

Depression – eine verborgene Epidemie?

Dr. Martin Lison

Chefarzt Paracelsus Roswitha-Klinik

Bad Gandersheim



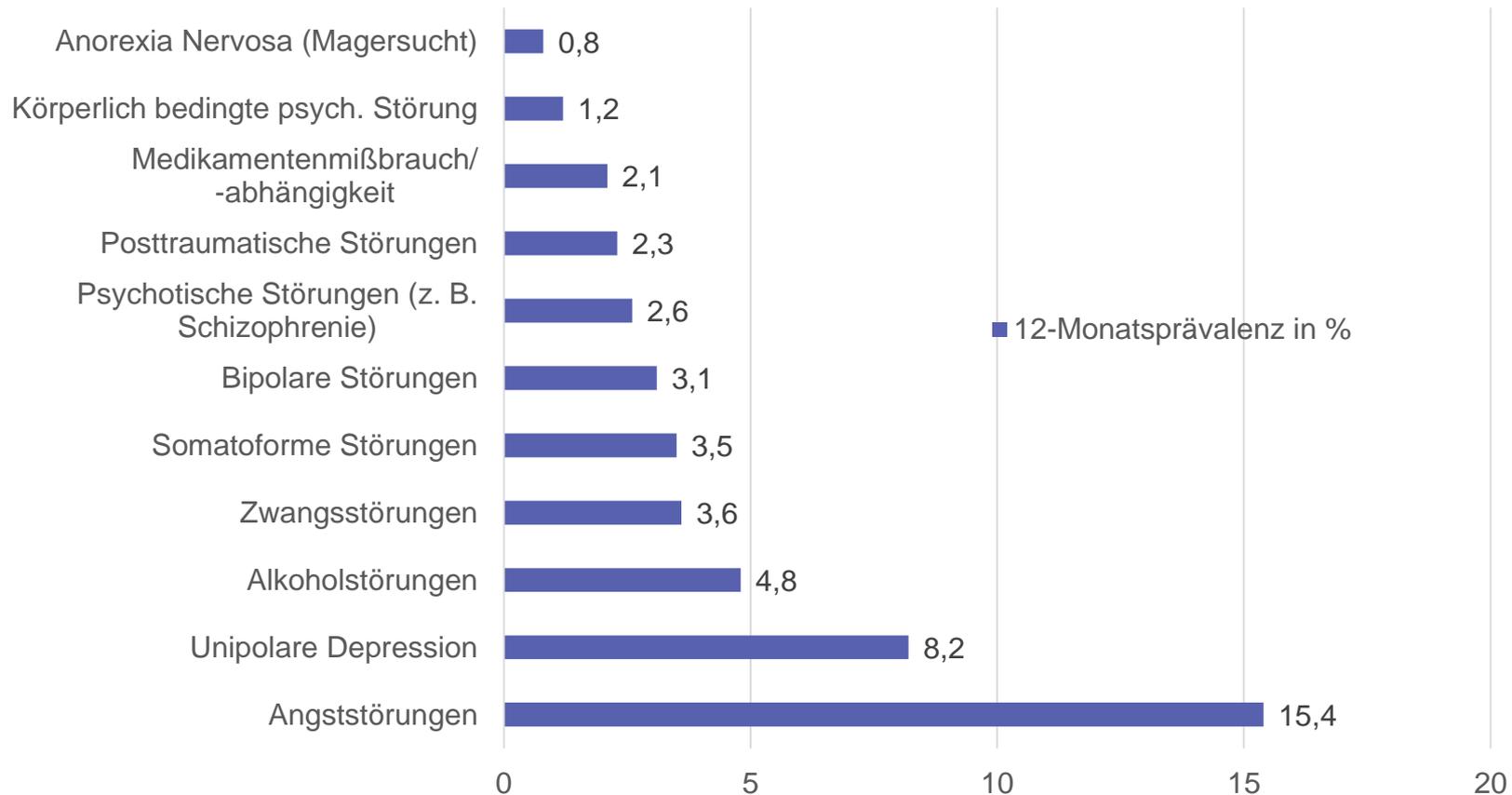
Depressionen

- häufig
- meist rezidivierender, nicht selten chronischer Verlauf
- kann jeden treffen
- oft lebensbedrohlich
- häufigste Ursache für suizidale Handlungen
- wirksame Behandlungen sind verfügbar
- große diagnostische und therapeutische Defizite

➔ Krankheit mit dem größten Optimierungsspielraum



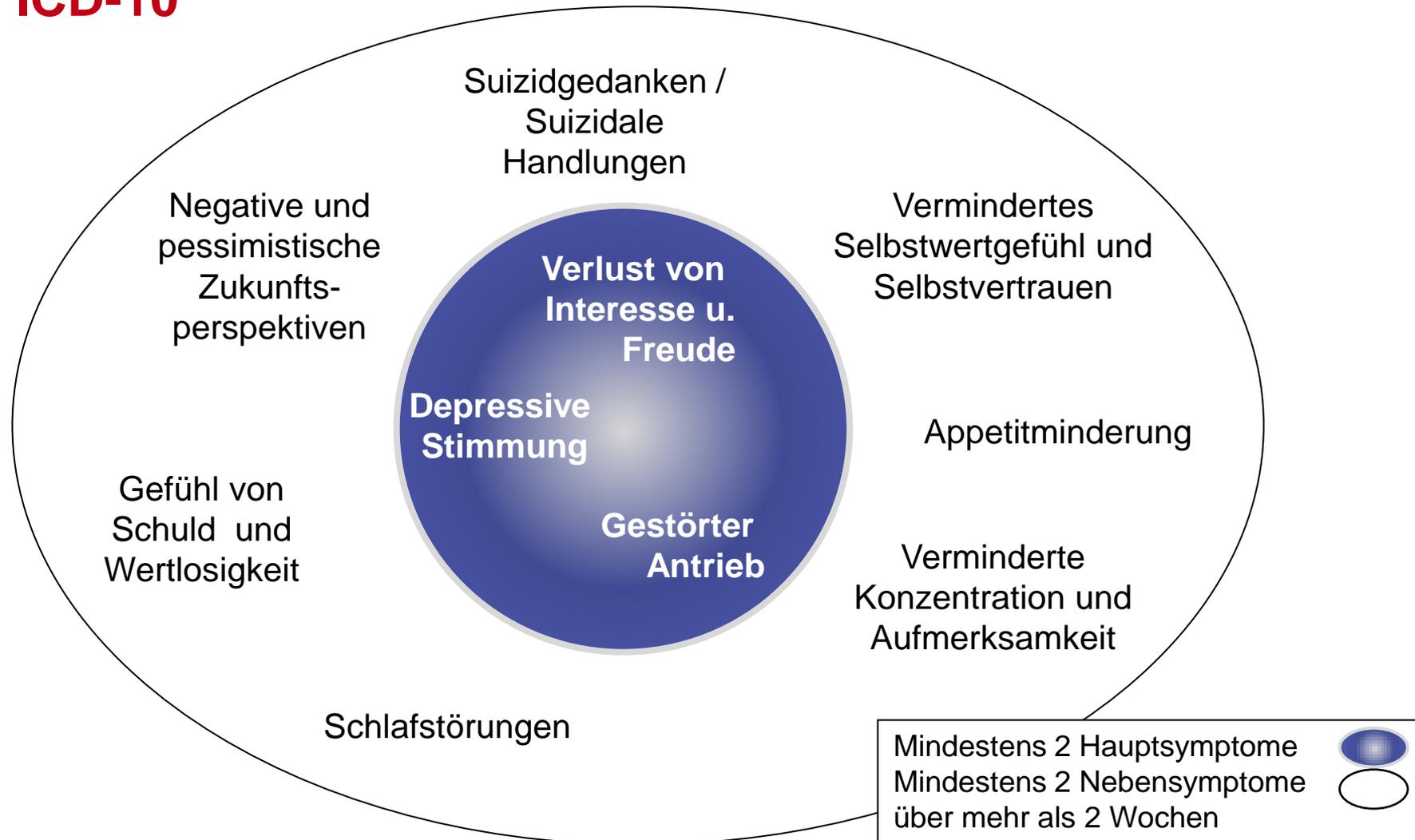
Die häufigsten psychischen Störungen in Deutschland



Quelle: Jakobi et al. 2016



Haupt- und Nebensymptome nach ICD-10

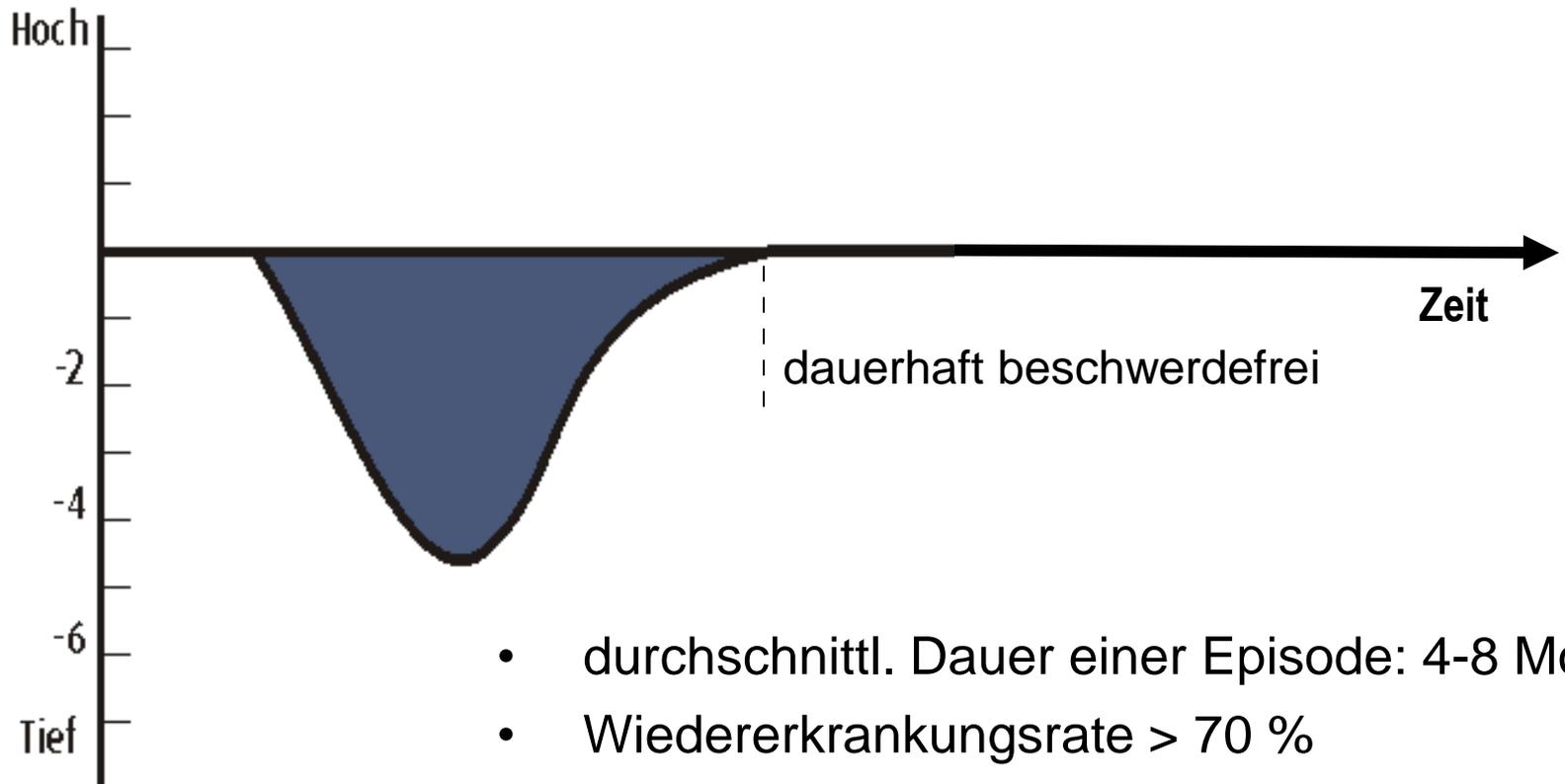


Erscheinungsbilder der Depression

- **unterschiedliche Symptommuster:**
 - Gehemmte Depression
 - Agitierte Depression
 - Somatisierte „larvierte“ Depression
 - **Wahnhafte Depression**
 - Schuldwahn
 - Verarmungswahn
 - hypochondrischer Wahn



Depressive Episode, monophasisch (unipolare Depression; ICD-10: F32)



- durchschnittl. Dauer einer Episode: 4-8 Monate
- Wiedererkrankungsrate > 70 %

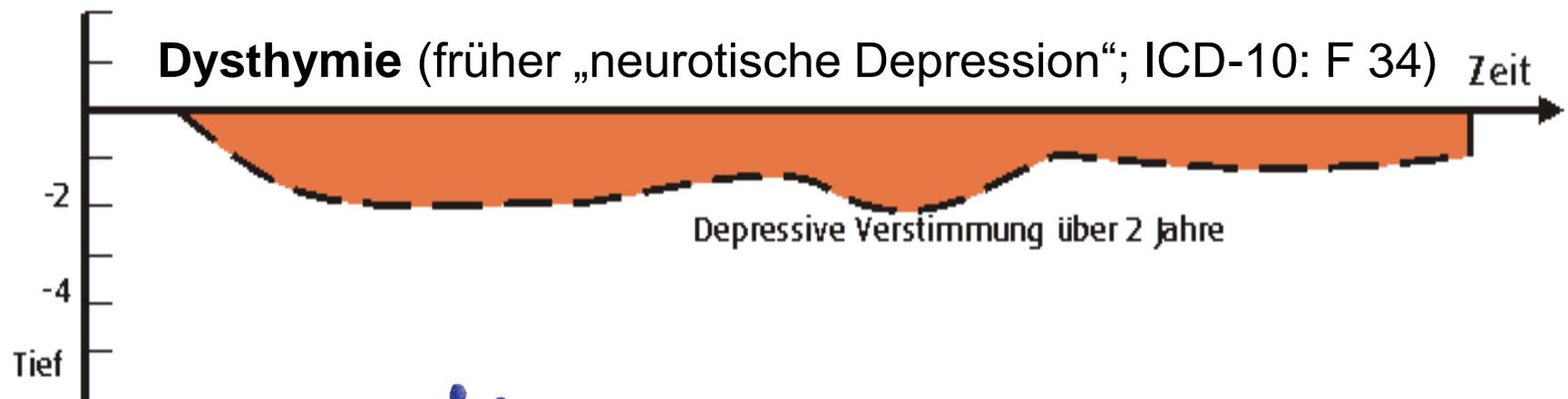
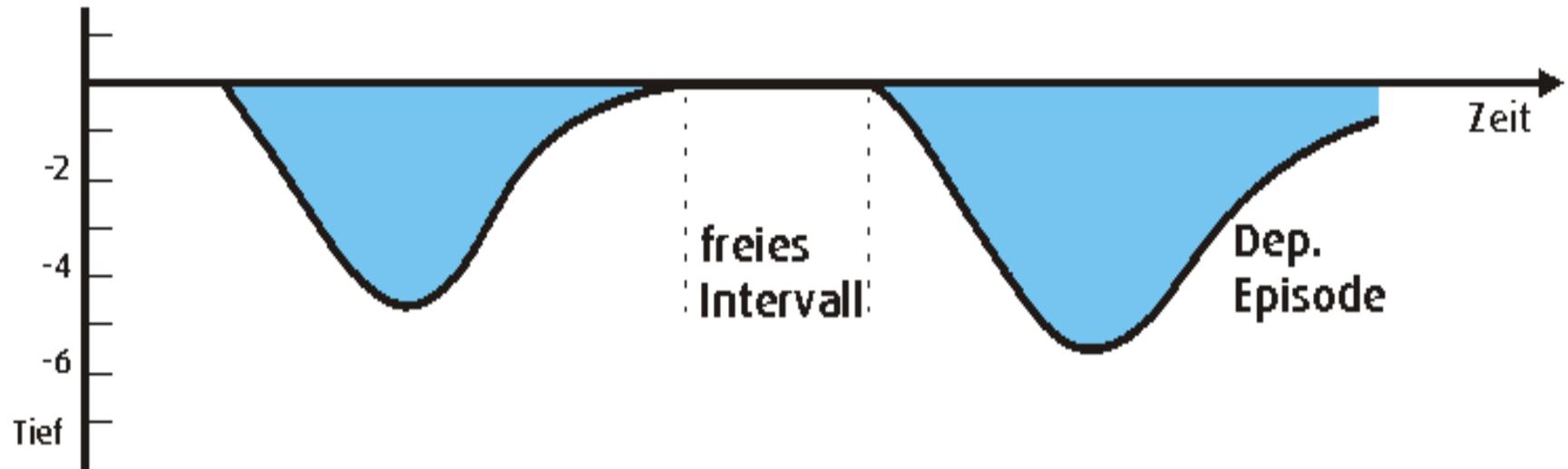


Unipolare Depression

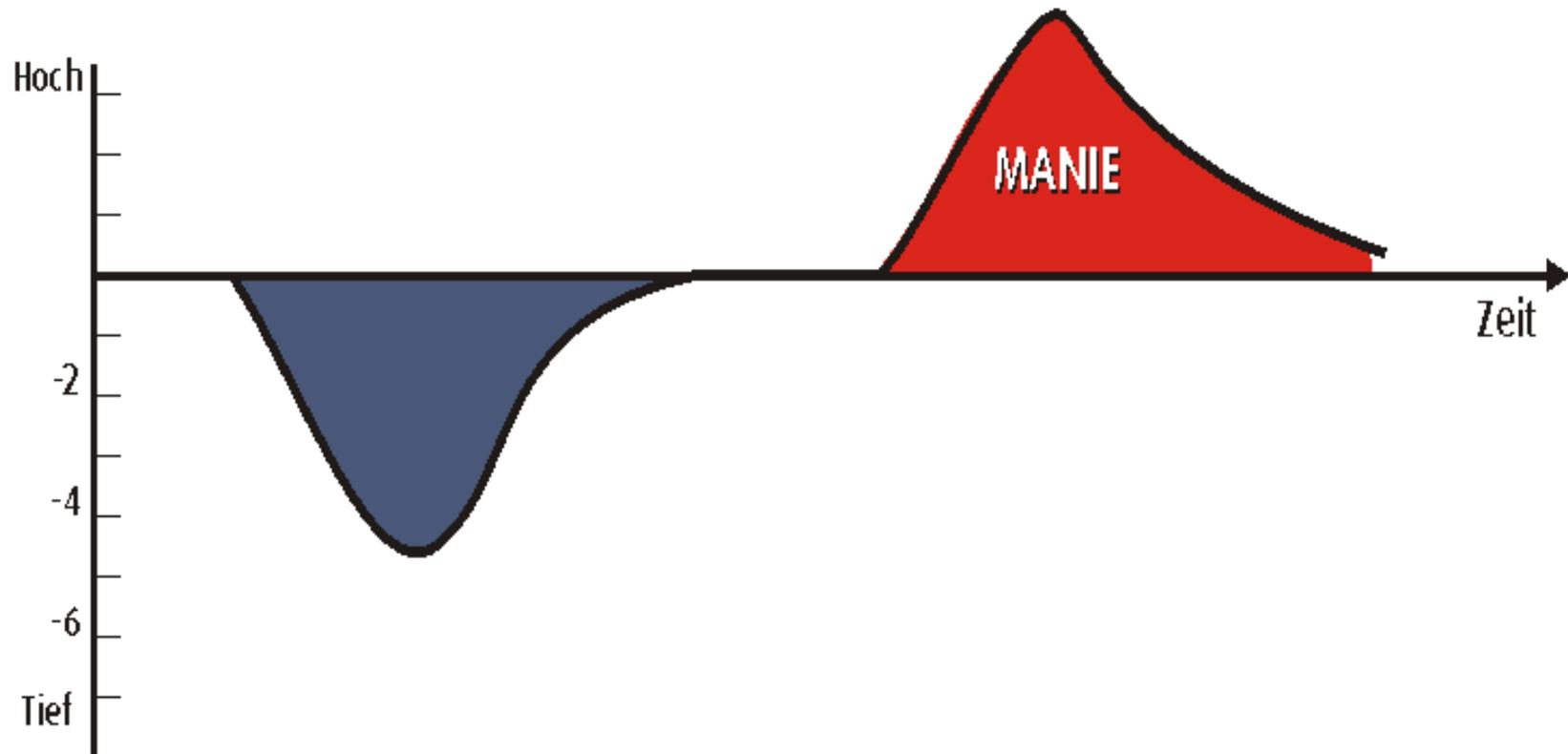
- durchschnittliche Dauer einer Episode: 10 Monate
- Rückfallrate > 70 %
- durchschnittliche Zahl der Episoden 5
- hoher Leidensdruck



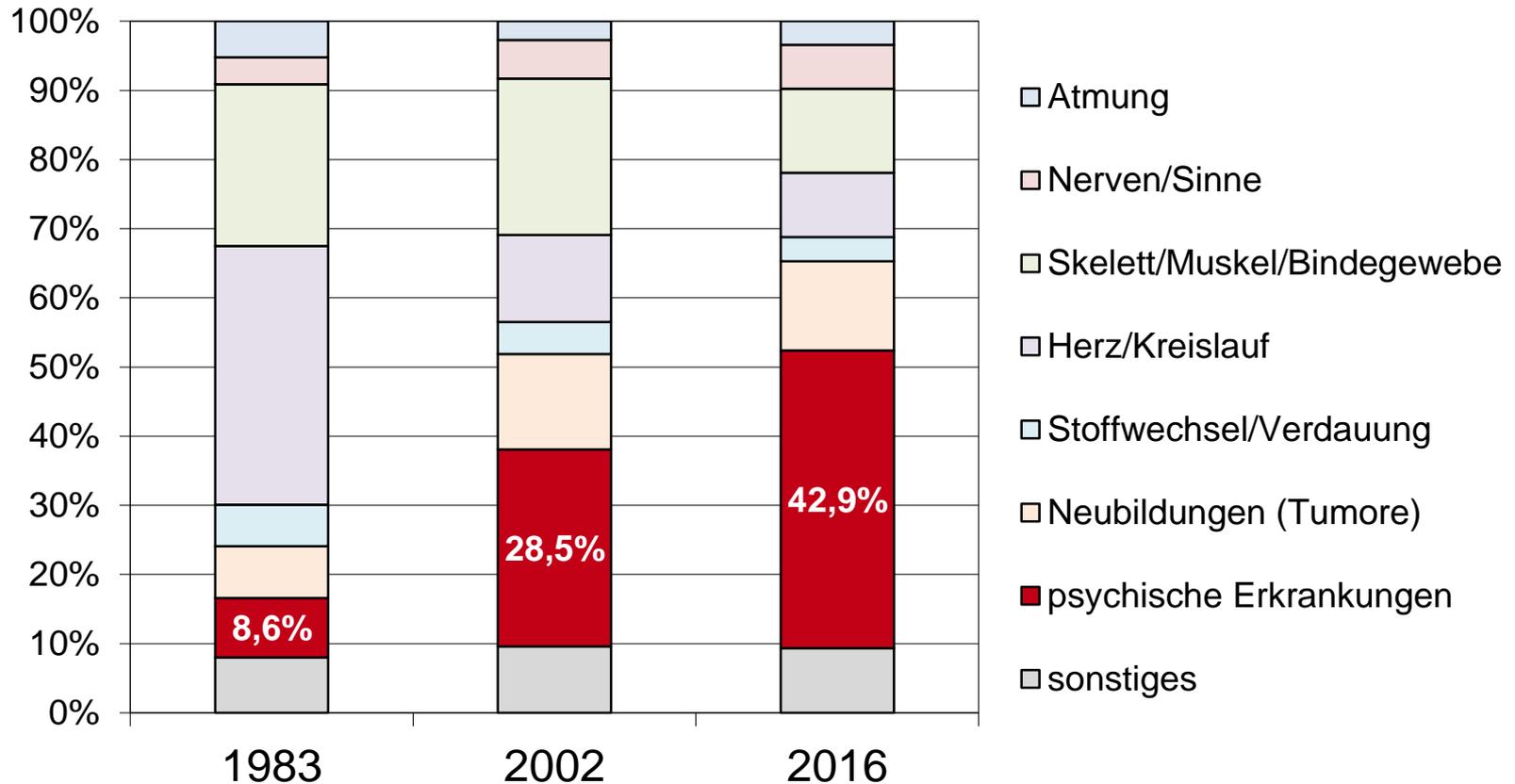
Rezidivierende depressive Störung (unipolare Depression, Majore Depression; ICD-10: F 33)



Bipolare affektive Störung (Manisch Depressive Erkrankung; ICD-10: F 31)



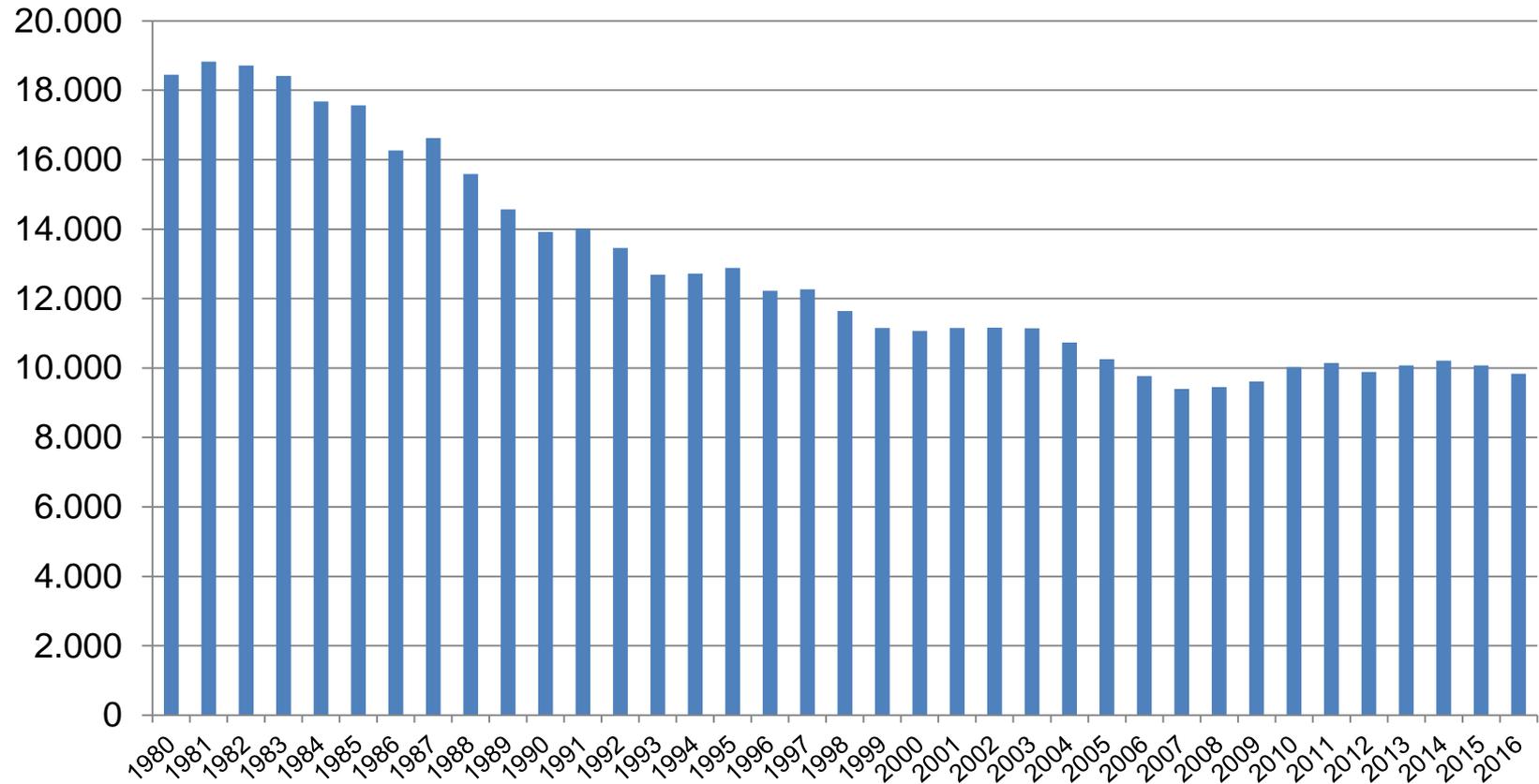
Berentung wegen verminderter Erwerbsfähigkeit aufgrund psychischer Erkrankungen



Quelle: Deutsche Rentenversicherung Bund (2017). Rentenversicherung in Zeitreihen. DRV-Schriften Band 22



Sterbefälle durch Suizide in Deutschland seit 1980



Quelle: Todesursachenstatistik, Statistisches Bundesamt, www.gbe-bund.de (Zugriff: Dezember 2018)



Die Behandlung der Depression

Zentrale Behandlungssäulen

- Medikamentöse Behandlung (v.a. Antidepressiva)
- Psychotherapie (Wirksamkeit für kognitive Verhaltenstherapie am besten belegt)

Weitere Behandlungsverfahren

- Lichttherapie (Wirkung bei saisonaler Depression belegt)
- Wachtherapie (meist nur im Rahmen stationärer Therapie möglich)
- Elektrokrampftherapie (bei schwerer therapieresistenter Depression)
- körperliches Training
- repetitive Magnetstimulation (rTMR)



Psychische und körperliche Aspekte – Zwei Seiten einer Medaille

	Psychosoziale Aspekte	Neurobiologische Aspekte
Veranlagung	z.B. Traumatisierung und Missbrauchs- erfahrungen in der Kindheit	Genetische und epigenetische Faktoren (u.a. Vererbung)
Auslöser	z.B. Überforderung, Stress, Verlust- erlebnisse, Urlaubsantritt	z.B. Veränderungen der Stresshormone
Depressiver Zustand	z.B. Freudlosigkeit, Hoffnungslosigkeit	z.B. Ungleichgewicht von Botenstoffen in bestimmten Hirnregionen
Behandlung	Psychotherapie	Antidepressiva

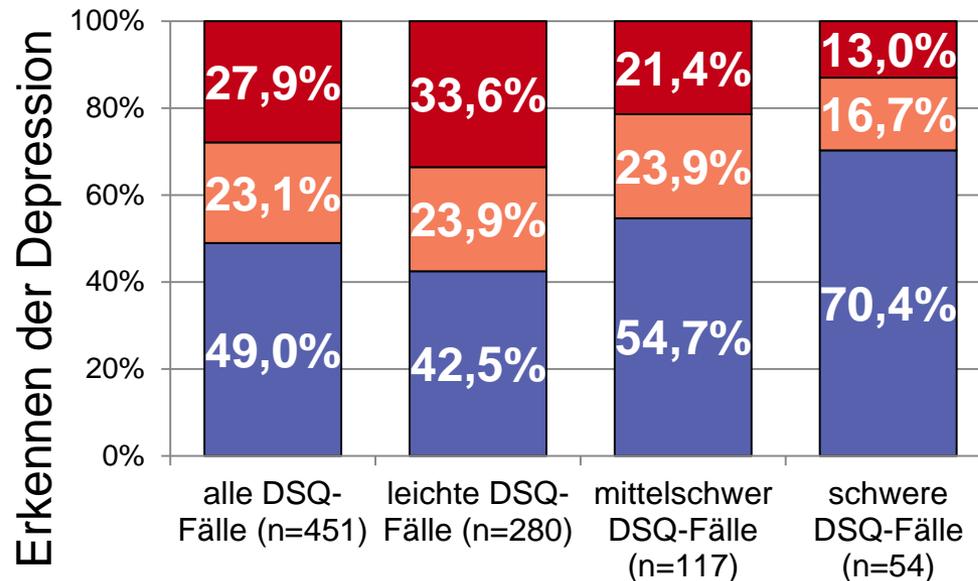


Hinweise auf biologische Mechanismen

- saisonal abhängige Depression
- „Lichtschaltereffekt“
- Tagesschwankungen
- Schlafentzugeneffekt
- Rapid- und Ultra-Rapid-Cycling



Erkennen von Depressionen in Arztpraxen der Primärversorgung (VERA-Studie)



- nicht-diagnostizierte DSQ-Fälle
- als andere psychische Störung vom Arzt klassifizierte DSQ-Fälle (einschließlich fragliche Diagnosen)
- als Depression vom Arzt (sicher/unterschwellig) diagnostizierte DSQ-Fälle

- Nur 49% der Patienten mit positivem Depressions-Screening wurden durch den Hausarzt sicher als Depression erkannt.
- 28% der Depressionsfälle wurden gar nicht erkannt, 23% als andere psychische Störung verkannt.
- Auch schwere Depressionen wurden nur in 70% korrekt erkannt.

Quelle: Trautmann et al. (2017). Behandlung depressiver Störungen in der primärärztlichen Versorgung. Dtsch Arztebl Int 114(43): 721-728.



Hilfe vor Ort

- die erste Anlaufstelle ist der Hausarzt
- Fachärzte sind Psychiater und Nervenärzte
- Psychotherapie wird auch von „Psychologischen Psychotherapeuten“ angeboten
- im akuten Notfall im Krankenhaus vorstellen
- Sozialpsychiatrische Dienste bei den Gesundheitsämtern/ Wohlfahrtsverbände



Befragung der erwachsenen Allgemeinbevölkerung (18 – 69 Jahre)

Stichprobe*: N = 2009 (Frauen: 48,9%)

Methode: Befragung eines Online-Panels

Befragungszeitraum: 13.-20. Juni 2017

Durchführung: Respondi AG

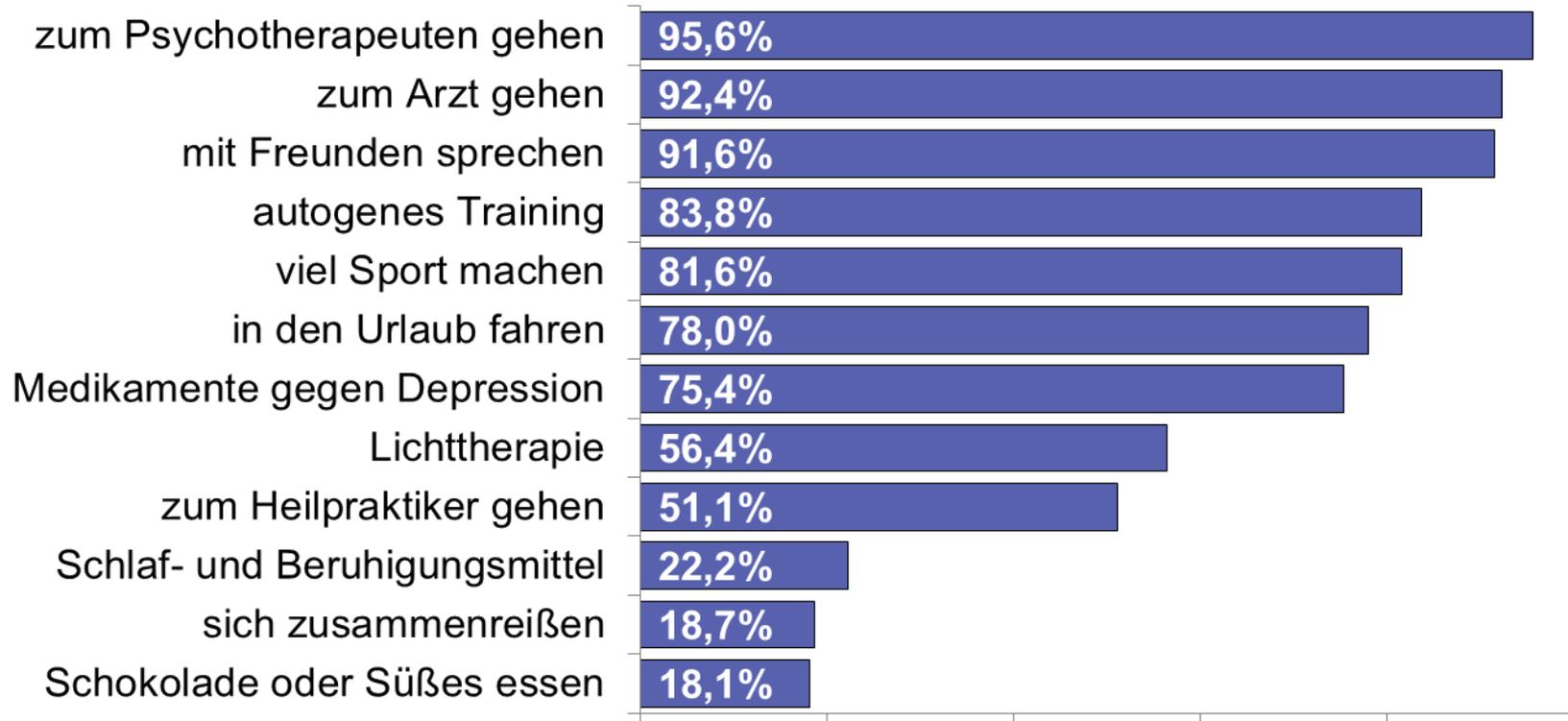
- zertifiziertes Befragungsunternehmen (ISO 26362)
- Repräsentatives Panel für die deutsche Bevölkerung in Privathaushalten (N = 100.000 Teilnehmer)

* Die Stichprobe repräsentiert die Grundgesamtheit in den soziodemografischen Merkmalen (Alter, Geschlecht, Bundesländer)



Therapeuten, Ärzte & Freunde gelten als wichtig für die Krankheitsbewältigung

Anteil der Beurteilungen als „sehr geeignet“ oder „eher geeignet“



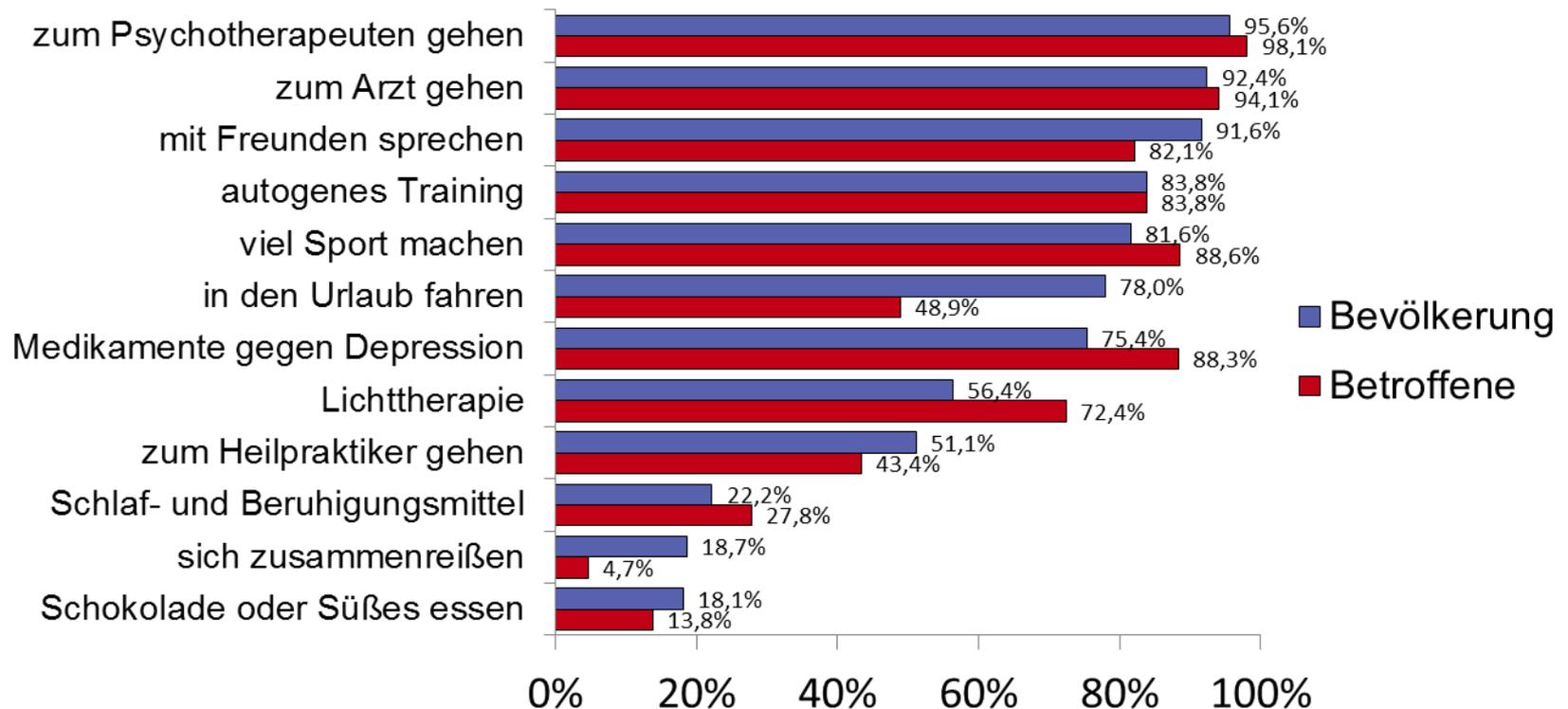
Bevölkerungsbefragung; N=2009 Teilnehmer

Frage: Was glauben Sie, hilft gegen die Depression (sehr geeignet, eher geeignet, eher ungeeignet, ungeeignet)?



Betroffene bewerten evidenzbasierte Hilfsmittel realistischer

Anteil der Beurteilungen als „sehr geeignet“ oder „eher geeignet“



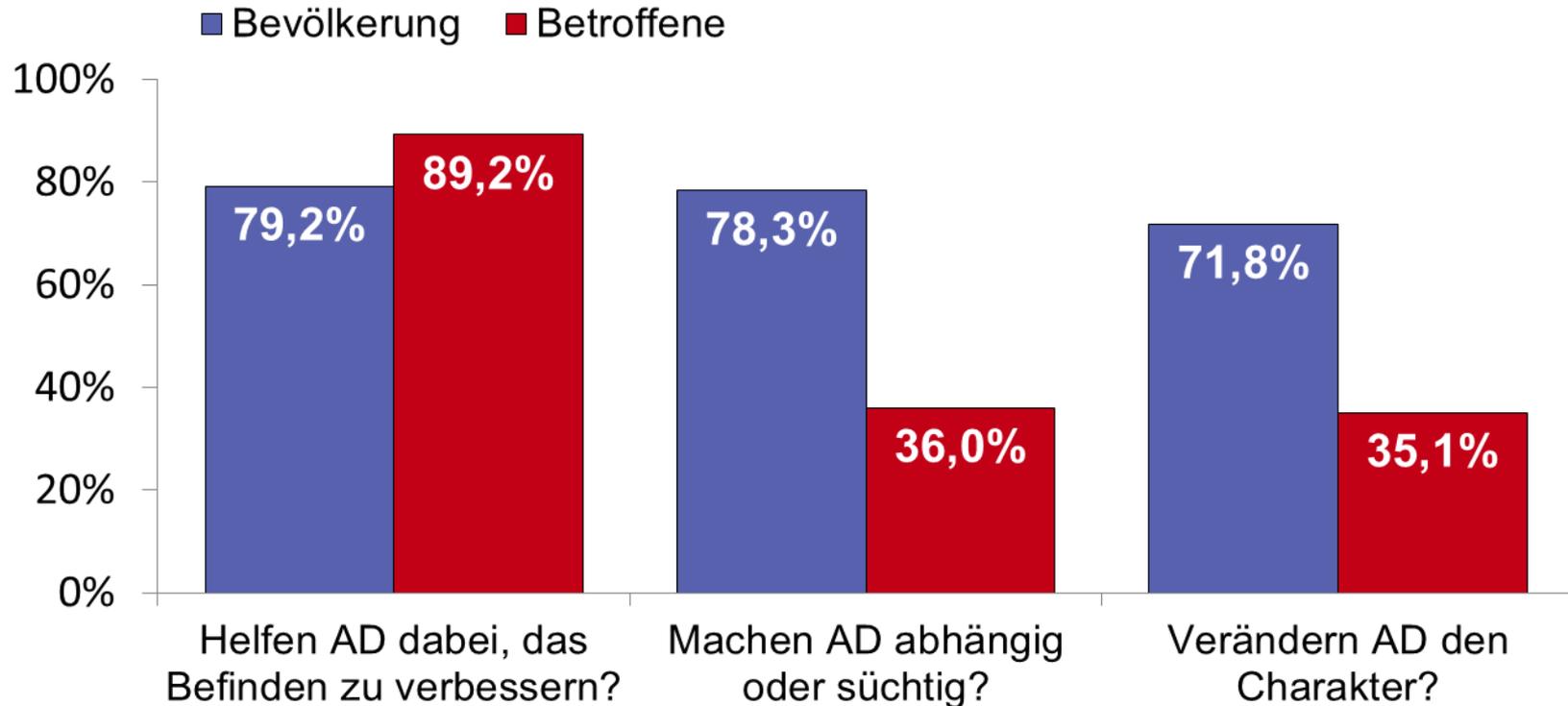
Bevölkerungsbefragung: N=2009 Teilnehmer | Betroffenenbefragung: N=990 Teilnehmer

Frage: Was glauben Sie, hilft gegen die Depression (sehr geeignet, eher geeignet, eher ungeeignet, ungeeignet)?



Betroffene bewerten Medikamente insgesamt positiver

Anteil der Ja-Antworten



Bevölkerungsbefragung: N=2009 Teilnehmer | Betroffenenbefragung: N=990 Teilnehmer
Frage: Der Arzt behandelt eine Depression unter anderen mit speziellen Medikamenten, den sogenannten Antidepressiva. Was meinen Sie (ja/nein)?



Regionale Bündnisse gegen Depression

- in 85 deutschen Städten
- Kooperation mit Hausärzten, Lehrer, Pfarrer, Altenpflegekräfte, Journalisten u.a. Schulungen
- Info und Unterstützung zur Selbsthilfe für Patienten und Angehörige
- Aufklärungskampagnen



Stand: November 2018



Regionale Bündnisse gegen Depression – der 4 Ebenen-Ansatz



Projekte und Angebote der Stiftung Deutsche Depressionshilfe

- Forschungszentrum Depression
- Deutschlandweites Info-Telefon Depression
- **Regionale Bündnisse gegen Depression in 75 deutschen Städten**
- Fachlich betreutes Onlineforum www.diskussionsforum-depression.de und für junge Erwachsene www.fideo.de
- Aufklärungs-/Öffentlichkeitsarbeit
- Alle 2 Jahre: Patientenkongress Depression
- Schulungen für Unternehmen



Info-Telefon Depression der Stiftung Deutsche Depressionshilfe

- Info-Telefon soll unter 0800 3344533 Betroffenen und Angehörigen Informationen zur Erkrankung bieten und den Weg ins Versorgungssystem weisen
- **Kostenfrei** (durch Kooperation mit Deutsche Bahn Stiftung gGmbH)
- werktags 4 Stunden geschaltet, Sprechzeiten:
Mo, Di, Do: 13:00 – 17:00 Uhr
Mi, Fr: 08:30 – 12:30 Uhr
- rund um die Uhr, aber weniger spezifisch: Telefonseelsorge
0800/111 0 111 und 0800/111 0 222



iFightDepression®

Ein mehrsprachiges, begleitetes Selbstmanagement – Programm für Menschen mit leichteren Depressionsformen



SPRACHE WÄHLEN: English (youth) ▾

WELCOME TO IFIGHTDEPRESSION!

- A self-management tool based on cognitive behavioural therapy
- Designed to help you develop several skills to help you manage your depression

LOGIN NOW

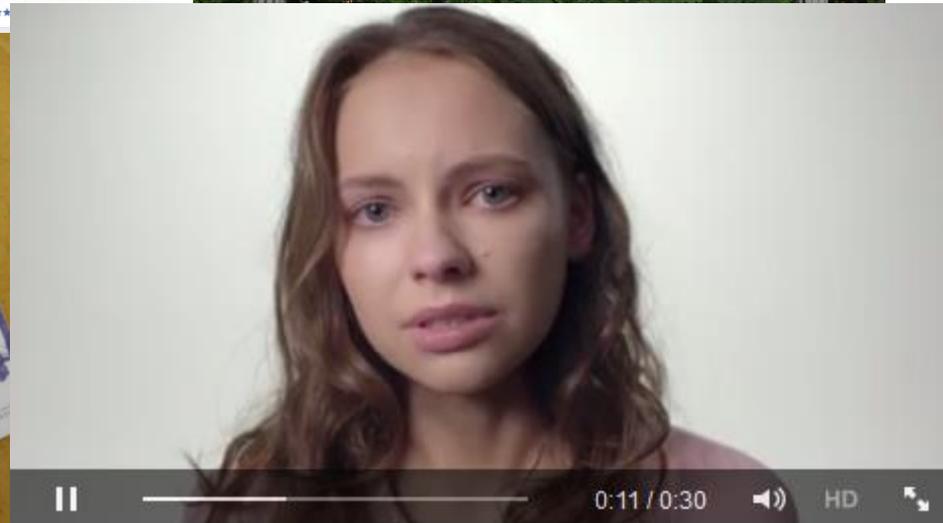
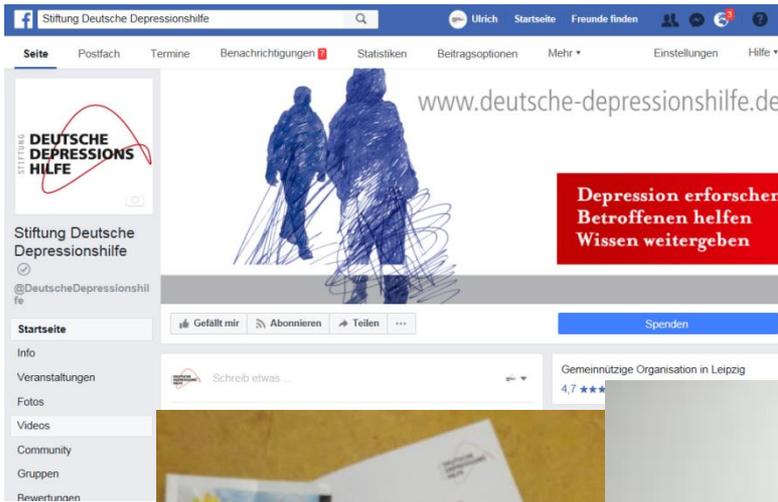
Username

Login

[FORGOT MY PASSWORD](#)



Öffentlichkeitsarbeit





*Depression erforschen
Betroffenen helfen
Wissen weitergeben*

- News
- Die Stiftung
- Das Bündnis**

Das Bündnis

Herzlich Willkommen!

Der gemeinnützige Verein „Deutsches Bündnis gegen Depression e.V.“ verfolgt unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe das Ziel die



- gesundheitliche Situation depressiver
- das Wissen über die Krankheit in der
- Suiziden vorzubeugen.

Zahlreiche Städte und Kommunen haben sich angeschlossen und engagieren sich auf lokaler Ebene.

- Regionale Angebote
- Laufen gegen Depression
- Projekt "NIMBUS"
- Wir über uns
- Wissenspool für Mitglieder

Unsere Partner



*Depression erforschen
Betroffenen helfen
Wissen weitergeben*

- Selbsttest
- Was ist eine Depression?
- Ursachen und Auslöser
- Behandlung
- Depression in verschiedenen Facetten
- Wo finde ich Hilfe?
- Rat für Angehörige
- Informationsmaterial bestellen



Für Betroffene und Angehörige

Für Betroffene und Angehörige

- Info-Telefon Depression
- Online-Foren
- Patientenkongress
- IFightDepression Tool
- Friedemann-Weigle-Programm für Musiker
- Rath-Initiative für Künstler
- Laufen gegen Depression

- Die Stiftung
- Angehörige**
- das deutsche
- Erfahrung
- Filmprojekt für junge Menschen: **FIDEO**
- konkrete **Hilfe vor Ort** in über 75 Städten
- den **Patientenkongress** Depression mit Vorwissen von Betroffenen, Angehörigen und Fachleuten

Laufen gegen Depression



Schulungen: Journalisten, Führungskräfte, Pflegekräfte, Ärzte ...



Verantwortungsvolle Suizidberichterstattung / Nachahmungssuizide

Ulrich Hegerl / Christian Gravert

Stiftung Deutsche Depressionshilfe
Deutsche Bahn Stiftung

**Workshop, 24.01.2018 in Kooperation mit der Thüringer
Landesmedienanstalt**



Wissen weitergeben 

Stiftung Deutsche Depressionshilfe Medienguide

Empfehlung zur Berichterstattung über Suizid

**Wie Journalisten Nachahmungstaten
verhindern können**