



Aktionswochen zum Thema Depression

13. – 24. September 2010

Sponsoren



Medienpartner



Supporter

■ Holcim (Schweiz) AG

Zementwerk Untervaz

■ Bündnispartner

■ Gemeinden GR

■ Zahlreiche weitere Supporter!

HAMILTON



VAGO. Aus gutem Grund.



Ablauf

■ Fachreferat

- Dr. med. Stephan Baumann, Oberarzt APD PDGR
- Pfr. Rolf Bärtsch, Seelsorger KSGR und PDGR, diplomierter Logotherapeut Berater

■ Podiumsdiskussion

- Dr. med. S. Baumann
- Pfr. R. Bärtsch
- Dr. med. Pia Schnyder, Fachärztin für Innere Medizin und eigenständige Praxis in Andeer
- Urs Brandenburg, litt unter Depressionen, Heute selbstständiger Projektberater und Dozent für Tourismus
- Moderation: Eduard Felber, Pflegedienstleiter PDGR



Volkskrankheit Depression

Dr. med. Stephan Baumann

Oberarzt APD PDGR

Thesis

21. September 2010

Zeichen einer Depression

Veränderungen, die seit mindestens 2 Wochen
anhalten

- Veränderung der Gefühle
- Veränderung des Denkens
- Veränderung des Verhaltens
- Veränderung der Person

Symptome

Kernsymptome

- Gedrückte Stimmung
- Interesselosigkeit
- Freudlosigkeit
- Verminderung des Antriebs

Weitere häufige Symptome

- Verminderte Konzentration
- Vermindertes Selbstvertrauen
- Schuldgefühle
- Gefühle von Wertlosigkeit
- Negative und pessimistische Zukunftsperspektiven
- Suizidgedanken, -handlungen
- Schlafstörungen
- Verminderter Appetit

Ursachen

- Familiäre Häufung, Erbfaktoren
- Seelische Belastungen
- „Lebensumbruch“, neue Lebensphase
- Mangelndes Selbstwertgefühl
- Persönlichkeitseigenschaften
- Körperliche Krankheiten

Verschiedene Schweregrade und Typen

■ Unipolare depressive Störung

Einzelne Episode, rezidivierend oder chronisch

- Leichte Episode
- Mittelgradige Episode
- Schwere Episode

■ Bipolare Störung

Bipolar I oder Bipolar II

Unipolare depressive Störung

Einzelne Episode



Rezidivierend / wiederkehrend



Rezidivierende Depression

Chronischer Verlauf



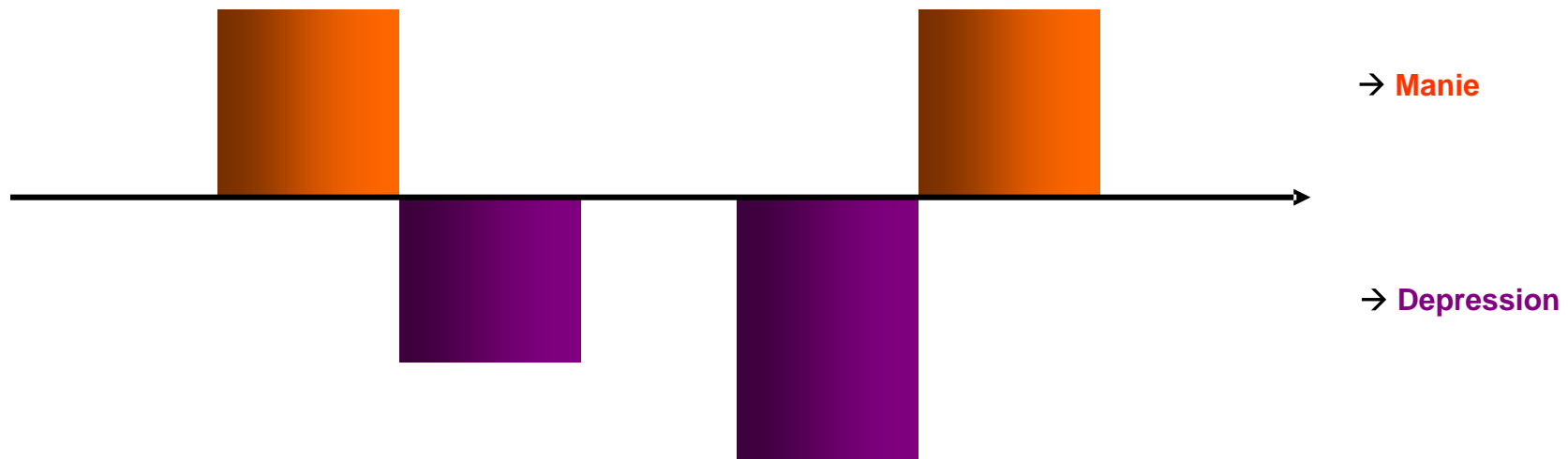
Verlauf und Prognose

Depression

- Prävalenz: 5% der Weltbevölkerung leidet zu jedem Zeitpunkt an einer Depression
- 20% der Menschen erkrankt mindestens ein Mal im Leben
- Verhältnis Männer : Frauen = 1:2
- Beginn: 1. Gipfel im frühen Erwachsenenalter
2. Gipfel nach dem 40. Lebensjahr

Bipolare Störung

Bipolar I



Bipolar II



Frank et al. (1991)

Verlauf und Prognose

Bipolare Störung (manisch-depressive Krankheit)

- Ca. 1,2% der Bevölkerung
- Männer und Frauen betroffen
- Beginn mit 20 Jahren, aber auch im Alter von 50 Jahren

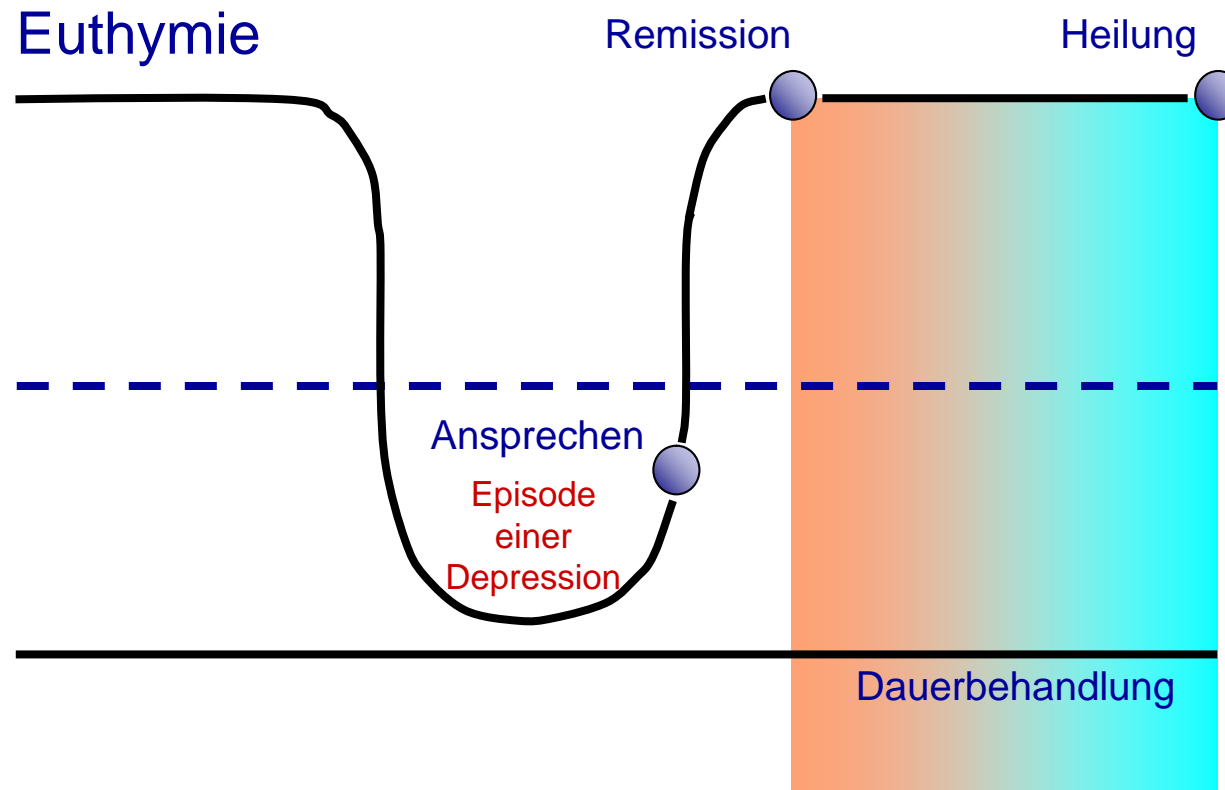
Suizidgefahr

- In der Schweiz sterben 1-2% der Menschen an Suizid
- 90% haben eine Depression oder eine andere psychische Störung
- Mehr Männer als Frauen (3:1)
- Direkte Suizidhinweise
 - Suizidankündigungen
 - Suiziddrohungen

Behandlung

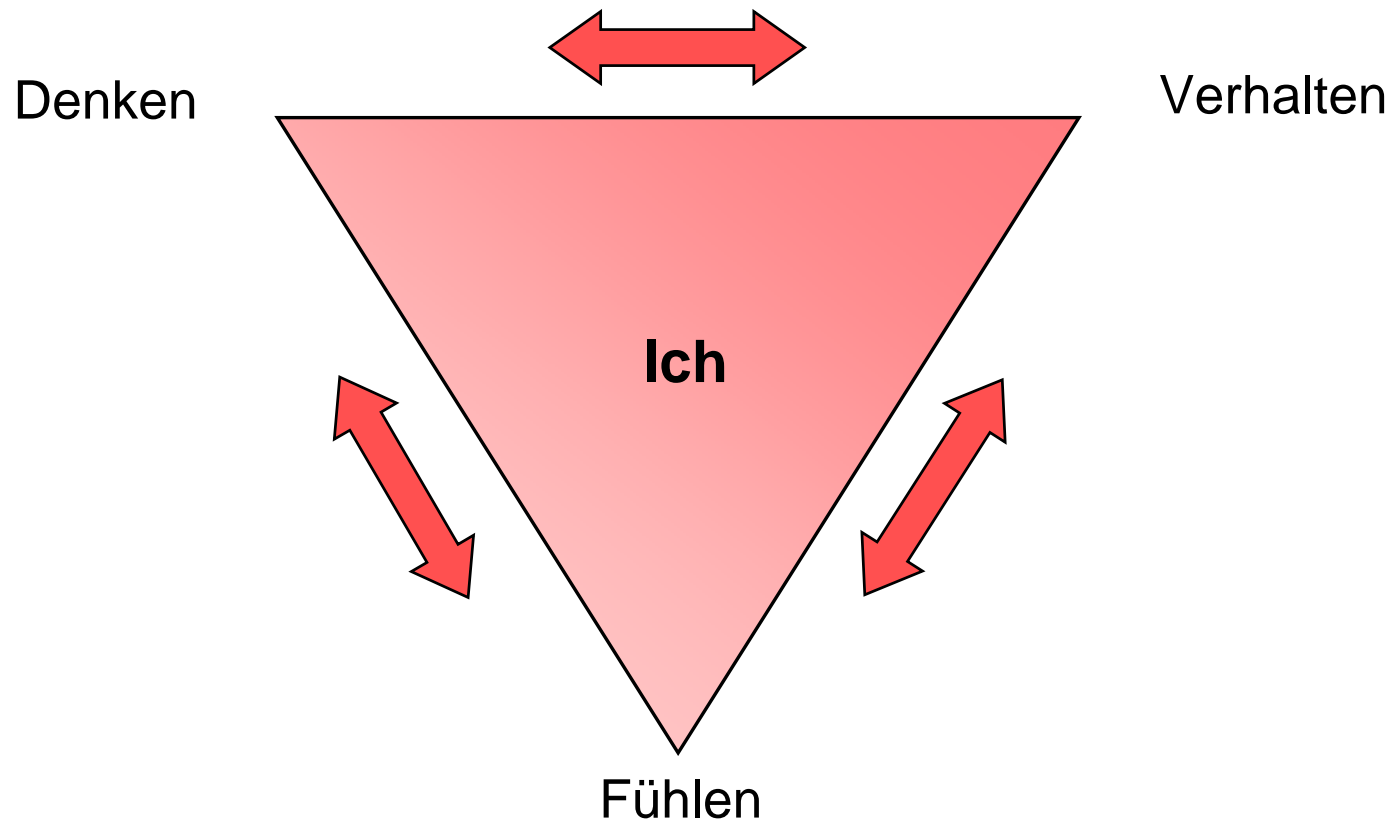


Behandlung



nach Thase und Kupfer (1996)

Zusammenhang von Denken- Fühlen-Handeln



Fazit

- **Depression kann jede und jeden treffen**
- **Depression hat viele Gesichter**
- **Depression ist behandelbar!**
 - **Hausarzt / Hausärztin**
 - **Psychotherapeut / Psychotherapeutin**
 - **Psychologe / Psychologin**
 - **Facharzt / Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie**
 - **Ambulanter Psychiatrischer Dienst**
 - **...**