

## Depression

### Was ist eine repetitive Transkranielle Magnetstimulation?

Bei Ihnen wurde eine Depression festgestellt und Ihre Ärztin oder Ihr Arzt hat Ihnen eine sogenannte repetitive Transkranielle Magnetstimulation angeboten. Vielleicht sind Sie deswegen verunsichert und fragen sich, was auf Sie zukommt. Diese Information gibt Ihnen einen Überblick über das Verfahren.

#### Was ist eine rTMS?

Die repetitive Transkranielle Magnetstimulation (kurz: rTMS) ist eine relativ neue Behandlungsmethode. Sie gehört zu den sogenannten neurostimulatorischen Verfahren. Bei diesen Verfahren werden Nervenzellen im Gehirn stimuliert, das heißt angeregt. Das passiert bei einer rTMS mit Hilfe von starken pulsierenden Magnetfeldern.

#### Hilft eine rTMS bei einer Depression?

In vielen Studien finden sich Hinweise, dass dieses Verfahren depressive Beschwerden verringern kann: Es ist im Vergleich wirksamer als eine Scheinbehandlung.

Eine Wirkung zeigt sich meist schon in den ersten 2 Wochen.

#### Wo findet die Behandlung statt?

Normalerweise gehen Sie für die Behandlung in ein Krankenhaus. Allerdings gibt es noch nicht überall Kliniken, die diese Behandlung anbieten. Eine rTMS ist zukünftig auch in einer Praxis durchführbar.

#### Brauche ich eine Narkose?

Während einer rTMS-Behandlung sind Sie wach: Eine Narkose ist nicht nötig. Sie brauchen auch keine Medikamente, um die Muskeln zu entspannen.

#### Was passiert bei der Behandlung?

Bei der rTMS bekommen Sie eine stromführende Spule am Kopf aufgelegt. Diese erzeugt für eine kurze Zeit ein Magnetfeld, das Sie nicht spüren.

#### Wie lange dauert die Behandlung?

Eine Sitzung dauert etwa 20 bis 30 Minuten. Die Behandlung findet fünfmal pro Woche über 3 bis 6 Wochen statt. Daher spricht man von einer Behandlungsserie.



© Feodora – stock.adobe.com

#### Kann es Nebenwirkungen geben?

Eine rTMS ist eigentlich schmerzfrei. Während der Behandlung können sich aber die Kopfmuskeln an der behandelnden Stelle zusammenziehen, was unangenehm sein kann.

Nach der Behandlung können vorübergehende Kopfschmerzen auftreten. Außerdem fühlen sich einige Patientinnen und Patienten unwohl oder benommen.

So berichten in einer Studie etwa 20 von 100 Personen von Kopfschmerzen und 3 von 100 Personen von Schwindel. Aber: Menschen, die eine Scheinbehandlung hatten, hatten diese Beschwerden auch. Möglicherweise sorgen negative Erwartungen oder Angst für diese Reaktionen.

#### Wann kommt eine rTMS in Frage?

Eine rTMS kann bei hartnäckigen Depressionen in Frage kommen. Fachleute empfehlen das Verfahren in diesen beiden Situationen:

- Wenn Sie zum ersten Mal eine Depression haben und ein Antidepressivum allein die depressiven Beschwerden nicht lindert. Dann kann man versuchen, die Wirkung des Medikaments mit einer zusätzlichen rTMS zu verbessern. Es gibt aber auch noch viele andere Möglichkeiten, wie man vorgehen kann, falls ein Antidepressivum bei Ihnen nicht wirkt.
- Wenn die Depression trotz mehrerer Behandlungen mit Medikamenten oder Psychotherapie immer wieder kommt, kann auch ein anderes neurostimulatorisches Verfahren zum Einsatz kommen, die sogenannte Elektrokonvulsions-Therapie (EKT). Diese ist wirksamer als eine rTMS, hat aber mehr Nebenwirkungen. Außerdem bekommen Sie bei einer EKT eine Narkose.

**Empfehlung:** Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, ob eine repetitive Transkranielle Magnetstimulation für Sie geeignet ist. Lassen Sie sich Nutzen und Nebenwirkungen erklären.