmender Intensität die gleichen sind wie bei einer Depression, daneben spielen Stress, Arbeitszufriedenheit und Emotionalität eine entscheidende Rolle. Die typisch psychiatrische Diagnose Burnout gibt es laut Prof. Dr. Ebel allerdings nicht, er hat sie deshalb in seiner langjährigen beruflichen Laufbahn noch nie gestellt. „Burnout ist eine schicke Krankheit, verhindert aber leider oft die Depressionsdiagnose, die natürlich weit weniger attraktiv ist“, so Prof. Dr. Ebel. Kritisch betrachtet er auch die Interaktion zwischen Arzt



und Mensch, die einen nicht zu unterschätzenden Beitrag zur Entwicklung von Modekrankheiten leistet. Die Symptomatik von Burnout ist nämlich keineswegs neu, von ca. 1870 bis 1974 hieß die Trenddiagnose in diesen Fällen „Neurasthenie“ (Nervenschwäche). Ob Leistungssteigerung gepaart mit Flexibilität bei gleichzeitigem Verlust an Sicherheit zum Burnout führt, hängt letztlich auch von jedem selbst ab. Denn Stress kann ja durchaus positiv sein, so lange eine Phase der Entspannung folgt, Leistungen anerkannt und Sozialkontakte nicht vernachlässigt werden.

Nach dem Vortrag nutzen die Besucher gerne die Gelegenheit, sich untereinander auszutauschen, auch Professor Dr. Ebel und Bürgermeister Dirk Schaible nahmen die Einladung zum Gespräch an.

S. Leuschner



Begrüßung durch Bürgermeister Dirk Schaible

Kleintierzuchtverein Heutingsheim

Maihocketse am 1. und 2. Mai

Gründelbachstraße (Heutingsheim)

Wir freuen uns auch in diesem Jahr die Grillsaison mit unserer schon zur Tradition gewordenen Maihocketse eröffnen zu können. Es erwarten Sie Grillspezialitäten vom Holzkohलगrill sowie gepflegte Getränke. Am 1. Mai werden Sie ab nachmittags von der 2-Mann-Band „Nazario & William“ unterhalten.

Beim Frühschoppen am 2. Mai sorgt von 11.00 bis 15.00 Uhr die 6-Mann-Band „Shindig“ für die richtige Stimmung. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und wünschen Ihnen ein paar schöne Stunden.

Deutsches Rotes Kreuzes, OV Freiberg

Maibowlefest am 1. und 2. Mai

Das Deutsche Rote Kreuz, Ortsverein Freiberg, lädt alle Bürgerinnen und Bürger ganz herzlich zu seinem traditionellen Maibowlefest am 1. und 2. Mai 2010 ab jeweils 11.00 Uhr in das DRK-Heim in der Talstr. 26 in Freiberg ein. Nachdem in diesem Jahr der 1. Mai auf einen Samstag fällt, hat sich der Ortsverein entschieden, sein Maibowlefest um einen Tag zu verlängern.

Wir hoffen Sie bei leckeren Speisen, wie zum Beispiel Schweinehals, Maultaschen, Kartoffelsalat, Currywurst und Pommes, Kaffee und Kuchen, sowie nichtalkoholischen und alkoholischen Getränken, an beiden Tagen begrüßen zu dürfen.