



Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg
Medizinische Fakultät Mannheim
Dissertations-Kurzfassung

Trauminhalte und Stress bei depressiven Patienten

Autor: Mirjam Bruckhoff
Institut / Klinik: Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim (ZI)
Doktorvater: Prof. Dr. M. Deuschle

Die vorliegende Studie untersucht verschiedene Aspekte von Schlafstörungen, Traumerinnerung und im Vergleich zwischen gesunden und depressiven Probanden. Anhand von 208 gesunden und 242 depressiven Probanden, die jeweils zwei Nächte im Schlaflabor verbrachten und am Morgen ihre Traumberichte notierten, wurden die Daten für diese Untersuchung erhoben.

Bezüglich der Schlafparameter konnten eindeutige Unterschiede zwischen der depressiven und der gesunden Gruppe aufgezeigt werden, was den bekannten Symptomen einer Depression entspricht. Depressive Patienten weisen signifikant mehr Schlafstörungen, eine schlechtere Schlafqualität, schlechtere Schlafeffektivität und veränderte Schlafrhythmen auf.

Außerdem zeigte sich ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß der Belastung der Patienten und dem Ausmaß der veränderte Schlafparameter.

Im Gegensatz dazu konnte diese Studie bei der Traumerinnerung der Probanden keine eindeutige Aussage treffen, da kein signifikanter Unterschied zwischen den beiden Gruppen dargestellt werden konnte. Dies kann unterschiedliche Gründe haben. Die geringere Ausprägung der Depression der Patienten dieser Studie im Vergleich zu anderen Studien war hier besonders auffällig. Es ist möglich, dass es erst bei schweren depressiven Episoden zu einer verringerten Traumerinnerung kommt.

Die Trauminhaltsanalyse konnte eine Zunahme an negativen Gefühlen und Problemen im Traum aufzeigen, was diese Annahme, die in früheren Studien bereits aufgestellt wurde, weiter bestätigt.

Einige andere Aspekte der Trauminhaltsanalyse, wie vermehrte Aggression oder depressive Themen konnten dagegen nicht eindeutig der depressiven Gruppe zugeordnet werden.

Da die bereits in früheren Studien beobachteten Veränderungen des Trauminhalts teilweise auch in dieser Studie dargestellt werden konnten, bekräftigt dies die Hypothese des veränderten Trauminhaltes bei depressiv Erkrankten. Dass einige Teile dieser Veränderungen aber in dieser Studie keine signifikanten Unterschiede zeigten, macht deutlich, dass es weitere Studien braucht, die diese Aspekte untersuchen und insbesondere größere Stichproben und damit mehr Traumberichte mit einbeziehen.

Ein weiteres Ergebnis dieser Studie betrifft die erhöhte Albtraumrate bei Depression, die insbesondere mit der empfundenen Belastung stark korreliert. Die erhöhte Albtraumrate bei depressiver Erkrankung konnte schon einige Male in Studien gezeigt werden, der größere Zusammenhang zur Belastung als zur Diagnose der Depression lässt allerdings zusätzlich darauf schließen, dass weitere Faktoren, wie beispielsweise der Umgang mit der Erkrankung, Einfluss auf die Veränderung haben.

Somit scheint es sinnvoll, weitere Studien abzuwarten, die insbesondere längere Untersuchungszeiträume und damit mehr Traumberichte pro Proband vorsehen, um weitere Unterschiede im Trauminhalt eindeutig darstellen zu können.

Abschließend lässt sich sagen, dass ein verändertes Schlafverhalten, wie Schlafstörungen und geringe Schlafqualität häufiger bei depressiven als bei gesunden Menschen vorliegen. Auch unterscheiden sich die Träume von depressiven und gesunden Personen, derart, dass depressive Erkrankte mehr negative Gefühle und Probleme in ihren Träumen berichten, sowie unter mehr Albträumen leiden.

Zukünftige Studien, mit größeren Stichproben, könnten noch weitere Unterschiede im Trauminhalt feststellen, da insbesondere die intraindividuelle Varianz des Trauminhaltes ausgeglichen werden kann, um klare Aussagen zu treffen.