

→ **RATGEBER**



Dr. Annegret Moennig

FOTO: K.A.

Wege aus der Depression

Depressive Störungen gehören zu den wichtigsten Erkrankungen weltweit und werden in Deutschland zu den fünf für die Gesundheitspolitik der Zukunft wichtigen Erkrankungen gezählt. Neben psychotherapeutischen Behandlungsoptionen kommt auch der psychopharmakologischen Therapie ein hoher Stellenwert zu. Auf jeden Fall muss das Augenmerk auf eine individualisierte Therapie gerichtet werden, die die richtige Psychotherapie und ggfs. auch das richtige Medikament für den entsprechenden Patienten berücksichtigt.

Wenn ein Patient mit einer psychischen depressiven Erkrankung in eine psychotherapeutische Praxis kommt, ist es zunächst wichtig, eine gezielte Diagnostik einschließlich einer körperlichen Diagnostik zu betreiben, da depressive Erkrankungen auch häufig einen verkomplizierenden Faktor bei körperlichen Erkrankungen darstellen können. Wenn genau der Typ der depressiven Episode oder Störung und die Ursachen geklärt sind, steht eine sichere und schnelle Behandlung im Vordergrund. Bei bestimmten Formen depressiver Erkrankungen steht neben der psychotherapeutischen Behandlungsoption zwingend die medikamentöse Therapie, bei anderen Formen von depressiven Episoden steht die psychotherapeutische Behandlung ganz im Vordergrund. Es ist daher wichtig, initial die verschiedenen Formen depressiver Erkrankungen zu differenzieren und eine Behandlungsplanung vorzunehmen.

Da jeder depressive Patient einzigartig ist mit seiner Lebensgeschichte, seinen Erfahrungen und Überzeugungen, aber auch in seiner genetischen Ausstattung ist, wird dies in einer analytischen Psychotherapie besonders berücksichtigt. Heute geht man davon aus, dass die Grundsteine für eine Depression sowohl in der frühen Kindheit liegen als auch in den Genen. Das Zusammenwirken dieser Faktoren mit einem spezifischen, individuellen auslösenden Erlebnis oder anhaltendem Stress im späteren Leben kann zum Ausbruch einer Depression führen.

DR. MED. ANNEGRET MOENNIG

Psychiaterin und Psychoanalytikerin