

Depression

Antidepressiva – Was ist beim Absetzen zu beachten?

Ein Antidepressivum kann Ihnen helfen, Ihre Depression zu lindern. Es kann aber nur wirken, wenn Sie es in ausreichender Menge und über längere Zeit regelmäßig einnehmen. Wie bei allen Medikamenten kann es gute Gründe geben, die Behandlung zu beenden. Das kann zum Beispiel der Fall sein, wenn Sie seit Längerem keine Beschwerden mehr haben oder das Mittel starke Nebenwirkungen bei Ihnen hervorruft.

Wichtig ist: In der Regel sollten Sie Antidepressiva nicht schlagartig weglassen, denn dann können Beschwerden auftreten. Daher bespricht Ihre Ärztin oder Ihr Arzt mit Ihnen, wie Sie das Mittel am besten absetzen. Ein allmähliches Senken der Dosis nennen Fachleute „Ausschleichen“.

Was kann beim Absetzen passieren?

Wenn Sie das Antidepressivum einfach absetzen, oder die Dosis auf einmal stark senken, kann das Beschwerden auslösen. Diese können bei vielen Antidepressiva vorkommen.

Beispiele für sogenannte Absetz-Beschwerden sind:

- Kopfschmerzen oder Grippe-ähnliche Beschwerden
- Schlafprobleme oder Alpträume
- Übelkeit und Erbrechen
- Schwindel, Störungen des Gleichgewichts oder Benommenheit
- Gefühl von Stromschlägen
- Angst, Reizbarkeit oder Unruhe, zum Beispiel Hin- und Herlaufen

Diese gesundheitlichen Beeinträchtigungen treten oft innerhalb von 2 bis 4 Tagen nach dem Absetzen auf. In der Regel verschwinden sie aber innerhalb von 2 bis 6 Wochen wieder von alleine.

Außerdem ist es möglich, dass nach einem plötzlichen Absetzen die Depression wiederkommt. Sie kann sogar stärker sein als zuvor oder besonders schnell wiederkehren. Zudem können weitere Beschwerden dazukommen, wie beispielsweise Ängste.

Antidepressiva absetzen – aber richtig

Welches Vorgehen für Sie geeignet ist, hängt von den Umständen ab. Zum Beispiel: Warum soll das Mittel abgesetzt werden? Wie geht es Ihnen mit der verringerten Dosis?



© Photographeeu – stock.adobe.com

Es gibt bisher nur wenige Studien dazu, wie man Antidepressiva am besten absetzt. Aber aufgrund ihrer Erfahrung empfehlen Fachleute unterschiedliche Vorgehensweisen. Nicht immer ist ein sehr langsames Vorgehen nötig. Je nach Situation kann Folgendes in Frage kommen:

- **unzureichende Wirksamkeit:** Wenn Ihr Antidepressivum nach 3 bis 4 Wochen keine Wirkung gezeigt hat und Ihnen deshalb ein anderes Medikament verordnet wird, kann das Ausschleichen schnell gehen. Denn Absetz-Beschwerden zeigen sich meist erst, wenn ein Antidepressivum länger als 8 Wochen eingenommen wird.
- **Nebenwirkungen:** Wenn ein Antidepressivum starke Nebenwirkungen hervorruft, empfehlen Fachleute, das Medikament nach ärztlicher Absprache rasch abzusetzen, damit die Nebenwirkungen schnell verschwinden.
- **am Behandlungsende:** Wenn Ihre Depression seit mindestens mehreren Monaten vorbei ist und eine längere Behandlung mit dem Antidepressivum beendet wird, sollte das Ausschleichen mindestens 8 bis 12 Wochen dauern. Voraussetzung dafür ist, dass medizinische Gründe nicht dagegen sprechen.

Wenn bei Ihnen Absetz-Beschwerden auftreten, ist es wichtig, dass Sie wieder die vorherige Dosis erhalten. Dann plant Ihre Ärztin oder Ihr Arzt das Absetzen in noch kleineren Schritten.

Aus Expertensicht sind während des Absetzens regelmäßige Arztbesuche empfehlenswert. Auch danach vereinbart Ihre Ärztin oder Ihr Arzt noch weitere Kontrolltermine mit Ihnen.

Empfehlung: Wenn Sie eine Behandlung mit Antidepressiva beenden möchten, lassen Sie das Medikament nicht eigenmächtig weg. Besprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt das beste Vorgehen für Sie. Meist ist ein langsames Ausschleichen empfehlenswert.