



## **SEROTONINMANGEL-SYNDROM**

### **Symptome:**

1. **Müdigkeit und Antriebslosigkeit:** alle Aktivitäten werden zur Qual. Dinge, die früher selbstverständlich waren, türmen sich als unüberwindbare Hürden vor dem geistigen Auge. Eine geregelte Arbeit ist nicht möglich.
2. **Schlafstörungen:** Serotonin bewirkt nicht nur, dass man sich frisch und lebendig fühlt, sondern auch, dass man beim Einschlafen abschalten und entspannen kann. Oft klagen die Betroffenen über Einschlafstörungen. Ihre Gedanken kommen einfach nicht zur Ruhe. Der Körper erst recht nicht.
3. **Schmerzen:** konstante Schmerzempfindungen wie Nacken- oder Kreuzschmerzen, aber auch wandernde Schmerzen. Frauen können an Unterbauchschmerzen klagen. Serotoninmangel kann Schmerzzustände der Herzens bewirken, weiters Druck auf der Brust, Atemnot oder weitere Funktionsstörungen unterschiedlichster Organe und Organsysteme.
4. **Verlust der sexuellen Lust:** Das Bedürfnis nach Sex geht still und heimlich verloren. Da das innerliche Gefühl grau geworden ist, passt Sex einfach nicht mehr in den Alltag der Betroffenen.
5. **Konzentrations- und Merkfähigkeitsstörungen:** Im Zustand des Serotoninmangel-Syndroms kann man sich nicht mehr konzentrieren, die Gedanken verselbstständigen sich als Ausdruck des unbewussten Grübelns. Dieser Zustand stellt für den Selbstwert eine äußerst starke Belastung dar und führt oft zu der Annahme, dass man an einer schweren demenziellen Erkrankung leidet. Das Serotoninmangel-Syndrom hat aber rein gar nichts mit einer demenziellen Entwicklung zu tun, sondern der Neurotransmittermangel bewirkt diese vorübergehende Konzentrations- und Merkfähigkeitsschwäche. All diese Symptome sind durch moderne Antidepressive, die den Serotonin-, Noradrenalin- oder Dopaminhaushalt positiv beeinflussen, gut zu behandeln. Sie sehen aber, dass wir bereits jetzt bei den therapeutischen Möglichkeiten von Antidepressiva sprechen, obwohl bisher noch keine Symptome wie Depression oder Angststörung vorgekommen sind. Das heißt, dass das Serotoninmangel-Syndrom eine Reihe von Beschwerden bewirken kann, die nicht unmittelbar mit Depressionen verknüpft sind. Trotzdem lassen sich die beschriebenen Beschwerden medikamentös gut behandeln. Und diese Medikamente werden auf dem Markt eben als Antidepressiva geführt.
6. **Depression:** ein Neurotransmittermangel kann auch zu Depressionen führen. Das muss aber – wie bereits beschrieben wurde – nicht sein. Depressionen sind durch gedrückte Stimmung gekennzeichnet, bis hin zu Verzweiflungszuständen. Sie trüben und schwärzen Gedanken, geben ein Gefühl der Hoffnungslosigkeit. Alles erscheint grau, die Betroffenen haben den Eindruck, ihr Leben nicht mehr bewältigen zu können, Sinn- und Hoffnungslosigkeit machen sich in diesen Menschen breit. Zu beachten ist dabei, dass das Serotoninmangel-Syndrom bei Männern sich manchmal in anderen Symptomen äußert als bei Frauen. Männer sind in diesem Fall häufiger gereizter, nervöser, unwilliger, aber auch aggressiver. Oft sind damit auch vegetativer Erscheinungen verknüpft: etwa Mundtrockenheit, Verstopfung, Schwitzen, Sehstörungen und ähnliche Unpässlichkeiten.