

## Deutsche DepressionsLiga e.V. – Newsletter 10/2022 vom 17.10.2022

Liebe Mitglieder,  
liebe Bezieher\*innen unseres Newsletters,

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

---

### 1 #22WochenWarten: Petition mit über 100.000 Unterschriften an die Bundesregierung übergeben

Die Deutsche DepressionsLiga e.V. hat am 10. Oktober, dem Welttag der Seelischen Gesundheit, ihre Petition #22WochenWarten an die Bundesregierung übergeben. Zum Zeitpunkt der Übergabe hatte die Petition für eine Verkürzung von Wartezeiten auf Psychotherapieplätze 101.030 Unterzeichner\*Innen. Die DDL-Vorsitzende Waltraud Rinke und Petitionsstarter Armin Rösl (stellv. Vorsitzender und Sprecher der DDL) sprachen bei der Übergabe drei zentrale Forderungen an die Bundesregierung aus.



[Zur Pressemitteilung](#)

[Interview mit Radio egoFM zur Petitionsübergabe](#)

### 2 Mitgliederversammlung und Teil-Neuwahlen des Vorstands



Bei der Mitgliederversammlung am 15. Oktober in Frankfurt/Main gab es turnusgemäß Teil-Neuwahlen des Vorstandes. Hier wurde Waltraud Rinke einstimmig in ihrem Amt als 1. Vorsitzende bestätigt.

*Der Vorstand der DDL (v.li.): Waltraud Rinke (1. Vorsitzende), Armin Rösl (stellv. Vorsitzender und Öffentlichkeitsarbeit), Christine Müller (Schriftführerin), Dr. Claudia Kociucki (Beisitzerin), Frank Mercier (Schatzmeister und Leiter DDL-Arbeitgeberseminare), Jürgen Leuther (Beisitzer) und Stefanie Waßmann (Beisitzerin).*

[Weiterlesen](#)

### 3 Lesereise „Mal gut, mehr schlecht.“

Mit ihren Vorträgen machen Nora Klein und Sabine Fröhlich eine unsichtbare Krankheit sichtbar. Für alle, die die Krankheit Depression besser verstehen wollen – durch Bilder und Worte. Am 17., 18. und 19. Oktober sind sie mit ihrer Vortragsreihe in Aachen, Darmstadt und Bielefeld zu sehen.

[Zu den Terminen](#)

#### **4 Nationale VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression grundlegend überarbeitet**

Am 29. September 2022 ist die überarbeitete Nationale VersorgungsLeitlinie (NVL) Unipolare Depression erschienen. Sie ist auf den Internetseiten des Ärztlichen Zentrums für Qualität in der Medizin (ÄZQ) kostenlos abrufbar. Bei der Überarbeitung der Leitlinie wurde die DDL durch unsere Vorstandsmitglieder Thomas Voigt (†) und Jürgen Leuther vertreten.

[Zur aktualisierten Leitlinie](#)

#### **5 „Mit anderen Augen“: Behinderung und Depression**

Depressionen betreffen auch Menschen mit Behinderung, doch für sie ist es oft noch schwerer, Hilfe zu finden. Kolumnistin Jennifer Sonntag wünscht sich, dass Behinderung plus Depression kein Tabuthema mehr ist, dass offener darüber gesprochen wird. Über ihre persönlichen Erfahrungen berichtet sie in ihrer Kolumne "Mit anderen Augen".

[Zur Kolumne](#)

#### **6 Die Jungs nicht vergessen**

taz: Nach einer neuen Studie sind 2021 mehr Mädchen als Jungen an Depressionen erkrankt. Trotzdem sollten auch Jungs stärker in den Fokus genommen werden.

[Zum Artikel](#)

#### **7 Antidepressiva helfen oft nicht**

BR: Die Annahme, dass Depressionen durch einen gestörten Botenstoff-Haushalt im Gehirn hervorgerufen werden, wird unter Fachleuten schon lange bezweifelt. Nun hat eine aktuelle Untersuchung aus Großbritannien mehrere Meta-Analysen dazu neu ausgewertet.

[Zum Artikel](#)

#### **8 Psychische Krankheiten - Immer noch ein Stigma**

SWR: Depressionen, Ängste, Essstörungen – immer wieder berichten Prominente von ihrer psychischen Gesundheit. Mental Health ist kein Tabu mehr. Doch hilft das, das Stigma zu beenden?

[Zur Sendung](#)

#### **9 Wie Eltern psychische Probleme an ihre Kinder weitergeben**

Spektrum der Wissenschaft: Kinder von Eltern mit einer psychischen Störung sind oft ebenfalls anfälliger für seelische Probleme. Wie kommt dieser Zusammenhang zu Stande? Zwei neue Studien liefern Antworten.

[Zum Artikel](#)

## 10 Warum Demenz und Depression im Alter oft verwechselt werden

Konzentrations- und Gedächtnisstörungen bei älteren Menschen werden häufig mit einer beginnenden Demenz verbunden. Dabei kann es sich auch um eine Depression handeln. Oft sind sich beide Krankheitsbilder im Alter zum Verwechseln ähnlich.

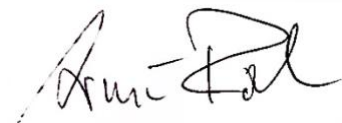
[Zum Artikel](#)

## 11 Gute Ernährung kann helfen, Depression zu lindern

NDR: Wohlbefinden, Essen und Gewicht hängen eng zusammen. Menschen mit Depression beobachten oft Gewichtsveränderungen. Sie profitieren von einer anti-entzündlichen Ernährungsweise und regelmäßigen Mahlzeiten.

[Zum Beitrag](#)

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:

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

### Impressum:

Deutsche DepressionsLiga e.V.

Waltraud Rinke, Armin Rösl, Frank Mercier, Christine Müller, Stefanie Waßmann, Karsten Schröder und Jürgen Leuther.

Oppelner Straße 130

53119 Bonn

Tel.: +49 228 / 240 657 72

Fax +49 7144 / 0228 / 92934782

Email: [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.