PRESSEMITTEILUNG

vitos:
Gießen-Marburg

Depression: Wie sie kommt und wie sie geht

Vortrag aus der Reihe „Psyche & Seele. Die Vitos Gesundheitsgespräche“ am 27. Februar

Marburg, 14. Februar 2019. Manche Menschen haben ein höheres Risiko an einer Depression zu erkranken als andere. Doch es gibt Möglichkeiten, sich der Krankheit entgegen zu stellen. Darum geht es am Mittwoch, 27. Februar 2019, um 18 Uhr beim Vortrag „Depression: Wie sie kommt und wie sie geht“ an der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg. Die Veranstaltung ist Teil der Reihe „Psyche & Seele. Die Vitos Gesundheitsgespräche“.

Es sind mehrere Faktoren, die dazu beitragen, dass eine Depression entsteht. Da wären zum Beispiel die Gene: Gibt es bereits Fälle in der Familie, steigt auch das persönliche Krankheitsrisiko. „Die Gene bestimmen aber nicht, ob man tatsächlich erkrankt, sie fördern lediglich die Anfälligkeit dafür. Darüber hinaus spielen Belastungen in der Kindheit und im sozialen Umfeld eine große Rolle“, erläutert Dr. Siegfried Scharmann, Oberarzt an der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg und Referent des Vortrags.

Wer befürchtet, an einer Depression zu erkranken, kann viel dafür tun, gesund zu bleiben. „Ein einziges Wundermittel gibt es hier zwar nicht“, so Dr. Scharmann. Aber: „Es gibt viele Dinge, die sich sehr positiv auswirken.“

Die Belastungsgrenze kennen

Wichtige Grundlagen der Behandlung und Prävention sind, sich selbst und sein Verhalten in bestimmten Situationen zu reflektieren und Belastungsgrenzen sowie eigene Verhaltensmuster zu erkennen. „Manchmal merkt man gar nicht, welche Verhaltens- und Denkweisen man entwickelt und in welchen Fallen man dadurch im Leben steckt“, erklärt der Oberarzt und nennt das Beispiel Stress am Arbeitsplatz. Hier sollte jeder seine individuelle Belastungsgrenze, seine rote Linie, gut kennen – und natürlich verhindern, dass sie überschritten wird.

An der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg werden genau diese Lebensmuster mit depressiven Patienten analysiert und Techniken entwickelt, wie damit umzugehen ist. Neuere depressionsspezifische Psychotherapien wie die IPT (interpersonelle Psychotherapie), CBASP (Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy) und Schematherapie werden angewendet und liefern dafür die passenden Werkzeuge.

Auch Angehörige sind betroffen

Eine wichtige Frage ist für Dr. Scharmann darüber hinaus, wie die Angehörigen und Kinder von Patienten mit der Erkrankung umgehen. „Sie sind genauso betroffen wie der Patient selbst.“ Auch für sie gilt es, belastende Auswirkungen der Erkrankung zu erkennen, sich davor zu schützen sowie Unterstützung zu suchen.

„Depression: Wie sie kommt und wie sie geht“ findet am Mittwoch, 27. Februar 2019, um 18 Uhr im Festsaal der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg statt

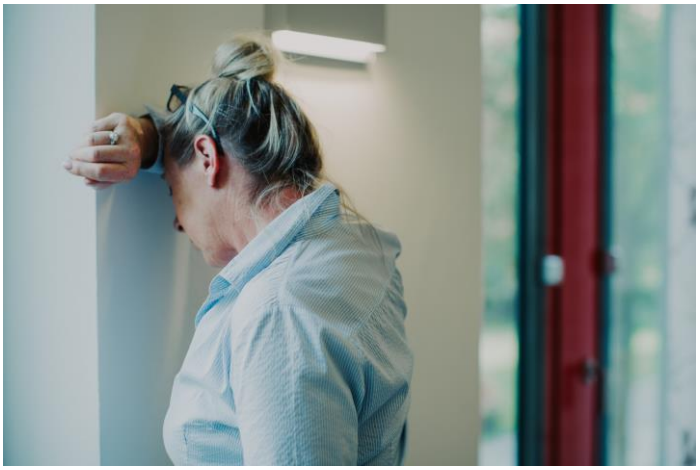
Kontakt: Susanne Richter-Polig (Öffentlichkeitsarbeit)
Vitos Gießen-Marburg gemeinnützige GmbH, Licher Straße 106, 34394 Gießen,
susanne.richter-polig@vitos-giessen-marburg.de, www.vitos-giessen-marburg.de
Tel. 06 41 - 403 - 323, Mobil 0176 – 10 40 35 08

Ein Unternehmen des LWVHessen

(Cappeler Straße 98, 35039 Marburg; Haus 6 gegenüber Haupteingang Neubau). Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

➔ Die App Vitos Navi lotst Besucher zum richtigen Gebäude. Sie ist kostenlos im App Store und bei Google Play erhältlich. In der App finden Sie zudem alle Veranstaltungen der Reihe „Psyche & Seele. Die Vitos Gesundheitsgespräche“.

Hintergrund
Die Vitos Gießen-Marburg gGmbH gehört als eine von zwölf gemeinnützigen Unternehmen zur Vitos Holding. Unter der Trägerschaft des Landeswohlfahrtsverbands (LWV) Hessen ist Vitos der größte Anbieter für die ambulante, teil- und vollstationäre Behandlung psychisch kranker Menschen in Hessen. Zu Vitos Gießen-Marburg gehören das Vitos Klinikum Gießen-Marburg (mit den Kliniken für Psychiatrie und Psychotherapie Gießen und Marburg, der Vitos Klinik Lahnhöhe in Marburg und der Vitos Klinik für Psychosomatik in Gießen) sowie die Vitos Begleitenden psychiatrischen Dienste Marburg, die Vitos Übergangseinrichtung Gießen und die Vitos Schule für Gesundheitsberufe Oberhessen. Rund 1100 Mitarbeiter sind bei Vitos Gießen-Marburg beschäftigt, etwa die Hälfte davon am Standort Gießen.



Bildunterschrift: Um einer Depression vorzubeugen ist es wichtig, die eigene Belastungsgrenze nicht zu überschreiten. (Foto: Vitos)

Bildunterschrift: Dr. Siegfried Scharmann, Oberarzt an der Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Marburg, spricht am Mittwoch, 27. Februar 2019, über das Thema Depression. (Foto: Vitos Gießen-Marburg)

Kontakt: Susanne Richter-Polig (Öffentlichkeitsarbeit)
Vitos Gießen-Marburg gemeinnützige GmbH, Licher Straße 106, 34394 Gießen,
susanne.richter-polig@vitos-giessen-marburg.de, www.vitos-giessen-marburg.de
Tel. 06 41 - 403 - 323, Mobil 0176 – 10 40 35 08