

## Welche Psychotherapieverfahren kommen zum Einsatz?

Wir arbeiten nach den Prinzipien der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) und der interpersonellen Psychotherapie (IPT).

Dabei wird – nach eingehender Diagnostik – ein individueller Behandlungsplan entwickelt, aus dem sich dann Ansatzpunkte zur Veränderung, also mögliche Behandlungsziele ergeben, wie zum Beispiel:

- Vermittlung von Informationen über die Erkrankung
- Aufbau positiver und angenehmer Aktivitäten und Erlebnisse
- Veränderung verzerrter, übermäßig negativer oder pessimistischer Denkmuster
- Einüben sozialer Fertigkeiten zum positiven Umgang mit anderen Menschen
- (Wieder-)Aufbau sozialer Kontakte
- Aufbau von Strategien zum Lösen von Problemen
- Trauerbewältigung
- ...und vieles mehr

## Wie geht es weiter?

Falls erforderlich und gewünscht, erarbeiten wir mit Ihnen im Rahmen unseres Entlassmanagements auch Maßnahmen zur Nachsorge und bieten Unterstützung bei der Suche nach einer ambulanten Psychotherapie, bei Anträgen zur Rehabilitationsbehandlung und/oder Teilhabe am Arbeitsleben, bei der Einrichtung weiterer ambulanter Hilfsmöglichkeiten wie ambulante psychiatrische Pflege oder ambulante Assistenz und ggf. Anbindung an unsere Tagesklinik.

## Sind sie betroffen?

Wenn Sie sich nach Durchsicht dieser Informationen angesprochen fühlen, bei Ihnen diese Symptome aufgetreten sind und andauern, können Sie sich vertrauensvoll direkt an uns oder das Patientenmanagement des AMEOS Klinikums Bad Salzuffen wenden.

Ihre Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

## An wen Sie sich wenden können:

### Patientenmanagement

Tel.: +49 5222 188-0  
info@badsalzuffen.ameos.de

### Station 2/3

Tel.: +49 (0)5222 188-422

Bildnachweis  
Titel: Photographee.eu/shutterstock.com  
Innenteil links oben: Creative Images/shutterstock.com  
Innenteil unten: AMEOS Gruppe (l), Ground Picture/shutterstock.com (r)

## So finden Sie uns:



Stand: 05-2023

AMEOS Klinikum Bad Salzuffen  
Waldstraße 2  
D-32105 Bad Salzuffen  
Tel. +49 (0)5222 188-0  
Fax +49 (0)5222 188-199  
info@badsalzuffen.ameos.de

ameos.eu

AMEOS

## Depressionen

### Symptome - Ursachen - Behandlungsmöglichkeiten

AMEOS Klinikum Bad Salzuffen

Vor allem Gesundheit

ameos.eu



## Depressionen

Depressionen gehören zu den häufigsten psychischen Störungen überhaupt. Laut Angaben der Weltgesundheitsorganisation erkranken etwa jede vierte Frau und jeder achte Mann im Laufe ihres Lebens daran.

Viele der Betroffenen begeben sich aus Scham oder Scheu erst spät oder gar nicht in psychiatrische und/oder psychotherapeutische Behandlung, obwohl kaum eine andere psychische Erkrankung solch gravierende Beeinträchtigungen der Lebensqualität mit sich bringt. Dabei sind Depressionen gut behandelbar.

### Welche Beschwerden können auftreten?

Neben Gefühlen der Niedergeschlagenheit, Traurigkeit, Lustlosigkeit oder Antriebsminderung gehen Depressionen mit einer Reihe weiterer Symptome einher wie:

- Schlafstörungen
- Appetitlosigkeit
- Konzentrations- und Gedächtnisstörungen
- vermindertes Selbstbewusstsein
- Schuldgefühle
- Ängste
- innere Unruhe

- Grübelneigung
- Ermüdbarkeit und Erschöpfung
- körperliche Beschwerden
- Gefühlen der Hoffnungslosigkeit bis hin zu Todeswünschen und Suizidgedanken und entsprechenden –handlungen.

Wenn diese Beschwerden länger als zwei Wochen nahezu ununterbrochen bestehen und zu einer deutlichen Beeinträchtigung im Alltag führen, ist dies ein Hinweis auf eine behandlungsbedürftige Störung.

### Woran könnte es liegen?

Die Ursachen depressiver Störungen sind vielfältig. Unter anderem können einschneidende Lebensereignisse, körperliche Erkrankungen, andauernde Konflikte in der Familie oder anderen wichtigen Beziehungen, Probleme bei der Arbeit, Einsamkeit, Über- oder Unterforderung am Arbeitsplatz, ungünstige Denkgewohnheiten Auslöser für eine Depression sein.

Auch bestimmte genetische Merkmale erhöhen das Risiko, auf von außen kommende Einflüsse mit einer Depression zu reagieren.

### Machen Medikamente Sinn?

Eine depressive Erkrankung geht regelmäßig mit Ungleichgewichten des Hirnstoffwechsels mit seinen Botenstoffen (Neurotransmittern) einher, die eine medikamentöse Behandlung mit speziell gegen Depressionen wirksamen Arzneien (Antidepressiva) sinnvoll machen. Antidepressiva leisten einen wichtigen Beitrag zur Normalisierung des Hirnstoffwechsels und somit zur Verbesserung der Symptomatik insbesondere bei mittelschweren oder schweren Depressionen.

## Spezialstation 2/3

### für die Behandlung von Depressionen

Die offen geführte, speziell auf depressive Störungen ausgelegte Station 2/3 befindet sich im Haus 2 unserer Klinik von Eingang der Wenkenstraße 32 in unmittelbarer Nähe zum Kurpark und der Innenstadt von Bad Salzuflen..

Insgesamt gibt es 34 Behandlungsplätze für Patientinnen und Patienten im Alter von 18 bis 65 Jahren.

Es stehen Ein- und Zweibettzimmer mit eigenen Bädern zur Verfügung. Darüber hinaus gibt es großzügige Gemeinschaftsbereiche mit gemütlichen Sitzecken, Fernsehern und Teeküchen.



### Was wir anbieten

Wir behandeln Sie nach den aktuellen pharmakologischen und psychotherapeutischen Leitlinien und erarbeiten mit Ihnen einen individuellen Behandlungsplan.

- Regelmäßige ärztliche Betreuung (wöchentliche Chefarztvisiten)
- Therapeutische Einzel-, Paar-, Familien-, Angehörigen-gespräche durch Ärzte oder Psychotherapeuten
- Unterstützung in sozialrelevanten Fragen durch unseren Sozialdienst
- Regelmäßige pflegerische Gespräche, mit zusätzlichen unterstützenden Angeboten wie Patientenrunden, Aromapflege, Stabilisierungsgruppe.
- **Gruppenangebote:** Depressionsbewältigungsgruppe, Gruppentraining sozialer Kompetenzen, Achtsamkeitstraining und Entspannungsmethoden, wie progressive Muskelentspannung, Ergotherapie, Sport- und Bewegungstherapie, Genuss-training, Zielplanungsgruppe, Freizeitgestaltung und Außenaktivitäten.