



## Ist Burnout eine Krankheit?

Ungeachtet der formalen Einordnung in ein Diagnosesystem ist unumstritten, dass die Bedeutung dieses Krankheitsbildes und dessen gesellschaftliche und volkswirtschaftliche Auswirkungen steigen. Die Betroffenen haben meist einen langen Leidensweg hinter sich, bevor es zum kompletten physischen und psychischen Zusammenbruch kommt.

Von der Grundklassifizierung gilt Burnout nicht als Krankheit im eigentlichen Sinn, führt jedoch in seinem Endstadium in eine Depression und Angststörung. Es wird daher auch oft als „Erschöpfungsdepression“ bezeichnet.

Es ist auch weniger eine Psychische Erkrankung, vielmehr könnte man es als neurologische „Stoffwechsel“ Störung, infolge einer chronischen „Überdosis an Stresshormonen (Cortisol, Adrenalin), verursacht durch Dauerstress, (bezeichnen. Dabei gerät das Verhältnis verschiedener Neurotransmitter im Gehirn, insbesondere des Serotonins, aus dem Gleichgewicht. Die Informationsweiterleitung ist gestört, was u.a. auch die Symptome eines Burnouts erklärt. Dies kann bis zur irreversiblen Schädigung neuronaler Verbindungsstrukturen führen, was die langen Genesungszeiten und in schweren Fällen auch nicht mehr reversible ist und zur Dauerhaften Leistungseinschränkung führen kann.