



Letzte Aktualisierung: 31. Oktober 2024



HEADS | Bundeswehr

## André Hassan Khan – Wie der Soldat über PTBS aufklärt



André Hassan Khan ist Soldat und Autor.

**André Hassan Khan erkrankte nach einem Einsatz in Afghanistan an einer posttraumatischen Belastungsstörung, die er drei Jahre lang nicht als solche erkannte. Heute klärt er über die Krankheit auf.**

André Hassan Khan wollte eigentlich gar nicht Soldat werden. Aber während seines Wehrdienstes merkte er, dass „die frühe Verantwortung und das **Zusammenarbeiten mit vielen unterschiedlichen Menschen**“ ihm gefallen.

Dann kam der **21. April 2017**. Hassan Khan, 1976 in Neumünster geboren, war zu der Zeit in Afghanistan stationiert. Er und seine Kameraden bekamen die Nachricht, dass eine Gruppe vermeintlicher Taliban einen Stützpunkt der afghanischen Armee im nahegelegenen Camp Shaheen angriff. Er sollte die Heron 1-Drohne starten, um die Lage zu beobachten – und **musste mit ansehen, wie insgesamt 140 Menschen getötet wurden**, ohne ihnen helfen zu können.

### PTBS spät erkannt

Bis er merkte, wie ihn dieses Ereignis traumatisiert hatte, brauchte es drei Jahre, sagt er. In der Zeit hatte er **Flashbacks, schlief schlechter, bekam Angst im Dunkeln**, schränkte seine sozialen Kontakte ein und konnte seine Gefühle, vor allem Wut, immer schlechter kontrollieren. Ende 2020 ging er schließlich zum Arzt und begann eine Psychotherapie, anderthalb Jahre lang. Gegen die **posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)** und gegen eine Depression, „denn das ist das Problem bei der PTBS, da ist immer **mindestens noch ein zweiter Rucksack dabei**.“

In seinem Buch „**Heute fühlt sich alles an wie Krieg**“, das im Februar erschien, erzählt er seine Geschichte als Soldat und die seiner PTBS. Hassan Khan ist einer der ersten, den die deutsche Luftwaffe 2009 zum **Sensorbediener für die Aufklärungsdrohne Heron 1** ausbilden ließ. Im kommenden Jahr wird er seit 30 Jahren bei der Bundeswehr sein. Bis 2000 war er Soldat im Heer. Wenn er darüber spricht, hört man noch heute seinen Ehrgeiz und seine Faszination für diese Aufgabe und für seinen Beruf.

### Bundeswehr muss auf Erkrankte zugehen

„Bei der Krankheit ist wichtig, sich aktiv Hilfe zu holen, die Verwundung steht einem ja nicht auf der Stirn geschrieben“, sagt Hassan Kahn. Es gebe „einen **Blumenstrauß an Hilfsangeboten**. Nur die richtige Blume zu finden, das kann manchmal schwer sein. Die Bundeswehr müsste da noch gezielter auf die Menschen zugehen“. Und gerade beim Anwerben junger Menschen sei wichtig, auch **auf „die Kehrseite der Medaille“ hinzuweisen**, findet Hassan Khan.

Das **Bewusstsein für psychische Erkrankungen innerhalb der Bundeswehr habe sich jedenfalls verändert**, seit Beginn seiner Karriere, „von null auf 100“. Die Veteranenbewegung habe daran großen Anteil. Und seit 2010 gibt es im Verteidigungsministerium einen Beauftragten für einsatzbedingte PTBS.

### Nie wieder Einsatz

Aktuell wird er stufenweise wieder in den Beruf eingegliedert, in die Verwaltung der Luftwaffe in Schleswig-Holstein. Dort lebt er mit seiner Frau und den drei Pflegekindern. „Meine Familie ist damals meine Rettung gewesen“, sagt Hassan Khan. Und sein **Assistenzhund Birdy**, der ihn seit August 2023 in seinem Alltag begleitet und speziell trainiert ist: Birdy kann seine Angst spüren, ihn im Falle einer Panikattacke nach Hause bringen – und muss natürlich Fluglärm aushalten.

In einen Einsatz will Hassan Khan nicht mehr – obwohl er früher fast süchtig danach war. **27 Einsätze mit insgesamt 1.500 Einsatztagen** – neben Afghanistan auch in Mali, Usbekistan oder Sarajevo – hat er hinter sich. Bereuen tut er das nicht. „Ich finde meinen Beruf unwahrscheinlich klasse, auch heute noch.“ *Anouk Schlung*



### Mehr zum Thema

NEWS | Klima & Umwelt

#### Gesundheit: Wie die Risiken durch die Klimakrise steigen

Hitzebelastungen führen zu immer größeren Gesundheitsrisiken, zu diesem Ergebnis kommt der neue Lancet-Bericht. Die Zahl der hitzebedingten Todesfälle steigt, und Hitzestress führt zu hohen finanziellen Schäden.

Von Lisa Kuner



ANALYSE | Drohnen

## **Pistorius beim Cyber Innovation Hub: Neue Technik für die Drohnenabwehr**

Das CIHBw sieht sich als „Schnittstelle“ zwischen Start-ups und Bundeswehr. Der Fokus liegt vor allem auf der Entwicklung von Drohnen-Technik.

Von Nana Brink

 Security

---

**NEWS** | Gesundheit

## **Studie: Wer in China besonders depressionsgefährdet ist**

Depression in China ist wenig erforscht, die Stigmatisierung von psychischen Problemen ist groß. Eine neue Studie weist überraschende Ergebnisse darüber auf, welche Gesellschaftsgruppe am stärksten gefährdet ist.

Von Manuel Liu

 China