

Wenn die Angst über das Leben bestimmt

Panikattacken beherrschten das Leben des 20-jährigen Dario Da Silva. Nach dem Aufenthalt in der Klinik Zugersee schöpft er wieder Mut.

Tijana Nikolic

Der junge Mann kommt auf dem Bahnhof an und schaut neugierig umher. Er wirkt wie jeder andere 20-Jährige, locker gekleidet und gesprächig. Ohne lang zu überlegen, entscheidet er sich für ein gemütliches Café in der Nähe des Rotkreuzer Bahnhofs und zündet sich eine Zigarette an. Er läuft lässig über die Strasse und hat keine Scheu, auch mit Leuten, die er nicht kennt, über seine Geschichte zu reden. Zu erzählen hat er einiges. Niemand würde bei seiner Erscheinung vermuten, dass es ihn Mut gekostet hat, mit dem Zug zum vereinbarten Treffpunkt zu fahren. Denn der Nidwaldner Dario Da Silva leidet bereits seit rund drei Jahren an einer Panik- und Angststörung und war bis vor einigen Wochen stationär in der Klinik Zugersee in Oberwil in Behandlung. Nach langem Leiden entschied er zusammen mit seinem Therapeuten und seinem Vater, sich freiwillig auf die Station für junge Erwachsene einweisen zu lassen und endlich die Hilfe zu holen, die er so dringend brauchte. Diese Akutstation bietet neu seit Dezember 2019 in der Klinik in Oberwil psychiatrische Grundversorgung für junge Erwachsene im Alter von 18 bis 25 Jahren.

«Schon die Fahrt von Stans, meinem Wohnort, nach Oberwil zum Kennenlerngespräch war damals für mich unglaublich schwierig. Mein Vater musste mehrere Male mit dem Auto anhalten, weil ich das Gefühl hatte zu ersticken. Auch drei Beruhigungstabletten konnten mich nicht ruhig stellen», erinnert sich Da Silva. Als sie in Gisikon-Root waren, wollte er am liebsten wieder zurückfahren, weil er es nicht mehr aushalten konnte. Doch der Arzt am Telefon habe dem Vater geraten, einfach weiter nach Oberwil zu fahren. «Dort angekommen, fühlte ich mich total erleichtert und war stolz, doch keinen Rückzieher gemacht zu haben», sagt der angehende Fahrzeugbauer. Nach einigen Gesprächen konnte Da Silva nach zwei Wochen in der Klinik Zugersee ein Zimmer beziehen. Er entschied sich für die Klinik in Zug, weil er einen gewissen Abstand von zu Hause haben wollte und Gutes über die Klinik gehört habe. Die Oberwiler Psychiatrieklinik gehört zur Institution Triaplus AG, zu deren Einzugsgebiet neben Zug auch die Kantone Uri und Schwyz gehören.

Arbeiten oder das Haus zu verlassen waren unmöglich

Nach einer Woche Akklimatisierung und anfänglichen Schlafschwierigkeiten am neuen Ort habe er sich langsam eingewöhnt und sogar Freunde gefunden. «Wir haben viel in der Runde von etwa 14 Personen geredet, Beschäftigungstherapien gemacht sowie einzelne Therapiestunden mit den Psychologen gehabt. Alle waren sehr nett und verständnisvoll», so Dario Da Silva. Es habe ihm gutgetan, mit anderen Leuten über die gleichen Probleme zu reden und auch verstanden zu werden. «Klar, habe ich auch mit meinen Eltern und Freunden über mein Empfinden geredet, aber es ist nochmals was anderes, wenn jemand das Gleiche durchmacht», findet Da Silva. Er habe Antidepressiva bekommen und musste sich mit der Zeit in Begleitung einer Therapeutin seinen Ängsten stellen. «Wir gingen draussen spazieren oder fuhren mit dem Bus, was in mir immer wieder Panikattacken auslöste.» Er habe aber den Willen zu kämpfen gehabt. Ebenfalls habe er gewünscht, dass



Dario Da Silva kann dank des Aufenthalts in der psychiatrischen Klinik Zugersee wieder ein angstfreies Leben führen.

Bild: Maria Schmid (Boswil, 25. Mai 2020)

er nur, wenn er sich diesen Ängsten stelle, eine Chance habe, gesund zu werden. Er habe aber die Chance genutzt und aktiv an allen Therapieangeboten mitgemacht.

Nur Wochen vorher sei das für ihn unmöglich gewesen: «Ich hatte Panikattacken und wenn ich mal keine hatte, lebte ich in der Angst vor der nächsten Attacke. Es war ein Teufelskreis.» Bis er schlussendlich gar nicht mehr aus dem Haus ging und sogar seine Ausbildung als Fahrzeugbauer pausieren musste. «Ich war wütend und traurig darüber. Gerne wollte ich arbeiten oder mit Kollegen ausgehen, aber ich konnte einfach nicht.» Seine Krankheit habe vor etwa drei Jahren begonnen mit Pa-

nikattacken, die bis zu einer halben Stunde anhalten konnten. «Aus einem willkürlichen Gedanken entsteht dabei ein Gedankenkreis. Eine Hitze macht sich in meinem ganzen Körper breit und ich spüre einen völligen Kontrollverlust», erklärt Dario Da Silva. Darauf folge das Gefühl, keine Luft mehr zu bekommen oder gar sterben zu müssen. «Es fühlt sich an, als sei man permanent einer Gefahr ausgesetzt. Diese Gefahr ist aber nicht real.»

Durch seine Geschichte möchte er anderen Mut machen

Nach Jahren des inneren Kampfes sei er froh, sich stationär eingewiesen zu haben. Mittlerweile arbeitet der 20-jäh-

rige wieder an drei Tagen in der Woche in seinem alten Ausbildungsbetrieb und will einen Lehrabschluss machen. Trotz zitternder Hände, als Nebenwirkung des Antidepressivums, beklemmender Gefühle im öffentlichen Verkehr und gelegentlicher, leichter Panikattacken kann er sein Leben wieder meistern. «Ich fahre sogar mit dem Zug nach Schwyz zu meiner neuen Freundin. Sie ist ein sehr aufgestellter und positiver Mensch. Das tut mir sehr gut», so Da Silva stolz. Er habe einen mittlerweile guten Freund aus Hünenberg in der Klinik kennen gelernt, mit dem er sich regelmässig treffe.

Über seine Krankheit möchte er nicht schweigen, sondern andere Be-

troffene motivieren: «Ich möchte durch meine Geschichte anderen Mut machen, sich auch Hilfe zu holen. Niemand kann etwas dafür, wenn er auf einmal krank wird und muss sich schon gar nicht dafür schämen.» Nächstes Jahr plant er sogar, irgendwohin ausserhalb der Schweiz in die Ferien zu reisen. «Das wird meine nächste grössere Konfrontation mit mir selber», betont er stolz.

Hinweis

Weitere Informationen zur Station für junge Erwachsene in Oberwil gibt es unter www.triaplus.ch oder per E-Mail unter klinik-zugersee@triaplus.ch sowie telefonisch unter 0417263300.

Neue Station für Psychosepatienten

Oberwil Ab Juli wird in der Klinik Zugersee eine neue Psychosestation in Betrieb genommen. «Wenn Behandlungsteams immer wieder Patienten mit der gleichen Diagnose behandeln, entwickelt sich mehr Kompetenz und Routine, was eine bessere Behandlungsqualität verspricht», sagt Chefarzt Josef Jenewein.

Rund 18 neue stationäre Plätze mit vier zuständigen therapeutischen Fachkräften werden den meist an Schizophrenie leidenden Patienten zur Verfügung gestellt. «Schizophrenie ist die häufigste Diagnosegruppe mit psychotischen Symptomen. Diese Patienten brauchen eine auf sie abgestimmte Therapie», erklärt Philipp Bohny, Leiter des Behandlungszentrums für Akut- und Allgemeinpsychiatrie. Schizophrene Menschen sehen Dinge oder hören

Stimmen, die nicht da sind. «Mit Depressionspatienten beispielsweise kann man meist alltagsnäher arbeiten. Mit Psychosepatienten muss man hingegen den Realitätsbezug oder durch Wahnsymptome verzerrte Teile zunächst wieder aufbauen», erläutert Bohny.

Eine Vertrauensbildung ist bei Psychosepatienten wichtig

Auf der Psychosestation sollen möglichst keine Wechsel der Therapeuten und des Betreuungspersonals vorkommen, da Psychosepatienten auf konstante Ansprechpersonen angewiesen sind. Dies, damit eine Vertrauensbildung und damit eine psychotherapeutische Basis entsteht. Geplant seien ein geschützter Akutbereich mit einem ruhigeren und kontrollierten Milieu und ein offener, geführter und rehabilitativ

orientierter Bereich auf der Station. «In der Akutphase von psychotischen Störungen sind die Erkrankten oft verängstigt, unruhig oder reizbar. Daher müssen wir sie oft auch schützen, damit sie sich nicht verletzen können, jedoch die Möglichkeit haben, sich bei Reizüberflutung zurückzuziehen», so Bohny. Ein durchschnittlicher Aufenthalt würde rund vier bis fünf Wochen dauern. «Das Ziel ist nicht immer eine schnelle und komplette Heilung, sondern dass die Patienten ambulant behandelt werden und ihre Medikamente eigenverantwortlich einnehmen», so Jenewein. Medikamente und andere therapeutische Angebote würden jedoch einen weitgehend normalen Alltag ermöglichen.

Tijana Nikolic

«Es fühlt sich an, als sei man permanent einer Gefahr ausgesetzt. Diese Gefahr ist aber nicht real.»

Dario Da Silva

In Ausbildung zum Fahrzeugbauer