



## Tabuisiert, verbreitet, behandelbar - neues Themenheft der Gesundheitsberichterstattung zum Thema Depressionen erschienen

22.09.2010

Depressionen haben aufgrund ihrer Häufigkeit, ihrer Komplikationen und Folgen eine herausragende Bedeutung. Das neue (51.) Heft der Gesundheitsberichterstattung „Depressive Erkrankungen“ gibt auf gut 40 Seiten einen Überblick über das Thema; dargestellt werden Krankheitsformen, Diagnostik, Ursachen und Risikofaktoren, Verbreitung, Folgen, Versorgung, Prävention und Perspektiven.

In der Öffentlichkeit sind die Begriffe „depressiv“ und „Depression“ (sofern sie sich nicht explizit auf moderne Depressionskriterien beziehen) kein verlässlicher Ausdruck für eine behandlungsbedürftige psychische Störung. Gemeint ist meist eine negative Befindlichkeit, sei es im Zusammenhang mit sozialen Stressereignissen und Belastungssituationen, Konflikten oder medizinischen Leiden.

Depressionen lassen sich zuverlässig von normalen Stimmungsschwankungen abgrenzen. Zu den Hauptsymptomen werden Niedergeschlagenheit, Traurigkeit und der Verlust von Interesse und Freude über einen Zeitraum von mindestens zwei Wochen gezählt. Daneben sind weitere Symptome erforderlich, um eine depressive Episode (nach ICD, oder Major Depression nach DSM) zu diagnostizieren. Hierzu gehören Störungen von Appetit und Gewicht, Schlafstörungen, Verlust des Selbstwertgefühls, Konzentrationsstörungen oder Suizidgedanken (drei bis vier Prozent aller depressiv Kranken stirbt durch Suizid). In den akuten depressiven Phasen ist definitionsgemäß die Leistungsfähigkeit massiv eingeschränkt, bis hin zur Arbeitsunfähigkeit. Depressive Erkrankungen sind meist episodenhafte Störungen, die unterschiedlich lange dauern können. Die Dauer einer Episode liegt bei der Hälfte der Betroffenen unter zwölf Wochen. Viele Patienten erleben mehrere depressive Episoden.

Die Zahl derjenigen, die irgendwann im Laufe ihres Lebens an einer Depression erkranken, liegt bei 19 Prozent (25 Prozent der Frauen, 12 Prozent der Männer). Diese Zahlen wurden im Modul Psychische Störungen des Bundes-Gesundheitssurveys 1998 erhoben. Die Häufigkeit ist ähnlich hoch wie in den meisten anderen vergleichbaren Studien im EU-Raum aus den letzten Jahren.

Bei der Entstehung einer Depression wird von einem Zusammenwirken von Veranlagung (genetische Prädisposition) und psychosozialen Faktoren ausgegangen. Zu den psychosozialen Faktoren zählen zum Beispiel Verlusterlebnisse und Traumatisierungen in der frühen Kindheit, kritische Lebensereignisse und fehlende soziale Unterstützung. Möglichkeiten zur Prävention bestehen im Vermeiden von Risikofaktoren und in der Stärkung und Förderung von „Resilienzfaktoren“. Resilienz (von lateinisch *resilire* für „zurückspringen, abprallen“, deutsch etwa Widerstandsfähigkeit) bezeichnet die Fähigkeit, erfolgreich mit belastenden Lebensumständen und Stress umzugehen, vor allem durch soziale Kompetenz, stabile Beziehungen und körperliche Gesundheit. Zur Therapie der depressiven Störungen gibt es medikamentöse und psychotherapeutische Verfahren sowie unterstützende Maßnahmen.

Das GBE-Heft „Depressive Erkrankungen“ kann kostenlos bestellt werden (RKI, GBE, General-Pape-Str. 62, 12101 Berlin, E-Mail: [gbe@rki.de](mailto:gbe@rki.de), Fax: 030-18754-3513) und ist abrufbar unter [www.rki.de/gbe](http://www.rki.de/gbe).

Weitere Informationen: [www.rki.de/gbe](http://www.rki.de/gbe)

### Herausgeber

Robert Koch-Institut  
Nordufer 20  
D-13353 Berlin  
[www.rki.de](http://www.rki.de)

Das Robert Koch-Institut ist ein Bundesinstitut im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit

### Pressestelle

Susanne Glasmacher  
(Pressesprecherin)  
Günther Dettweiler  
(stellv. Pressesprecher)  
Judith Petschelt  
Heidi Golisch

### Kontakt

Tel.: 030-18754-2239,  
-2562 und -2286  
Fax: 030-18754 2265  
E-Mail: [presse@rki.de](mailto:presse@rki.de)