

The image features two large, thick black L-shaped brackets. One is positioned on the left side, with its vertical bar extending downwards and its horizontal bar extending to the right. The other is on the right side, with its vertical bar extending upwards and its horizontal bar extending to the left. These brackets frame the central text.

DEPRESSIONEN

Inhaltsverzeichnis

- Definition
- Symptome
- Formen der Depression
- Ursachen
- Therapie
- Quellen

Definition

- ICD: „Bei den typischen leichten (F32.0), mittelgradigen (F32.1) oder schweren (F32.2 und F32.3) Episoden leidet der betroffene Patient unter einer gedrückten Stimmung und einer Verminderung von Antrieb und Aktivität. Die Fähigkeit zu Freude, das Interesse und die Konzentration sind vermindert. Ausgeprägte Müdigkeit kann nach jeder kleinsten Anstrengung auftreten. Der Schlaf ist meist gestört, der Appetit vermindert. Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen sind fast immer beeinträchtigt. Sogar bei der leichten Form kommen Schuldgefühle oder Gedanken über eigene Wertlosigkeit vor. Die gedrückte Stimmung verändert sich von Tag zu Tag wenig, reagiert nicht auf Lebensumstände und kann von so genannten "somatischen" Symptomen begleitet werden, wie Interessenverlust oder Verlust der Freude, Früherwachen, Morgentief, deutliche psychomotorische Hemmung, Appetitverlust, Gewichtsverlust und Libidoverlust. Abhängig von Anzahl und Schwere der Symptome ist eine depressive Episode als leicht, mittelgradig oder schwer zu bezeichnen.“ (BfArM, 2021)

Definition

- eine psycho-sozio-biologische Störung
- Das Denken, Fühlen und Handeln wird beeinflusst
- Lebensbeeinträchtigend
- Kann Tödlich verlaufen durch Suizid
- Anfälliger für körperliche Erkrankungen

Symptome

- Lustlosigkeit
- Schlafstörungen
- Appetitlosigkeit
- Unruhe
- Kognitive Störungen
- Interessenverlust
- Sozialer Rückzug
- Kraftlosigkeit
- Schnelle Überforderung
- Libido Störung
- Müdigkeit
- Gefühlslosigkeit

Formen der Depressionen

- Unipolare Form -> häufigste Form
- Bipolare Form -> auch manisch- depressiv genannt, depressive Phasen wechseln sich mit manischen ab
- Chronische Form -> länger als 2 Jahre mit Unterbrechung von weniger als 2 Monate

Ursachen

- Kein einheitliches Konzept
- Entwicklung schritte oder bei Veränderungsnotwendigkeiten
- Biologische als auch Psychologische Faktoren
- Belastung
- Krankheit
- Fehlerhafter Hirnstoffwechsel -> Dopamin-, Serotonin- und Noradrenalin-Konzentration

Ursachen

- Konzept der Aggressionsumkehr
- Konzept des Objektverlustes
- Selbstwertkonzept
- Kognitionstheoretisches Konzept
- Gelernte Hilflosigkeit
- Neurobiochemisches Konzept

Therapie

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Interpersonelle Psychotherapie
- Tiefenpsychologische Psychotherapie
- Lichttherapie
- Sport- und Bewegungstherapie
- Ergotherapie
- Medikamentöse Behandlung

Quellen

- - *Depression. Die Krankheit bewältigen*, Manfred Wolfersdorf (2010), Bonn: Balance Verlag.
- - *Depression, Psychodynamik und Therapie*, WILL, GRABENSTEDT, VÖLK, BANCK (2008), 3.Aufl. Stuttgart: W. Kohlhammer (S.184-188)
- - *ICD, Depression*, Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (2021), <https://www.dimdi.de/static/de/klassifikationen/icd/icd-10-gm/kode-suche/htmlgm2021/block-f30-f39.htm>
- - *System Depression-Ganzheitliche Therapie: Bewegung, Ernährung, Stärkung des Familiensystems*, DOLD Peter (2015), Stuttgart: Klett-Cotta Verlag (s.21-36)
- *Interpersonelle Psychotherapie*, SCHRAMM Elisabeth (2019), 4. Aufl. Stuttgart: Schauttauer Verlag (S.3-6)