

3. Depression

Karla W. ist verzweifelt. Für sie macht das Leben keinen Sinn mehr. Sie kann sich zu gar nichts mehr auf raffen. Nichts macht ihr Spaß. Alles ist nur Mühe. Es lohnt sich nicht, meint sie. Sie lässt sich ein Medikament gegen die Depression verschreiben. Bis Anti-Depressiva die depressive Gestimmtheit lindern dauert es zwei bis drei Wochen. Mit **clue** erkennt Frau W. jedoch schon vorher, wie das Medikament zu wirken beginnt.

Wer in eine Depression abgeglitten ist, dem zeigt **clue** an, dass die HRV gering und die Aktivität des Sympathikus im vegetativen Nervensystem hoch ist. Anti-Depressiva reduzieren jedoch – etwa innerhalb von 48 Stunden - die Aktivität des Sympathikus. Das Medikament zeigt – schon lange bevor die unmittelbar anti-depressive Wirkung bewusst erfasst wird –, dass es bergauf geht.

clue kann somit frühzeitig ermitteln, wie wirksam ein bestimmtes Medikament ist, ob die erste Verordnung sogleich optimal wirkt oder ob es geraten erscheint, ein anderes Produkt zu wählen. Die Daten über die positive Wirkung auf den Sympathikus führen zu einem zusätzlich verstärkenden Effekt: Die positive Rückmeldung verbessert nämlich die Stimmung und beschleunigt den Weg aus der Depression.

clue hilft Menschen, die anfällig für Depressionen sind, vorzusorgen. Zeigen **clue**-Messungen nämlich an, dass die Aktivität des Sympathikus ansteigt, kann das als Hinweis auf eine sich anbahnende Depression gesehen werden. Fachärzte können, wenn es ihnen geboten erscheint, dann eine Medikation empfehlen, bevor der depressive Stimmungs-Abschwung voll einsetzt. Rechtzeitig Medikation schützt vor Leiden: Sie bremst Depressionen ab und verkürzt die Phasen psychischer Niedergeschlagenheit.

Abb. links:
Positive Rückmeldung durch Hinweis auf Entspannung in der Messung

Abb. rechts:
Zeichen der Entspannung ersichtlich in Herzfrequenz, Variabilität und Balance

