

BOOK REVIEW

SCHWEIZER ARCHIV FÜR NEUROLOGIE UND PSYCHIATRIE
2010;161(5):188

**Anna Wirz-Justice, Francesco Benedetti,
Michael Terman: Chronotherapeutics
for Affective Disorders.**

Basel: S. Karger; 2009.
ISBN 978-3-8055-9120-1.

Das handliche Heft (116 Seiten insgesamt) gibt einen inhaltsreichen und sehr gut lesbaren Überblick über die Erkenntnisse jahrelanger klinischer Beobachtung von verschiedenen ineinander übergreifenden nichtmedikamentösen Behandlungsmöglichkeiten bei affektiven Störungen. Wichtig ist den Autoren, dass es sich dabei um zwar individuell anzupassende, aber grundlegend physiologische Eingriffsmöglichkeiten in einen hormonell und metabolisch aus dem Lot geratenen Stoffwechsel handelt. Das ist gleichbedeutend mit wenig Nebenwirkungen bei gleichzeitig rasch einsetzender Wirksamkeit.

In einem ersten Teil werden die biologischen (biochemischen und chronobiologischen) Grundlagen dargestellt. Im zweiten Teil folgen sehr detaillierte, leicht nachvollziehbare Anwendungsrichtlinien. Insbesondere für den stationären Bereich wird auch dargestellt, wie simultan zur medikamentösen Behandlung die chronotherapeutischen Möglichkeiten zu rascheren Besserungen des Leidens führen können. Es leuchtet ein, dass eine Kombination von Schlafentzug, gezielten Verschiebungen von Einschlafoder

Aufwachzeiten mit Hilfe von Lichttherapievarianten, und (fakultativem) Einsatz von Melatonin als «Augmentation» der üblichen

medikamentösen antidepressiven Behandlung eingesetzt werden können und vermehrt eingesetzt werden sollten. In einem dritten Teil werden Anwendungsmöglichkeiten bei anderen Krankheitsbildern (beispielsweise Bulimie) oder auch bei Kindern oder geriatrischen Patienten erläutert. Es wird kurz auf den Einfluss von Medikamenten, einschliesslich Melatonin, auf den chronobiologischen Rhythmus hingewiesen. Schliesslich folgt ein Anhang mit den in den Studien der Autoren verwendeten Fragebögen sowie deren Auswertung, gefolgt von der (sehr beachtlichen) Bibliographie.

Obwohl das Werk in englischer Sprache abgefasst ist (damit eine möglichst breite Leserschaft erreicht werden kann), liest es sich auch für uns mühelos. Die Handlungsanweisungen für den ambulant oder stationär tätigen Psychiater sind ausgesprochen praxisorientiert. Vermehrter Einsatz von nichtmedikamentösen Behandlungen, die jedoch biologische Abläufe im menschlichen Organismus unterstützen, sind ohne Zweifel eine zukunftssträchtige und offensichtlich vielversprechende Möglichkeit zur Linderung oft (nach heutigem Wissensstand) letztlich nicht heilbarer Störungen.

Zum Schluss möchte ich hinweisen auf die folgenden Internetseiten (non profit!):
– www.cwt.org, mit Informationen für Ärzteschaft und Patienten;
– www.chronotherapeutics.org, speziell für Kliniker.

Ursula Steiner-König, Basel