

Pressemitteilung

Weltgesundheitsstag „Depression – Let’s talk“ am 7. April 2017 BPTK-Kurzinformation für Patienten über leitliniengerechte Behandlung

Berlin, 6. April 2017: Fast jeder fünfte Deutsche erkrankt in seinem Leben an einer Depression. „Längst nicht alle depressiv erkrankten Menschen bekommen die Behandlung, die in den Leitlinien empfohlen wird“, erklärte Dr. Dietrich Munz, Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK), zum morgigen Weltgesundheitsstag „Depression – Let’s talk“ am 7. April 2017.

Die BPTK hat deshalb für erwachsene Patienten eine zweiseitige Kurzinformation zur Depression zusammengestellt. Sie beantwortet z. B. folgende Fragen:

- Was ist eine Depression?
- Wie unterscheiden sich leichte, mittelschwere und schwere Depressionen?
- Wie werden Depressionen wirksam behandelt?
- Wann ist eine Behandlung im Krankenhaus ratsam?
- Welche Nebenwirkungen können auftreten?

Eine Depression ist mehr als ein vorübergehendes Stimmungstief. Wer ein paar Tage lang niedergeschlagen ist, ist noch nicht depressiv. Gefühle können schwanken, das ist völlig normal. Wenn man in einer schweren akuten Krise steckt, die Niedergeschlagenheit sehr stark wird oder länger andauert und auch Gespräche mit vertrauten Personen nicht mehr helfen, sollte man darüber nachdenken, sich von einem Psychotherapeuten oder Arzt beraten zu lassen.

Ein Psychotherapeut stellt dann Ratsuchenden Fragen wie zum Beispiel:

- Fühlen Sie sich schon länger als zwei Wochen niedergeschlagen?
- Haben Sie das Interesse an Dingen verloren, die Ihnen früher Freude bereiteten?
- Sind Sie schneller müde?
- Fällt es Ihnen schwer, Dinge des Alltags zu erledigen?

Die Antworten auf diese Fragen geben Hinweise auf die wichtigsten Symptome, die bei einer Depression auftreten können.

Depressionen können in den meisten Fällen wirksam behandelt werden, z. B. mit einer Psychotherapie oder mit Antidepressiva. Wie genau Depressionen bei Erwachsenen am besten behandelt werden sollen, ist in der „S3-Leitlinie/Nationalen Versorgungsleitlinie Unipolare Depression“ zusammengefasst, auf der die BPTK-Patienteninformation beruht.

Der Weltgesundheitstag ist ein jährlicher Aktionstag der Weltgesundheitsorganisation zu einem globalen gesundheitspolitischen Thema, mit dem die WHO an ihre Gründung am 7. April 1948 erinnert.

Ihr Ansprechpartner:

Kay Funke-Kaiser

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 030. 278 785 - 21

E-Mail: presse@bptk.de