

Entscheidungshilfe Depressionen: Allgemeine Informationen zur Entscheidungshilfe



Warum eine Entscheidungshilfe Depression?

Zur Behandlung von Depressionen kommen verschiedene Behandlungsmöglichkeiten infrage: die Behandlung mit Medikamenten, eine Psychotherapie, eine Kombination aus beidem oder beobachtendes Abwarten mit regelmäßigen Arztkontakten.

Für welche Behandlung man sich – am besten gemeinsam mit der Behandlerin / dem Behandler – entscheidet, hängt von der Schwere der Erkrankung ab und von den eigenen Wünschen, Sorgen oder Vorstellungen. Das ist nicht immer leicht. Diese Entscheidungshilfe soll Menschen mit einer Depression und ihre Angehörigen unterstützen, die für sie richtige Entscheidung zu treffen.

Manche Menschen sind skeptisch gegenüber Medikamenten, haben z.B. Angst vor den möglichen Nebenwirkungen. Andere können sich nicht vorstellen, in einer Psychotherapie mit einer fremden Person über ihre Sorgen zu reden.

Diese Entscheidungshilfe stellt die Behandlungsmöglichkeiten **bei Depressionen** mit ihren Vorteilen (Nutzen) und Nachteilen (Nebenwirkungen, Risiken) dar. So können Sie herausfinden, welche Behandlung am besten zu Ihren persönlichen Bedürfnissen und Vorstellungen passt.

- Es ist gut, dass Sie sich auf diesen Seiten selbst informieren! **Diese Information kann das vertrauensvolle Gespräch mit Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt bzw. Psychotherapeut/in jedoch keinesfalls ersetzen!**
- Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder mit Ihrem Arzt bzw. Psychotherapeut/in darüber, welche Behandlung aus Ihrer Sicht am besten zu Ihnen passt. Überlassen Sie nicht dem Arzt / der Ärztin bzw. Psychotherapeut/in allein die Entscheidung über Ihre Behandlung.

Es geht in dieser Entscheidungshilfe ausschließlich um die **Behandlung von Depressionen**, nicht darum, wie man Depressionen vermeiden kann. Auch beziehen sich die Informationen NICHT auf Depressionen im Rahmen bipolarer (manisch-depressiver) Erkrankungen.

Autoren der Entscheidungshilfe

Dr. Sarah Liebherz (Diplom-Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin), Dr. Lisa Tlach (Diplom-Psychologin), Dr. Sylvia Säger (Diplom-Biomedizintechnikerin, Gesundheitswissenschaftlerin, Diplom-Fachjournalistin), PD Dr. Jörg Dirmaier (Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut), Prof. Dr. Dr. Martin Härter (Arzt, Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut)

Wissenschaftliche Quellen

Diese Entscheidungshilfe wurde im Rahmen des Projekts „psychnet – Hamburger Netz psychische Gesundheit“ von Mitarbeitern des Projekts – unterstützt von Betroffenen – erstellt. Alle Informationen entsprechen dem aktuellen Stand der Forschung und wurden aus den aktuellen Versorgungsleitlinien (<http://www.depression.versorgungsleitlinien.de>) entnommen, die von Vertretern vieler Fachgesellschaften erarbeitet wurde:

DGPPN, BÄK, KBV, AWMF, AkdÄ, BPTK, BApK, DAGSHG, DEGAM, DGPM, DGPsDGRW (Hrsg.) für die Leitliniengruppe Unipolare Depression. (2015). S3-Leitlinie/Nationale Versorgungsleitlinie Unipolare Depression - Langversion; 2. Auflage. Version 3. Verfügbar unter: www.depression.versorgungsleitlinien.de. [12.09.2022]; DOI: 10.6101/AZQ/0002

Angaben zu Aktualität und Gültigkeit

Die Entscheidungshilfe wurde zuletzt im September 2022 aktualisiert. Die nächste Überarbeitung ist im September 2023 geplant.

Quelle: <https://www.psychnet.de/de/entscheidungshilfen/allgemeine-informationen-entscheidungshilfe/allgemeine-informationen-entscheidungshilfe-depression.html>

Gefördert durch: