



Major Depression ist gut behandelbar

Was ist eine schwere oder klinische Depression? Major Depression (MDD) ist eine Erkrankung, die durch Anzeichen und Symptome gekennzeichnet ist, die die Fähigkeit zu arbeiten, zu schlafen, zu essen und einst angenehme Aktivitäten zu genießen, beeinträchtigen. Depressionen sind weit verbreitet und werden oft nicht diagnostiziert, da der Beginn der ersten Episode einer schweren Depression möglicherweise nicht offensichtlich ist, wenn sie schleichend oder mild ist. Laut DSM-IV – einem Handbuch zur Diagnose von psychischen Erkrankungen Tag, und dies ist eine Veränderung gegenüber seinem/ihrer früheren Funktionsniveau. Eines der Symptome muss entweder (a) depressive Stimmung oder (b) Interessenverlust sein. a. Depressive Stimmung. Bei …



Was ist eine schwere oder klinische Depression?

Major Depression (MDD) ist eine Erkrankung, die durch Anzeichen und Symptome gekennzeichnet ist, die die Fähigkeit

zu arbeiten, zu schlafen, zu essen und einst angenehme Aktivitäten zu genießen, beeinträchtigen. Depressionen sind weit verbreitet und werden oft nicht diagnostiziert, da der Beginn der ersten Episode einer schweren Depression möglicherweise nicht offensichtlich ist, wenn sie schleichend oder mild ist.

Laut DSM-IV – einem Handbuch zur Diagnose von psychischen Erkrankungen, und dies ist eine Veränderung gegenüber seinem/ihrer früheren Funktionsniveau. Eines der Symptome muss entweder (a) depressive Stimmung oder (b) Interessenverlust sein.

a. Depressive Stimmung. Bei Kindern und Jugendlichen kann dies gereizte Stimmung sein.

b. Ein deutlich verringertes Maß an Interesse oder Freude an den meisten oder allen Aktivitäten.

c. Eine beträchtliche Gewichtsabnahme oder -zunahme (z. B. 5 % oder mehr Gewichtsveränderung in einem Monat ohne Diät). Dies kann auch eine Zunahme oder Abnahme des Appetits sein. Bei Kindern nehmen sie möglicherweise nicht die erwartete Menge an Gewicht zu.

d. Schwierigkeiten beim Einschlafen oder Durchschlafen (Insomnie) oder mehr Schlaf als gewöhnlich (Hypersomnie).

e. Verhalten, das aufgeregt oder verlangsamt ist. Andere sollten dies beobachten können.

f. Müdigkeit oder verminderte Energie.

g. Gedanken an Wertlosigkeit oder extreme Schuldgefühle (nicht daran, krank zu sein).

h. Die Fähigkeit zu denken, sich zu konzentrieren oder Entscheidungen zu treffen ist eingeschränkt.

ich. Häufige Gedanken an Tod oder Suizid (mit oder ohne konkreten Plan) oder Suizidversuch.

Als schwere Depression gelten:

Ihre Symptome sind nicht auf eine gemischte Episode zurückzuführen – gleichzeitige Manie und Depression, die bei einer bipolaren Störung auftreten können

Die Symptome müssen schwerwiegend genug sein, um spürbare Probleme bei alltäglichen Aktivitäten wie Arbeit, Schule, sozialen Aktivitäten oder Beziehungen zu anderen zu verursachen

Die Symptome sind nicht auf die direkten Auswirkungen von etwas anderem zurückzuführen, wie z. B. Drogenmissbrauch, Einnahme von Medikamenten oder Erkrankungen wie Hypothyreose

Die Symptome werden nicht durch Trauer verursacht, wie z. B. vorübergehende Traurigkeit nach dem Verlust eines geliebten Menschen

Behandlung

Obwohl Major Depression eine ernsthafte psychische Störung ist, die die Lebensqualität einer Person stark beeinträchtigt. Es ist gut behandelbar. Viele Arten der Behandlung sind verfügbar. Medikamente und Psychotherapie sind für die meisten Menschen sehr effektiv. Einige Studien haben gezeigt, dass eine medikamentöse Therapie mit Antidepressiva in Kombination mit einer Psychotherapie bessere Ergebnisse erzielt als jede Therapie allein.

Medikamente

Zu den Medikamenten gehören:

Selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRIs)

Serotonin- und Noradrenalin-Wiederaufnahmehemmer (SNRIs)

Noradrenalin- und Dopamin-Wiederaufnahmehemmer (NDRIs)

Atypische Antidepressiva

Trizyklische Antidepressiva

Monoaminoxidase-Hemmer

Psychotherapie

Es gibt mehrere Arten von Psychotherapie, die sich bei Depressionen als wirksam erwiesen haben, darunter die kognitive Verhaltenstherapie (CBT) und die zwischenmenschliche Therapie (IPT).

Die kognitive Verhaltenstherapie (CBT) hilft, negative Überzeugungen und Verhaltensweisen zu erkennen und durch gesunde, positive zu ersetzen.

Interpersonelle Therapie (IPT) konzentriert sich auf den zwischenmenschlichen Kontext und auf den Aufbau zwischenmenschlicher Fähigkeiten.

Heilpraktiker Psychotherapie

Heilpraktiker Psychotherapie finden Sie am besten in unserem kostenlosen Heilpraktiker Verzeichnis. Um alle Heilpraktiker Psychotherapie anzuzeigen, klicken Sie bitte hier.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki