

## Deutsche DepressionsLiga e.V. – Newsletter 01/2023 vom 16.1.2023

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 Psychotherapieplätze: Bundesregierung antwortet auf kleine Anfrage

Die CDU/CSU-Bundestagsfraktion hat unsere DDL-Kampagne und Petition #22WochenWarten für eine Verkürzung der Wartezeiten auf Psychotherapieplätze in einer kleinen Anfrage an die Bundesregierung erwähnt – und unter anderem damit auf die derzeitige unzureichende Versorgungslage hingewiesen. Jetzt hat die Bundesregierung die Antworten veröffentlicht. Zum Teil sind sie ernüchternd. Wir als DDL werden weiterhin Druck machen, damit sich endlich etwas ändert in Sachen Bedarfsplanung und Kostenerstattung.

[Zum Artikel](#)

### 2 Angaben der Bundesregierung: Psychisch bedingte Arbeitsausfälle nehmen zu

ZDF: In Deutschland gibt es immer mehr Arbeitsausfälle wegen Depressionen, Angststörungen oder chronischer Erschöpfung. Die Zahl der Krankheitstage wegen psychischer Leiden ist 2021 auf den Höchstwert von 126 Millionen gestiegen, heißt es in einer Antwort der Bundesregierung auf eine kleine Anfrage der Linksfraktion.

[Zum Artikel](#)

#### **Burn-Out und Depression: Wenn der Job krank macht**

Deutschlandfunk Kultur: Neben gestiegenen Fallzahlen liegt der Anstieg der psychisch bedingten Arbeitsausfälle auch an der Enttabuisierung, glaubt Manuela Jacob-Niedballa. Die Arbeitsmedizinerin hat außerdem Tipps zur Prävention zusammengestellt.

[Zur Sendung](#)

### 3 NAKOS im Gespräch: Interessenkonflikte - Zum Verhältnis von Pharmaindustrie und Selbsthilfe

„Durchblick“ – Der Podcast von Transparency International: Für die wichtige Arbeit von Aktiven in der Selbsthilfe sind teilweise erhebliche finanzielle Mittel notwendig. Zum Beispiel, wenn es darum geht, Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben oder Webseiten und Informationsmaterialien zu erstellen. Hier nutzen Pharmafirmen gern die Gelegenheit, die Selbsthilfe zu unterstützen – und die zum Thema passenden Medikamente oder Hilfsmittel zu bewerben. Das kann zu Interessenkonflikten und Problemen führen.

[Zum Podcast](#)

#### **4 Täglich 25 Minuten Sport senken das Depressionsrisiko um 20 Prozent**

DeutschesGesundheitsPortal: Jede zusätzliche Bewegungseinheit am Tag kann einen Beitrag zur Senkung des Depressionsrisikos leisten, zeigte eine Analyse über fast 5000 Personen. Bereits 20 – 25 Minuten mit anstrengender Bewegung am Tag können die psychische Gesundheit fördern.

[Zum Artikel](#)

#### **5 Behandlungsabbruch bei Depression: Magen-Darm-Probleme könnten schuld sein**

DeutschesGesundheitsPortal: Ein plötzlicher Abbruch einer medikamentösen, antidepressiven Behandlung ist keine Seltenheit. Eine Querschnittstudie mit 3256 Patienten untersuchte, ob Probleme mit dem Magen-Darm-Trakt dabei eine Rolle spielen könnten. Demnach brachen Patienten mit häufigen Magen-Darm-Beschwerden zwischen 30 % und 80 % häufiger ihre Therapie ab als andere Patienten.

[Zum Artikel](#)

#### **6 Postpartale Depression: Stimmungstief statt Mutterglück**

Spektrum der Wissenschaft: Was sich bei der postpartalen Depression im Gehirn der Mütter abspielt, ist noch Gegenstand der Forschung. Klar ist aber, dass die Betroffenen ein einzigartiges neuronales Profil aufweisen, das sich von demjenigen unterscheidet, das bei einer Depression zu anderen Zeiten im Leben einer Frau auftritt.

[Weiterlesen](#)

#### **7 Antidepressiva kritisch betrachtet**

Podcast „Grams‘ Sprechstunde“: Die Wirksamkeit von Antidepressiva ist gar nicht so eindeutig nachgewiesen, wie viele annehmen – darunter auch MedizinerInnen. Dennoch werden die Medikamente gerade bei schweren Depressionen immer wieder verschreiben und leisten hier einen wichtigen Beitrag.

[Weiterlesen](#)

#### **8 Wanderausstellung: Gesicht zeigen und Mut machen!**

Süddeutsche: Der in Starnberg ansässige Verein „Mutmachleute“ plant im neuen Jahr eine deutschlandweite Wanderausstellung, mit der er Verständnis für Menschen mit psychischen Erkrankungen wecken – und Betroffene aus der Isolation holen möchte. Die Eröffnung fand jetzt statt, unter anderem mit DDL-Vorstandsmitglied Armin Rösl.

[Zum Artikel](#)

[www.mutmachleute.de](http://www.mutmachleute.de)

#### **9 „Da ist was faul in meinem Kopf“: Neue Comics zum Thema Depression**

Tagesspiegel: Zwischen Selbsterfahrungsberichten und Dinosaurier-Therapie: Comicschaffende finden Bilder für Seelenzustände, die sich schwer in Worte fassen lassen.

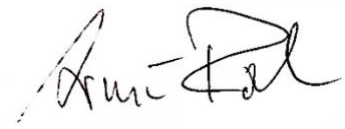
[Zum Artikel](#)

## 10 Torsten Sträter spricht über Depression bei Männern

NDR: Beim Deutschen Patientenkongress Depression 2022 in Frankfurt (eine gemeinsame Veranstaltung der Deutschen DepressionsLiga und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe) haben DDL-Schirmherr Torsten Sträter und Moderator Harald Schmidt (Stiftungs-Schirmherr) quasi spontan auf der Bühne beschlossen, gemeinsam beim NDR-Podcast über Depression bei Männern zu sprechen. Jetzt ist die Folge da erschienen!

[Zum Podcast](#)

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, Dr. Claudia Kociucki 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.