

## Deutsche DepressionsLiga e.V. – Newsletter 01/2017 vom 13.04.2017

Sehr geehrte Damen und Herren,

da wir seit längerer Zeit keinen Newsletter mehr versendet haben, ist er der aktuelle sehr ausführlich geworden. Wir hoffen, Ihnen mit dieser Auswahl zahlreiche interessante News rund um die Themen Depression, Soziales und Gesundheitswesen bieten zu können.

---

### 1 Weltgesundheitstag zum Thema Depression - Ein wichtiges Zeichen der WHO

Deutsche DepressionsLiga e.V.: Psychische Erkrankungen werden von Betroffenen und deren Umfeld leider immer noch oft geheim gehalten. Deshalb ist es ein sehr starkes und wichtiges Zeichen der Weltgesundheitsorganisation WHO, dass sie die Depression als zentrales Thema für den Weltgesundheitstag gewählt hat. Zu diesem Anlass hat die DDL eine Pressemitteilung herausgegeben.

[Weiterlesen](#)

### 2 Wir haben geredet – jetzt müssen Taten folgen Die DDL fordert stärkere Unterstützung für Selbsthilfe-Initiativen.

Deutsche DepressionsLiga e.V.: Der Weltgesundheitstag am 7. April 2017 war ein wichtiges Signal. Beim Reden allein darf es aber nicht bleiben. Bei der Fachtagung der Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. in Kooperation mit dem Bundesgesundheitsministerium am 7. April in Berlin haben Selbsthilfe-Organisationen, darunter die Deutsche DepressionsLiga e.V., die Bundespolitik aufgefordert, die ehrenamtliche Arbeit an der Basis mehr zu unterstützen und anzuerkennen.

[Weiterlesen](#)

### 3 Depressionen: Merkel sieht Aufklärungs- und Handlungsbedarf

Pharmazeutische Zeitung: Bundeskanzlerin Angela Merkel sieht großen Handlungsbedarf für die Aufklärung über Depressionen - und für Gespräche mit Arbeitgebern darüber. Viele Menschen trauten sich nicht, über Depressionen zu sprechen und kehrten eine Erkrankung unter den Teppich, sagte Merkel bei einer Konferenz im Kanzleramt mit dem Titel "Was Menschen wichtig ist - Globale Gesundheit und Innovation".

[Weiterlesen](#)

[Pressemitteilung der DDL](#)

### 4 Depression trotz Häufigkeit weiterhin stigmatisierte Erkrankung

Ärzteblatt: Ärzte und psychologische Psychotherapeuten können Depressionen meist erfolgreich behandeln. Allerdings erhalten noch immer zu wenige Betroffene professionelle Hilfe. Verschiedene Organisationen, darunter auch die Deutsche DepressionsLiga, nehmen Stellung:

[Weiterlesen](#)

## **5 Psychotherapie-Strukturreform: Das neue ambulante Versorgungsangebot**

Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV): Sprechstunden für Erstgespräche, Akutbehandlung, neue Sitzungskontingente: die ambulante psychotherapeutische Versorgung wurde zum 1. April 2017 einer umfangreichen Strukturreform unterzogen und um neue Leistungen ergänzt. Die KBV gibt einen Überblick über die Neuerungen:

[Weiterlesen](#)

## **6 Psychische Erkrankungen: Fehltage erreichen Höchststand**

DAK Gesundheit: Die Fehltage wegen psychischer Erkrankungen haben nach Angaben der DAK-Gesundheit einen neuen Höchststand erreicht. Die Zahl der Fehltage aufgrund dieser Diagnose hat sich in den vergangenen 20 Jahren damit mehr als verdreifacht.

[Weiterlesen](#)

## **7 WHO-Studie: 320 Millionen Menschen leiden an Depressionen**

Spiegel online: Depressionen sind in vielen Ländern noch ein Tabuthema, auch wenn mehr als 300 Millionen Menschen weltweit betroffen sind. Die WHO kämpft mit einer Kampagne gegen das Stigma.

[Weiterlesen](#)

## **8 Depression, neue Hoffnung?**

Arte: Ein Drittel aller, die an einer Depression erkranken, reagieren nicht auf gängige Therapien. Zurzeit erforschen Experten die Rolle des Immunsystems. Können Entzündungen Depressionen auslösen? Und würde das am Ende sogar bedeuten, dass eine Depression mit entzündungshemmenden Medikamenten behandelt werden kann?

Die Wissenschaftsdokumentation "Depression - Neue Hoffnung?" geht dieser These auf den Grund.

[Zur Arte-Mediathek](#)

## **9 Hirnstimulation: Eine Option bei therapieresistenter Depression**

SWR: Neue Hoffnung für Menschen, die an einer schwersten Depression leiden? In einer Studie mit der tiefen Hirnstimulation wurden an der Uniklinik in Freiburg erstaunliche Resultate erzielt.

[Zur SWR Mediathek](#)

[Zur Seite der Universitätsklinik Freiburg](#)

Deutsche Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie und funktionelle Bildgebung (DGKN): Heilsamer Strom bei Depression - Psychiater setzen auf elektrische Hirnstimulation.

[Zur Seite der DGKN](#)

## **10 Umstrittene Therapien als letzte Chance: Mit Elektroschocks gegen Depressionen**

Deutschlandfunk: Elektroschocktherapie - das klingt für viele immer noch wie aus dem Horrorkabinett der Psychiatrie. Doch die Behandlung ist längst nicht mehr so brutal wie früher. Vor allem aber wirkt sie. Und zwar auch bei Patienten, bei denen andere Methoden nicht anschlagen. Elektroschocks sind daher eine von mehreren ehemals tabuisierten Therapien, die Wissenschaftler nun weiter entwickeln.

[Weiterlesen](#)

## **11 Hirnsignal verrät die richtige Therapie bei Depression**

Spektrum der Wissenschaft: Medikamente oder Psychotherapie? Im Hirnscanner wollen Forscher ermittelt haben, von welchem Behandlungsansatz Patienten mit Depression individuell am meisten profitieren.

[Weiterlesen](#)

## **12 Chronische Depressionen mit spezifischer Psychotherapie besser behandelbar**

Informationsdienst Wissenschaft: Eine spezifische Psychotherapie zur Behandlung chronischer Depressionen, bei der belastende Beziehungserfahrungen berücksichtigt werden, ist einer unspezifischen unterstützenden Psychotherapie überlegen. Das haben Wissenschaftler der Universitätsklinik Freiburg in Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) sowie weiteren sechs deutschen Universitäten herausgefunden.

[Weiterlesen](#)

## **13 Antidepressiva: Wie viel ist zu viel?**

Psychosomatik online: Antidepressiva zählen zu den Psychopharmaka, die weltweit am häufigsten verschrieben werden. Warum? Ein Blick auf die Gründe, die Vorteile und ungeahnte Nachteile.

[Weiterlesen](#)

## **14 Therapie oder Tablette?**

Psychosomatik online: Psychotherapie oder Antidepressiva - bei der Wahl der Behandlungsart stellt sich immer wieder diese Frage. Auf der Suche nach einer befriedigenden Antwort.

[Weiterlesen](#)

## **15 Leichte Depression ernst nehmen**

Deutschlandfunk: Lautet die Diagnose "leichte Depression", so ist eine Therapie mit Antidepressiva nach neueren Erkenntnissen nur wenig wirksam. Psychiater raten aber dazu, die Symptome immer ernst zu nehmen und einen Arzt zu konsultieren.

[Zur Deutschlandfunk-Mediathek](#)

## **16 Johanniskraut wirksam bei Depressionen**

Pharmazeutische Zeitung: Eine neue Metaanalyse bestätigt die Wirksamkeit von Johanniskraut bei milden und moderaten Depressionen. Extrakte der Heilpflanze waren besser wirksam als Placebo und vergleichbar wirksam wie chemisch-synthetische Antidepressiva.

[Weiterlesen](#)

## **17 Studie: Körperlich aktive Kinder werden seltener depressiv**

Ärztezeitung: Bewegen sich Kinder viel, entwickeln sie in den kommenden Jahren seltener depressive Symptome. Viel körperliche Aktivität könnte daher präventiv wirken. Offenbar fällt es aber schon Kindern schwer, ihre Bewegungsmuster zu ändern.

[Weiterlesen](#)

## **18 Leichter loslassen – Depression als Lebenshelfer?**

Informationsdienst Wissenschaft / Universität Jena: Eine psychologische Studie der Uni Jena belegt: An Depressionen erkrankte Menschen können sich leichter von unerreichbaren Zielen lösen als gesunde Menschen.

[Weiterlesen](#)

## **19 Dysthymia: Wenn eine depressive Verstimmung chronisch wird**

Rhein-Neckar-Zeitung: Innerlich unruhig, traurig, antriebslos - und das über Jahre. So fühlte sich DDL-Mitglied Thomas Reichelt. Mediziner sprechen dann von einer Dysthymia, einer chronischen depressiven Verstimmung. Für Betroffene bedeutet das erhebliche Einschränkungen. Helfen kann Psychotherapie.

[Weiterlesen](#)

## **20 Depressions-Kranker erzählt: „In der Psychiatrie sitzen die normalen Menschen“**

Focus online: Ein Selbstmordversuch machte Autor Uwe Hauck bewusst, dass er dringend Hilfe braucht. Er leidet an schweren Depressionen. In einer Klinik lernte er, die Krankheit zu akzeptieren und das Weiterleben mit ihr zu lernen.

[Weiterlesen](#)

## **21 Sieben wichtige Schritte: So gehen Angehörige am besten mit Betroffenen um**

Focus online: Autor und DDL-Mitglied Uwe Hauck lernte in einer Klinik, mit seinen Depressionen zu leben. Aus eigener Erfahrung weiß er, dass es Familie und Freunden oft schwerfällt, auf einen depressiven Menschen richtig zu reagieren.

[Weiterlesen](#)

## **22 Online-Therapie: Sind Computer bald die besseren Psychotherapeuten?**

Ärztezeitung: Immer mehr Online-Psychotherapien drängen auf den Markt. Die meisten sind weder besonders einfühlsam noch allzu intelligent. Dennoch sind die Erfolge erstaunlich. Was erst, wenn künstliche Intelligenz ins Spiel kommt?

[Weiterlesen](#)

## **23 Digitalisierung: Per Mausclick aus der Depression**

FAZ: Die Digitalisierung schreitet weiter voran und revolutioniert immer neue Gebiete. Psychotherapeuten könnten künftig von Online-Programmen ersetzt werden – oder etwa doch nicht?

[Weiterlesen](#)

## **24 Gesellschaft hält psychisch Kranke für gefährlicher als sie sind**

Informationsdienst Wissenschaft: Für wie gefährlich hält die Bevölkerung Menschen mit psychischen Erkrankungen? Wissenschaftler der Universität Basel und der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel haben untersucht, welche Faktoren die soziale Stigmatisierung beeinflussen. Die Fachzeitschrift «Scientific Reports» hat die Resultate veröffentlicht.

[Weiterlesen](#)

## **25 Arbeitsagentur Berlin erklärt schwer depressive Frau für gesund**

Berliner Zeitung: Die Odyssee einer an Depressionen erkrankten Frau...

[Weiterlesen](#)

## **26 MUT-TOUR 2017 sucht TeilnehmerInnen**

MUT TOUR / DDL: Bei der [MUT TOUR](#) sind noch wenige Plätze frei! Gesucht werden Menschen mit und ohne Depressionserfahrung, die an einer der vier 5- bis 7-tägigen [Etappen](#) zwischen Juli und August 2017 teilnehmen wollen. Im Mai findet das zweite und letzte Vorbereitungs-Wochenende statt.

[Infos und Anmeldung](#)

## **27 MUT TOUR: Freie Plätze beim Workshop "Ermutigende Öffentlichkeitsarbeit"**

MUT TOUR: Am Samstag, den 6.5.2017 findet in Klein Hundorf, einer ländlichen Dorfgemeinschaft in der Nähe von Ratzeburg und Schwerin, zwischen 12 und 18 Uhr ein öffentlicher Workshop statt. Er richtet sich an Menschen, die aus beruflichen oder privaten Gründen in Sachen „Über Depressionen sprechen“ und Planung von Öffentlichkeitsarbeit dazulernen möchten. Infos und Anmeldung:

[Infos und Anmeldung](#)

Mit freundlichen Grüßen



Françoise Margue

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.  
Thomas Müller-Rörich, Françoise Margue  
Postfach 1151  
71405 Schwaikheim

Tel. 07144 70489 50  
Mo, Mi, Fr 10 – 13  
Do 16 – 19 Uhr

Fax 07144 70489 79

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

[www.depressionsliga.de](http://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 e.V.