

## Deutsche DepressionsLiga e.V. – Newsletter 01/2015 vom 28.01.2015

Sehr geehrte Damen und Herren,

hier unsere aktuellen News rund um die Themen Depression, Soziales und Gesundheitswesen:

---

### 1 Depressionen: Eine Allergie auf das moderne Leben?

Der Stern: Jeder fünfte Bundesbürger erkrankt einmal im Leben an einer Depression. Das eigene Immunsystem könnte bei manchen Betroffenen Mitauslöser sein. Ein möglicher Ansatz für neue Therapien.

[Weiterlesen](#)

### 2 Rückgang bei Krankschreibungen: „Burnout ist out“

Der Tagesspiegel: Die Krankschreibungen wegen Burnout haben binnen eines Jahres um ein Drittel abgenommen. Doch psychisch gesünder sind die Arbeitnehmer nicht geworden. Im Gegenteil - stattdessen werden nun öfter Depressionen attestiert.

[Weiterlesen](#)

### 3 Psychische Krankheiten im Beruf: Arbeit als Therapie

Süddeutsche Zeitung: Die Zahl der Krankschreibungen wegen psychischer Erkrankungen hat sich in 15 Jahren mehr als verdoppelt. Das geht aus dem DAK-Gesundheitsreport 2015 hervor. Doch in vielen Chefetagen gelten psychisch kranke Mitarbeiter noch immer als willensschwach und unberechenbar. Jetzt beginnt das Stigma zaghaft zu bröckeln.

[Weiterlesen](#)

### 4 Psychisch Kranke warten zu lange auf eine Therapie

Die Welt: Durchschnittlich drei Monate müssen Menschen mit Depressionen oder Angststörungen auf einen Termin beim Therapeuten warten. Viel zu lang, sagen Ärzte – und die Lage könne noch schlimmer werden.

[Weiterlesen](#)

### 5 Fünf Fehler in der Psychotherapie: Daran erkennen Sie einen schlechten Therapeuten

Der Stern: Um einen guten Therapeuten zu finden, hilft nur: Ausprobieren und auf das eigene Gefühl vertrauen. Sagt die innere Stimme, dass etwas nicht passt, könnte es an einem dieser fünf Punkte liegen.

[Weiterlesen](#)

## 6 Studie: Die sechs Stufen der Depression

Ärzte Zeitung: In einer neuen Studie hat das Rheingold Institut untersucht, welcher inneren Logik die "Volkskrankheit Depression" folgt. Das Ergebnis: Betroffene durchlaufen einen Prozess, der sich aus sechs Komponenten zusammensetzt.

[Weiterlesen](#)

[zur Studie](#)

## 7 Studentin des Monats: Maryam macht Mut

Spiegel online: Wie fühlt sich das an, wenn es scheinbar keine Ausweg mehr gibt? In der Suizidberatung "U25" arbeiten junge Leute, die selbst erlebt haben, was Verzweiflung ist und deshalb gut darüber reden können - so wie Maryam.

[Weiterlesen](#)

## 8 Wenn Kinder depressiv werden

Spiegel online: Keine Lust aufzustehen, in die Schule zu gehen, Freunde zu treffen: Nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder und Jugendliche können unter Depressionen leiden. Die Zahl der Betroffenen ist in den vergangenen Jahren enorm gestiegen.

[Weiterlesen](#)

## 9 Lachgas lindert schwere Depressionen

Ärzteblatt: Distickstoffmonoxid, als „Lachgas“ zunächst eine Jahrmarktattraktion und seit 150 Jahren ein bewährtes Anästhetikum, könnte ein wirksames Mittel gegen Depressionen sein. In einer Pilotstudie erzielte eine einstündige Behandlung bei Patienten mit therapierefraktären Depressionen eine sofortige Wirkung, die bis zu eine Woche lang anhielt.

[Weiterlesen](#)

## 10 Neue Ansätze für Behandlung von Depression: Wissenschaftler der Universität Magdeburg erklären paradoxe Wirkungsmechanismen von Antidepressiva

Universität Magdeburg: Wissenschaftler der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg (OVGU) haben die Ursache von paradoxen Wirkungsmechanismen des Botenstoffes Serotonin entdeckt. Sie fanden heraus, warum die Gabe von Antidepressiva erst nach mehreren Wochen den gewünschten Effekt zeigt und bis dahin eher zu einer Verschlimmerung von Depressionen führen kann.

[Weiterlesen](#)

## 11 Psychische Erkrankungen: „Wenn Depression Krebs wäre“

Spektrum der Wissenschaft: Obwohl die Depression zu den weltweit am weitesten verbreiteten Erkrankungen gehört, hinken Wissenschaftler in ihrer Erforschung anderen Feldern wie der Krebsforschung hoffnungslos hinterher. Doch das könnte sich bald ändern.

[Weiterlesen](#)

## 12 Schlafstörungen: Kein Konsens zur Langzeittherapie mit Hypnotika

Ärzte Zeitung: Wie lange sollten Ärzte Hypnotika verordnen? Offenbar gibt es dazu so viele Meinungen wie Experten, aber kaum belastbare Daten.

[Weiterlesen](#)

## 13 Versorgung psychisch Kranker: Ärzte und Therapeuten Hand in Hand

Ärzte Zeitung: Ob psychisch kranke Patienten tatsächlich die für sie richtige Versorgung erhalten, hängt bislang zu häufig von Zufällen ab. Ein von KBV und Verbänden entwickeltes Vertragsmuster setzt auf Koordination und Kooperation. Jetzt sind die Kassen am Zug.

[Weiterlesen](#)

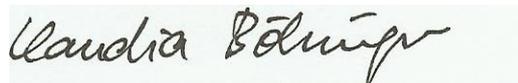
## 14 Umfrage der Freien Universität Berlin: Zugangsmöglichkeiten zu ambulanter Psychotherapie und die Zufriedenheit mit dieser

Freie Universität Berlin / DDL: Die Freie Universität Berlin untersucht bei Personen mit Depressionen wissenschaftlich die Zugangsmöglichkeiten zu ambulanter Psychotherapie und die Zufriedenheit mit dieser. Das langfristige Ziel ist, damit zu einer verbesserten psychotherapeutischen Versorgung beizutragen. Gebeten wird um die Teilnahme an einer Online-Befragung.

[Weiterlesen](#)

[zur Umfrage](#)

Mit freundlichen Grüßen



Claudia Böhringer  
Deutsche DepressionsLiga e.V.

### Spenden:

Ihre Spende hilft Betroffenen.

Unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen DepressionsLiga. Jeder Beitrag zählt, damit wir weitere Projekte für Betroffene von Betroffenen realisieren und ausbauen können:

<http://www.depressionsliga.de/spenden.html>

### Impressum:

Deutsche DepressionsLiga e.V.  
Thomas Müller-Rörich  
Postfach 1151  
71405 Schwaikheim



Tel. 07144 70489 50

Mo, Mi, Fr 10 – 13

Fax 07144 70489 79

E-Mail: [kontakt@depressionsliga.de](mailto:kontakt@depressionsliga.de)

[www.depressionsliga.de](http://www.depressionsliga.de)

[www.facebook.com/DeutscheDepressionsLiga](https://www.facebook.com/DeutscheDepressionsLiga)

[https://twitter.com/depr\\_liga](https://twitter.com/depr_liga)

### **Haftungshinweis:**

Die Deutsche DepressionsLiga e.V. übernimmt keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Der Newsletter enthält einen aktuellen Überblick über Tendenzen, Ansichten und Meinungen. Diese decken sich nicht in jedem Fall mit den Positionen der Deutschen DepressionsLiga e.V.