

Inhalt

Depression – häufig und wenig behandelt!	9
Depression bei Frauen – Burnout bei Managern?	23
Die Züchtung neuer Hardware fürs Gehirn	29
Hat man einen »normalen« Durchhänger oder doch schon eine Depression?	43
Warum sind Sport, Musik und verschiedene Therapieformen sinnvoll? ..	48
Was sind leichte, mittelschwere und schwere Depressionen?	59
Was also tun bei Depression?	67
Über den Autor	77
Beratungsstellen und Notfallnummern für Betroffene und Angehörige	78