

Deutsche DepressionsLiga e.V. – Newsletter 10/2020 vom 17.11.2020

Sehr geehrte Damen und Herren,

hier unsere aktuellen News aus der Deutschen DepressionsLiga (DDL) sowie rund um die Themen Depression, Soziales und Gesundheitswesen:

1 Psychisch krank am Arbeitsplatz

SWR2 Wissen: Die Arbeitsbedingungen haben sich in den letzten Jahren deutlich verschärft. Die Arbeit ist dichter geworden, Termindruck und Erwartungen an Flexibilität höher, Überstunden die Regel. Das belastet letztlich nicht nur Menschen mit psychischen Erkrankungen. Alle anderen leiden auch darunter, sie halten es nur länger durch.

[Zur SWR-Mediathek](#)

2 Psychisch belastete Mitarbeitende: Hinschauen statt wegschauen!

Organisator.ch: Wegschauen ist meist die schlechteste Lösung, wenn Anzeichen dafürsprechen, dass ein Mitarbeiter psychisch überlastet oder gar erkrankt ist. Dann sollten Führungskräfte aktiv werden.

[Weiterlesen](#)

Beachten Sie zu diesem Thema auch die Arbeitgeberseminare der Deutschen DepressionsLiga:

[Weiterlesen](#)

3 Corona: Hilfsangebote für Menschen mit Depression

Deutsche DepressionsLiga e.V.: Auf unserer Seite finden Sie eine Zusammenstellung an Hilfsangeboten:

[Weiterlesen](#)

4 Langzeit-Studie zeigt: Corona fördert Angst und Depression

Bayerischer Rundfunk (BR): Wie wirken sich die Corona-Pandemie und die von staatlicher Seite ergriffenen Gegenmaßnahmen auf die Gesundheit der Deutschen aus? Die sogenannte Nako-Gesundheitsstudie hat dies untersucht und bringt Teilergebnisse in einer Vorauswertung ans Licht.

[Weiterlesen](#)

5 Deutschland-Barometer Depression: Massive Folgen für die psychische Gesundheit infolge der Corona-Maßnahmen

Stiftung Deutsche Depressionshilfe: Laut dem „Deutschland-Barometer Depression“ sind Menschen mit Depression deutlich stärker von den Folgen der Corona-Maßnahmen betroffen als die Allgemeinbevölkerung. Die Corona-Maßnahmen führen zudem zu massiven Einschnitten in der Versorgung psychisch erkrankter Menschen.

[Weiterlesen](#)

6 Corona und Psyche: Selbsthilfegruppen möchten sich treffen dürfen

Norddeutscher Rundfunk: Wie gehen wir mit den psychischen Folgen von Corona um? Reporterinnen haben mit Betroffenen gesprochen.

[Zur NDR-Mediathek](#)

7 Hilft ein Hobby gegen Depression?

Spektrum der Wissenschaft: Ob Klavier spielen, töpfern oder malen: In manchen Ländern verschreiben Ärzte gegen Depression mitunter Freizeitaktivitäten. Wie gut das wirkt, zeigt nun eine Langzeitstudie.

[Weiterlesen](#)

8 Johanniskraut: Welche Mittel bei depressiven Phasen helfen

Stiftung Warentest / Ärzteblatt: Als Ergänzung zu unserem Artikel im letzten Newsletter möchten wir darauf hinweisen, dass die Stiftung Warentest einen neuen Test zu Johanniskraut-Präparaten durchgeführt hat:

[Weiterlesen](#) und [Weiterlesen](#)

9 Wie sinnvoll sind Tageslichtlampen für Menschen mit Depressionen im Winter?

Redaktionsnetzwerk Deutschland (RND): Insbesondere von saisonal bedingten Depressionen – genannt auch „Winterdepression“ - Betroffene profitieren von einer Tageslichtlampe. Viele Studien weisen darauf hin, dass Lichttherapie besonders bei dieser Form der Krankheit hilft.

[Weiterlesen](#)

10 Langzeitfolge von Brustkrebs: Krebsfrei, aber depressiv

Pharmazeutische Zeitung: Der Brustkrebs ist überstanden, doch eine solch schwere Erkrankung hinterlässt bei vielen Spuren. Fast ein Drittel der Betroffenen leidet Jahre später noch unter Depressionen, zeigt eine neue Langzeituntersuchung des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ). Die psychische Verfassung der ehemaligen Patientinnen dürfe auch langfristig nicht vernachlässigt werden.

[Weiterlesen](#)

11 Erste Hilfe für die Seele

Spiegel online: Stabile Seitenlage und 112 wählen kann fast jeder. Doch wie leiste ich jemandem Erste Hilfe, der Suizidgedanken hat oder eine Panikattacke? In Deutschland gibt es künftig Kurse, die das lehren.

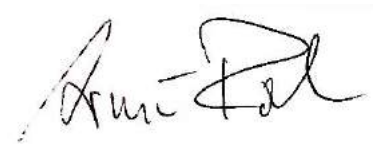
[Weiterlesen](#)

12 Psychotherapeuten können ab 2021 Ergotherapie verordnen

Ärzteblatt: Ab dem 1. Januar 2021 können auch Psychologische Psychotherapeuten sowie Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten eine Ergotherapie verordnen, wenn psychische Erkrankungen beziehungsweise bestimmten Erkrankungen des zentralen Nervensystems oder Entwicklungsstörungen vorliegen.

[Weiterlesen](#)

Mit freundlichen Grüßen



Armin Rösl
Deutsche DepressionsLiga e.V.

Spenden:

Ihre Spende hilft Betroffenen. Unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen DepressionsLiga. Jeder Beitrag zählt, damit wir weitere Projekte realisieren und ausbauen können:

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

Impressum:

Deutsche DepressionsLiga e.V.

Armin Rösl, Waltraud Rinke, Thomas Voigt, Dr. Ronald Münzer, Frank Mercier, Karsten Schröder, Stefanie Waßmann

Oppelner Straße 130
53119 Bonn

Tel.: +49 228 / 240 657 72

Fax +49 7144 / 704 89 79

Email: kontakt@depressionsliga.de

www.depressionsliga.de



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.