

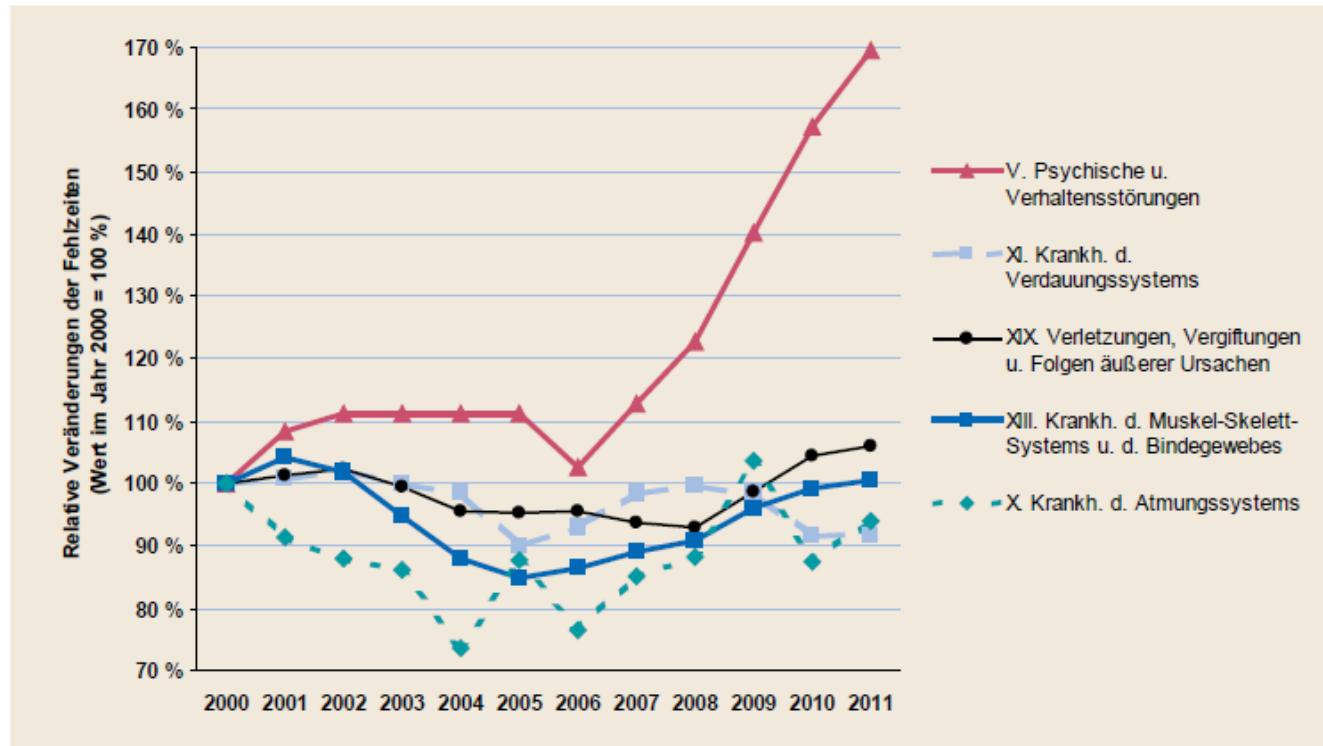
Wege aus der Depression

*Thomas Pollmächer
Zentrum für psychische Gesundheit
Klinikum Ingolstadt*

Ingolstadt, am 7. Oktober 2017

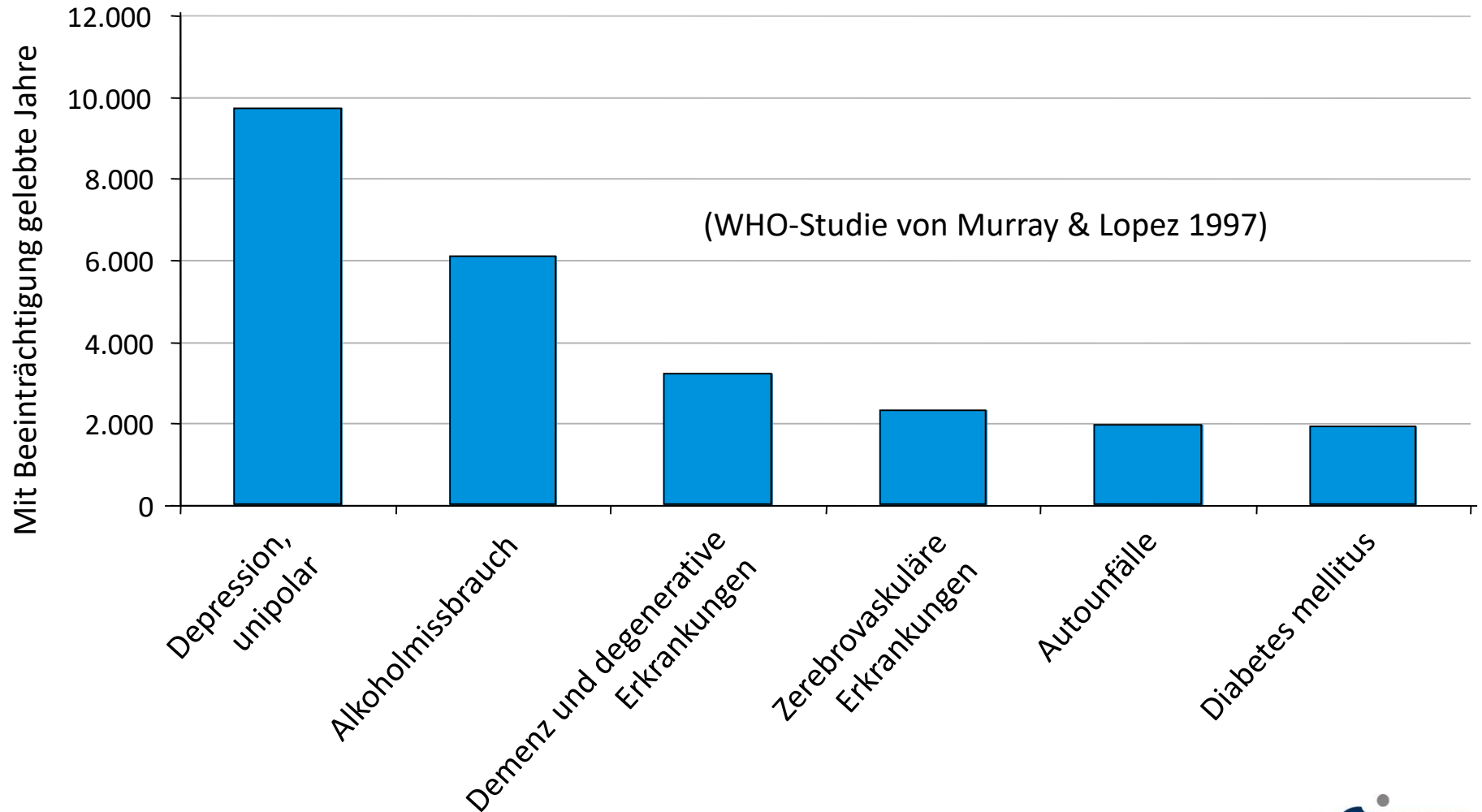
Zunahme von Fehlzeiten durch psychische Erkrankungen

Relative Veränderungen der Fehlzeiten in relevanten Diagnosekapiteln – Berufstätige



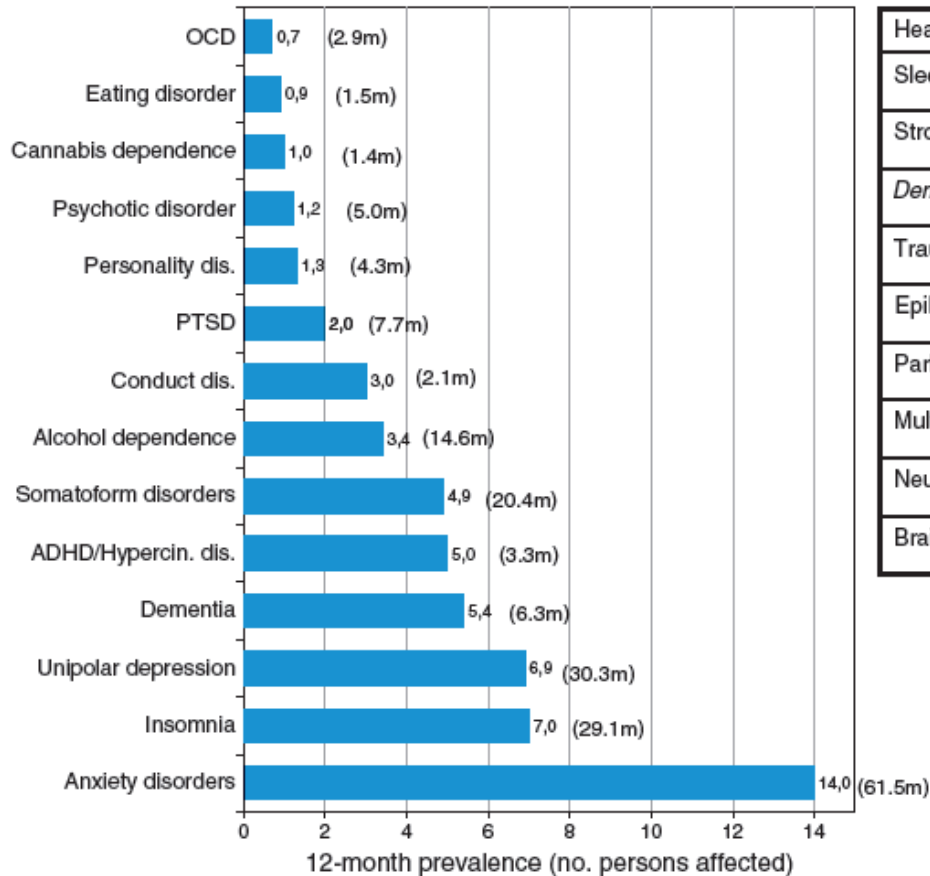
<http://www.tk.de/tk/broschueren-und-mehr/studien-und-auswertungen/gesundheitsreport-2012/449296>

Weltweite Belastung durch Erkrankungen



Häufigkeit psychischer Störungen (12 Monatsprävalenz)

Mental Disorders by prevalence (and estimated number of persons affected in millions)

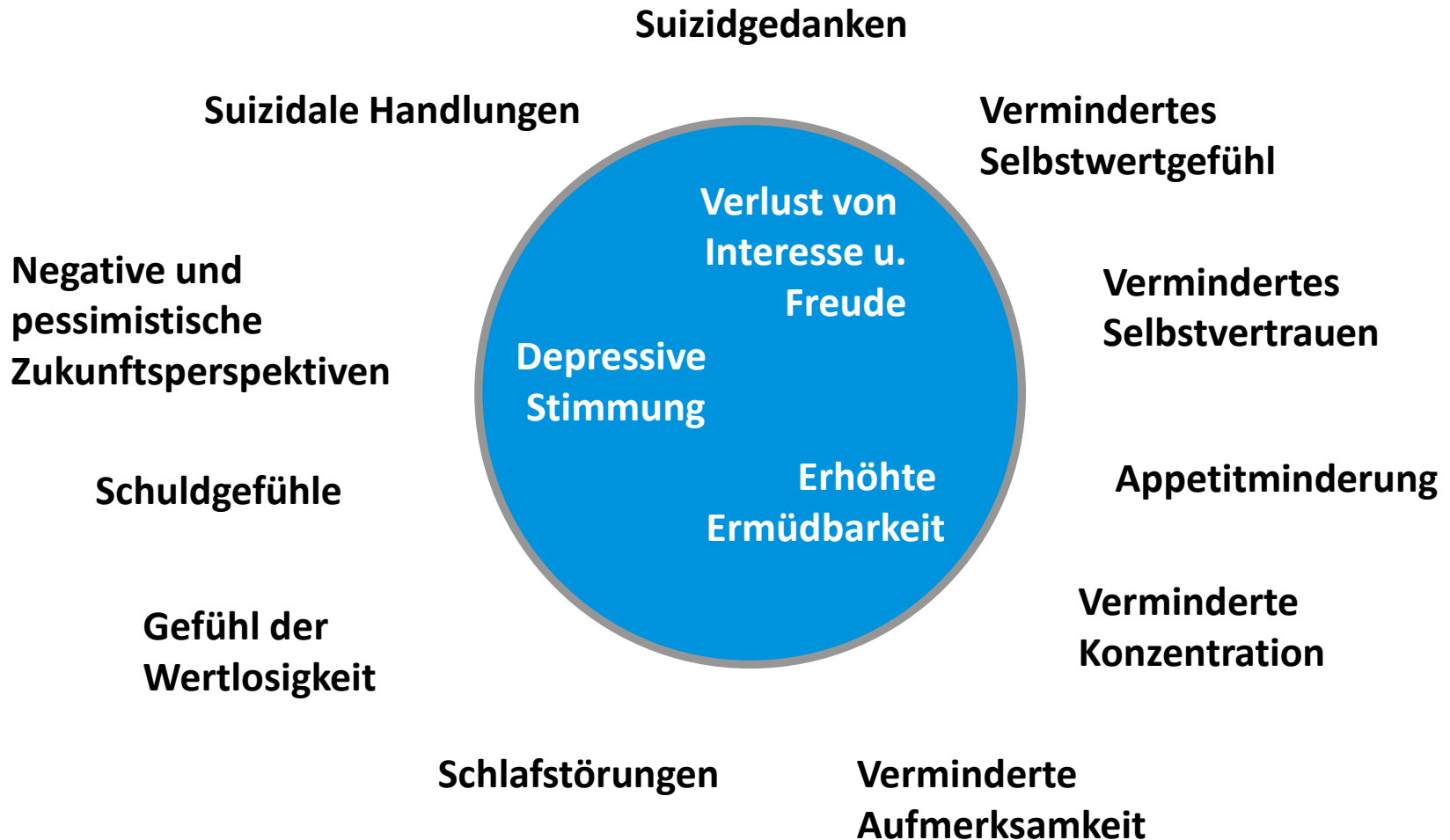


Neurological disorders: Number of persons affected (in millions)

Headache*	152,8
Sleep Apnoea	12,50
Stroke	8,24
<i>Dementias**</i>	6,34
Traumatic brain injury	3,75
Epilepsy	2,64
Parkinsons Disease	1,25
Multiple Sclerosis	0,54
Neuromuscular dis.	0,26
Brain Tumours	0,24

Aus: Wittchen et al., ENP 2011

Symptome der Depression





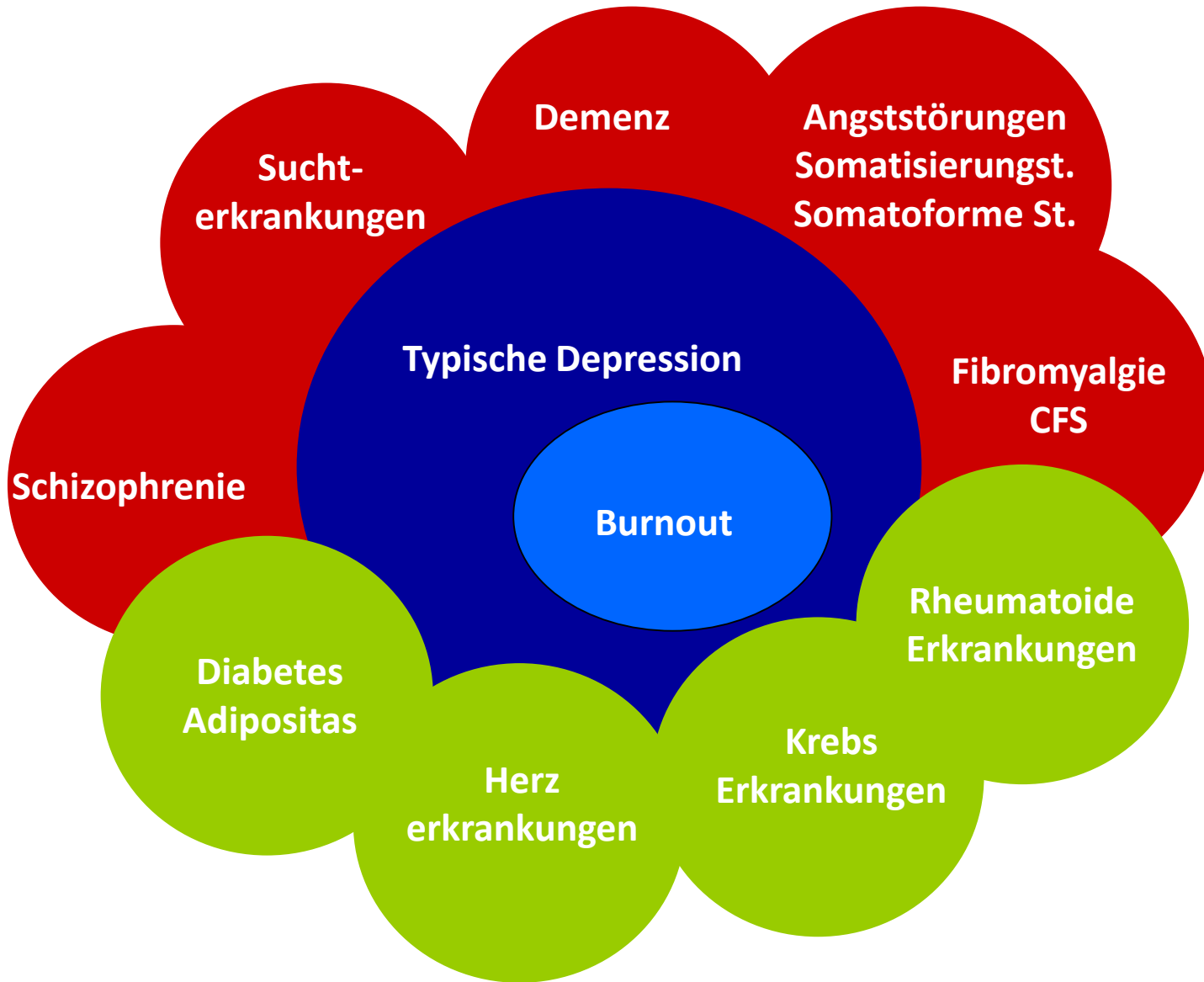
Allgemeines zur Depression

- Lebenszeitprävalenz etwa 20%
- Frauen sind häufiger betroffen als Männer (3:2)
- Häufigkeit nimmt mit dem Alter zu
- Verschiedene Formen
- Verschiedene Ursachen
- Häufig wiederholtes Auftreten
- Gut behandelbar, aber bei einem Teil der Patienten chronisch
- Lebensbedrohlich (hohes Suizidrisiko, vermehrt stress assoziierte körperliche Erkrankungen, z.B. Herzinfarkt)

Verschiedene Ausprägungsformen der Depression

- Gehemmt depressives Syndrom
- Agitiert depressives Syndrom
- Melancholischer Subtyp
- Somatisierte Depression
- Atypische Depression
- Saisonale Depression

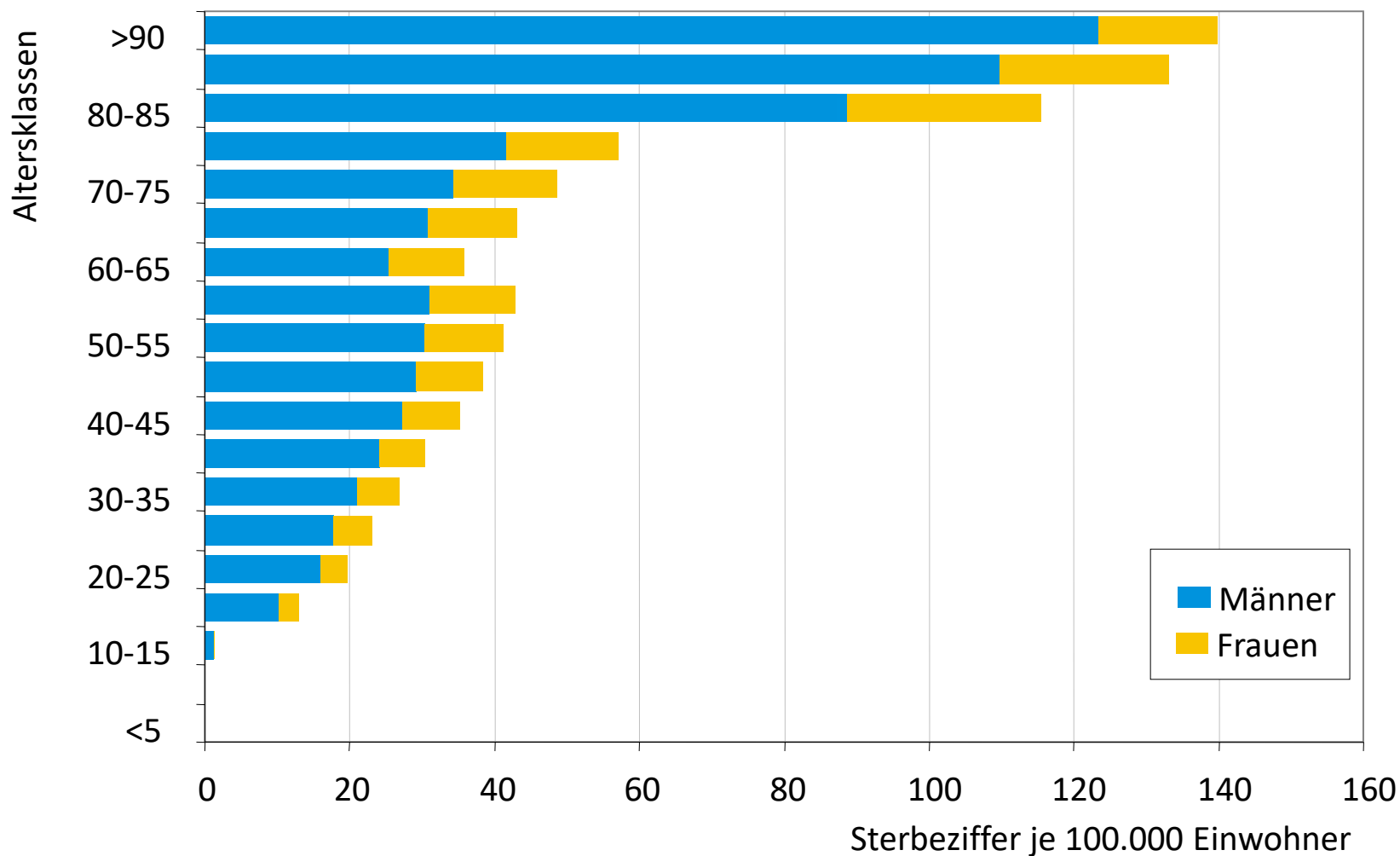
Depression und andere Erkrankungen



Folgen der Depression

- Beeinträchtigung des zielgerichteten Antriebs
- Erhöhte Reizbarkeit und Stressanfälligkeit
- Erhöhter motivationaler Aufwand, Erschöpftheit
- Verminderte Leistungsfähigkeit
- Suizid
- Erhöhte, meist unspezifische Inanspruchnahme medizinischer Leistungen
- Koronare Herzerkrankung, Übergewicht, Diabetes

Suizidalität – ein unterschätztes Problem



(Statistisches Bundesamt, 2000)

Ursachen der Depression

Depressive Störungen

- Affektivität und Angst
- Psychomotorik und Kognition
- Schlaf und Appetit



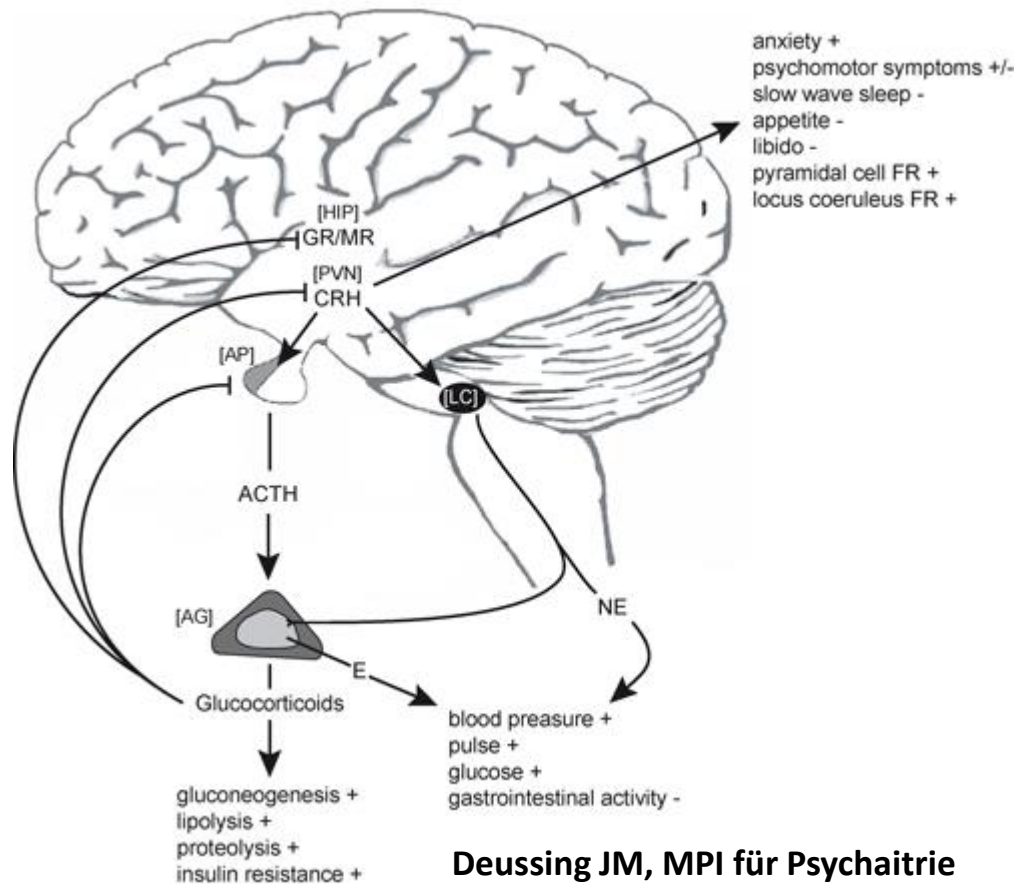
Stressoren

- Klassische psychosoziale Stressoren
- Primäre ZNS-Erkrankungen
- Primär systemische Erkrankungen

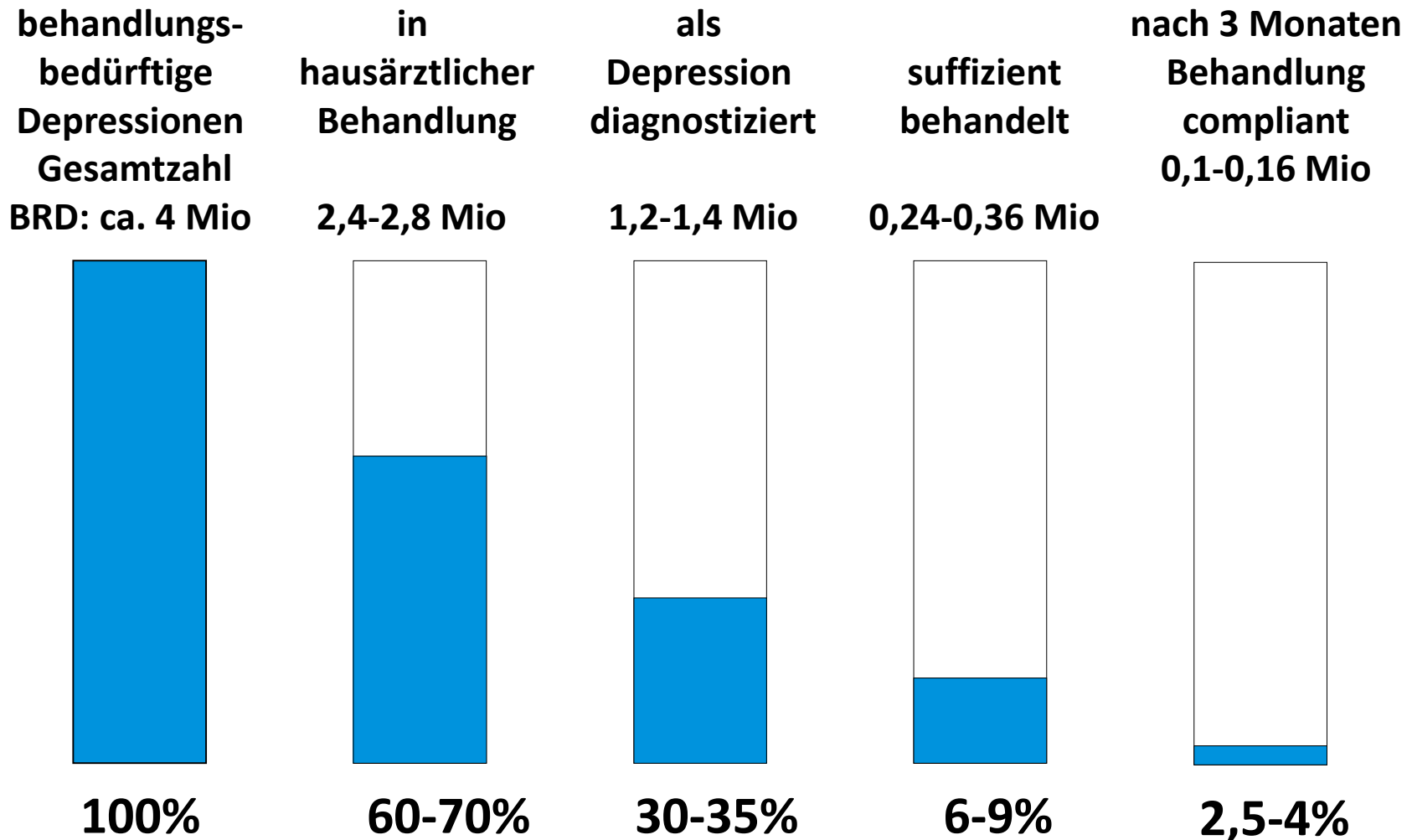
+

Genetische Vulnerabilität

Depression und Stresshormone



Depression – Häufigkeit und therapeutisches Defizit



Depression - Frühsymptome

- Gereiztheit
- Konzentrationsstörungen
- Sozialer Rückzug
- Schlafstörungen

Screening (Selbsttest)

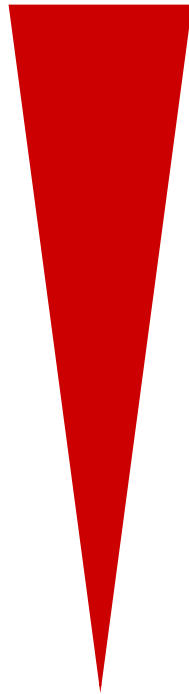
Leiden Sie seit mehr als zwei Wochen unter

1. Gedrückte Stimmung
2. Interessen- und/oder Freudlosigkeit, auch bei sonst angenehmen Dingen
3. Schwunglosigkeit und/oder bleierne Müdigkeit und/oder innere Unruhe
4. Fehlendes Selbstvertrauen und/oder fehlendem Selbstwertgefühl
5. Verminderter Konzentrationsfähigkeit und/oder starker Grübelneigung und/oder Unsicherheit beim Treffen von Entscheidungen
6. Starken Schuldgefühlen und/oder vermehrter Selbstkritik
7. Negativen Zukunftsperspektiven und/oder Hoffnungslosigkeit
8. Hartnäckige Schlafstörungen
9. Verminderter Appetit
10. Tiefer Verzweiflung oder Todesgedanken

Quelle: Deutsches Bündnis gegen Depression

Behandlungsprinzipien der Depression

Schwere und Akuität
der Erkrankung



- Pharmakotherapie, EKT
- Einfache Psychotherapeutische Verfahren (Stützende Gespräche, einfache Verhaltenstherapie)
- Komplementäre Therapien (Sport, Kunsttherapie etc.)
- Komplexe Psychotherapie (zum Beispiel Verhaltenstherapie)
- Beratung

Ambulant – teilstationär – stationär

Angebote des Zentrums für psychische Gesundheit

- Ambulant/teilstationär/stationär
- Psychiatrie/Psychosomatik
- Pharmakotherapie
- EKT
- Verhaltenstherapie
- Achtsamkeitsbasierte Therapie
- Kognitiv orientierte Therapien
- Entspannungsverfahren, Körpertherapie
- Sport, Yoga
- Ergotherapie
- Kunst- und Musiktherapie

Zusammenfassung

- Depressionen sind häufig
- Depressionen beginnen oft schleichend
- Sie werden nicht häufiger, aber sie werden häufiger erkannt und behandelt
- Die Behandlungsstrategie hängt von der Ursache ab
- Es gibt wirksame medikamentöse Behandlungsverfahren
- Es gibt wirksame psychotherapeutische Behandlungsverfahren
- Die meisten Patienten können ambulant behandelt werden
- Bei schweren Depressionen werden in der Klinik multimodale und multiprofessionale Behandlungsverfahren angewendet

Prof. Dr. Thomas Pollmächer

Zentrum für psychische Gesundheit



Zentrum für Psychische Gesundheit

