



EDD
European
Depression
Day

in Kooperation mit



und



Presseinformation

„Was wirkt eigentlich antidepressiv? – Behandlungsmöglichkeiten auf dem Prüfstand

7. Europäischer Depressionstag - Pressekonferenz am 13. Oktober 2010 in Berlin

Berlin, 13. Oktober 2010 – Depressive Störungen gehören mit einer Lebenszeitprävalenz (Wahrscheinlichkeit eine Erkrankung im Laufe des Lebens zu erleiden) von etwa 15 bis 18 Prozent in Deutschland zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Sie gehen für die Betroffenen mit erheblichen Beeinträchtigungen des psychischen und physischen Befindens sowie ihrer sozialen Bindungen und Funktionsfähigkeit einher. „Obwohl bei der Diagnostik und Therapie der Depression in den letzten Jahren erhebliche Fortschritte gemacht wurden und viele wirksame Behandlungsmöglichkeiten existieren, weisen Studien auf einen weiteren Optimierungsbedarf in der Diagnosestellung und Therapie der Depression hin“, sagte Prof. Dr. Detlef Dietrich, Ärztlicher Direktor AMEOS Klinikum Hildesheim und Repräsentant der European Depression Association (EDA) anlässlich des 7. Europäischen Depressionstages in Berlin. (16. Oktober 2010)

„Depression bewältigen – gemeinsam gelingt es!

Das ist das Motto des diesjährigen Europäischen Depressionstags. Es enthält die Aufforderung, Betroffene in der Gesellschaft nicht mit der Problematik allein zu lassen und betont gleichzeitig die präventive und heilsame Wirkung der Gemeinschaft. Fast jeder Mensch kennt die stimmungsaufhellende Wirkung eines freundlichen Lächelns oder einer kleinen zwischenmenschlichen Hilfestellung. Wie wichtig soziale Unterstützung in der Familie, im Freundeskreis und am Arbeitsplatz für das Wohlbefinden und auch die psychische Stabilität sein kann, ist gut bekannt. Soziale Unterstützung setzt aber häufig auch das Erkennen einer Depression und den offenen Umgang mit der Problematik voraus und dies wiederum die ausreichende Entstigmatisierung der Erkrankung. Der Europäische Depressionstag versucht durch Öffentlichkeitsarbeit die Stigmatisierung und die Diskriminierung von Betroffenen abzubauen und über die Erkrankung aufzuklären. Ein zentrales Thema ist hierbei die Information über die Behandlungsmöglichkeiten.

Was wirkt bei behandlungsbedürftigen Depressionen?

Kürzlich wurden Behandlungsleitlinien veröffentlicht (sog. S3-Leitlinien), die die vielfältigen antidepressiv wirksamen Therapieformen nach Evidenzgrad und Effektivität bewerten. Die verfügbaren Therapieformen wirken in unterschiedlicher Weise und sind insbesondere dann

effektiv, wenn sie so gut wie möglich die Ursache der Depression berücksichtigen. Ist eine akute Belastungssituation durch einen Verlust eines Lebenspartners aufgetreten, so hilft eine psychotherapeutische Unterstützung in der Trauerarbeit am besten. Beruht die Depression auf einem ungelösten Konflikt, so wird die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie am nachhaltigsten helfen. Handelt es sich um eine familiär gehäuft auftretende (majore) Depression, so kommt der medikamentösen und zusätzlichen psychotherapeutischen Behandlung die wichtigste Rolle zu, bei der Depression im Rahmen einer bipolaren Erkrankung der stimmungsstabilisierenden Medikation, bei der saisonal affektiven Erkrankung der adjuvanten Lichttherapie.

Am besten wirkt bei den meisten depressiven Erkrankungen eine Kombination aus einer medikamentösen und psychotherapeutischen Behandlung gegebenenfalls zusammen mit unterstützenden Maßnahmen wie zum Beispiel Wach- oder Körpertherapie. Meist ist therapeutisch ein Gefüge unterschiedlicher Therapiemöglichkeiten in sinnvoller Zusammenstellung und individuell angepasst am besten geeignet, eine ausreichend schnelle und vor allem langanhaltende Besserung zu erzielen.

Nicht zuletzt sollte sich eine wirksame Therapie an positiven Vorerfahrungen der Betroffenen orientieren und mögliche organische Ursachen einer Depression müssen erkannt und behandelt werden. Falls eine begonnene Therapie nicht ausreichend wirksam ist, sollte nach drei bis vier Wochen ein Wechsel zum Beispiel der Medikation, die Einleitung einer zusätzlichen Therapie und/oder Kombination unterschiedlicher Verfahren erfolgen. Hierbei ist Geduld und eine enge und gute Kommunikation zwischen Behandlern, Angehörigen und Betroffenen hilfreich. Die Nachhaltigkeit eines Therapieerfolgs wird durch eine komplette Symptombefreiheit bei Ende der Therapie und präventive Strategien wie zum Beispiel körperliche Bewegung und soziale Unterstützung der Betroffenen und Angehörigen verbessert. Eine gelungene soziale Reintegration und ein gelungenes Eingliederungsmanagement an den Arbeitsplatz sind wichtige Säulen der langfristigen Stabilität, eine sinnstiftende Tätigkeit kann ein wichtiges „Antidepressivum“ sein.

Ansprechpartner:

Prof. Dr. Detlef E. Dietrich
Repräsentant der European Depression Association in Deutschland (EDA)
Ärztlicher Direktor
AMEOS Klinikum Hildesheim
Goslarsche Landstr. 60
D-31135 Hildesheim
Tel.: +49 (0)5121 103-249
E-Mail: ddie.psy@hildesheim.ameos.de