

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung: Depression – eine seelische Krankheit	1
2	Depressives Kranksein: „Wie es mir geht, wenn es mir schlecht geht“ – Depression in Selbstschilderungen	7
3	Die typische Depression	15
	Herabgestimmtheit – Wie fühlen Depressive?	18
	Kognitive Störungen – Wie denken Depressive?	21
	Schlaf- und Appetitlosigkeit: Vegetative Symptome	25
	„Kein Schwung mehr“: Antrieb und Psychomotorik	26
4	Wann muss man an eine Depression denken?	27
	Einige Fragen zur Selbsteinschätzung	31
5	Ursachen und Auslöser einer Depression	37
	Ursachen	37
	Auslösung der Depression	46
6	Die verschiedenen Depressionsformen	49
	Endogene Depression	50
	Psychogene Depression	51
	Somatogene Depression	53
	Depressionen in besonderen Lebenslagen	54

7 Sind Depressionen behandelbar?	61
Wann ist jemand behandlungsbedürftig?	64
Was ist Heilung bei der Depression?	68
Was hilft? – Die heutigen Therapieformen	71
 8 Medikamente in der Depressionsbehandlung	73
Was sind und wie wirken Antidepressiva?	74
Tranquilizer und Schlafmittel in der Depressionsbehandlung	90
Neuroleptika	92
Prophylaxe von Wiedererkrankungen: Antidepressiva, Lithium, Valproinsäure, Carbamazepin	94
 9 Psychotherapie: Hilft reden?	99
Hilfreicher Umgang mit Depressiven	99
Methodische Psychotherapie	105
 10 Fehler, die man machen kann	111
Was man als Arzt falsch machen kann	111
Fehler, die Depressive machen	114
 11 Was Arbeitgeber, Nachbarn, Familie und Freunde wissen sollen	117
Arbeitgeber	117
Nachbarn	119
Familie	120
 12 Was Angehörige tun können, tun sollen, was sie nicht tun sollen	123

13 Unterstützende Therapieformen	129
14 Stationäre Behandlung in der psychiatrischen Klinik	133
15 Der suizidgefährdete Depressive	137
Wie kann man eine Suizidgefährdung erkennen?	137
Was kann man zur Suizidverhütung tun?	140
16 Hat eine Depression auch positive Seiten?	143
17 Abschlussbemerkung – eine Art Zusammenfassung	147
Danksagung	149
Literatur	151