

Gesundes Salzburg: Wege aus der Depression

Vortragsreihe der „Salzburger Woche“ gastiert am 19. März in der Wirtschaftskammer Zell am See

ZELL AM SEE. Depression ist eine der am häufigsten gestellten Diagnosen. Sie ist gut behandelbar und kann oft vollständig ausgeheilt werden. Welche Wege konkret aus der Depression führen, darüber informiert Dr. Margarita Seiwald am 19. März um 19 Uhr in der WIFI-Wirtschaftskammer in Zell am See.

„Fast jeder vierte Österreicher erkrankt im Laufe seines Lebens zumindest ein Mal an einer schweren Depression“ informiert Margarita Seiwald. Die Depression zählt zu denjenigen psychischen Störungen, die mittlerweile zu den häufigsten Gründen für Krankenstände, Arbeitsausfälle, frühzeitige Pensionierungen und sonstige psychische und soziale Behinderungen zählt.

„Die Diagnose ‚Depression‘ bewirkt bei vielen Betroffenen und ihren Angehörigen ein starkes Schamgefühl. Oft wird professioneller Hilfe erst sehr spät in Anspruch genommen“, so die Expertin weiter. Dabei kann bei rascher Diagnosestellung und Akzeptanz in 70 Prozent der Fälle eine vollständige Genesung erreicht werden. In der Entstehung gleicht nicht jede Depression der anderen, doch Menschen, die an einer Depression erkrankt sind, gleichen sich in den Symptomen. Eine Depression verursacht anhaltendes Leid in sehr persönlichen Bereichen wie der Stimmung, den Beziehungen, der Fähigkeit, Freude und Interesse zu empfinden, oder der Energie, um produktiv am Leben teilzuhaben. Die Wege aus der Depression sind mehrdimensional und müssen gut ineinandergreifen. In den letzten Jahren wurden sowohl im psychopharmakologischen wie auch im psychologischen Bereich große Fortschritte in der Behandlung dieser Störung erzielt. Denn

eine medikamentöse Therapie ist in vielen Fällen sinnvoll, aber oft nicht ausreichend, um einen längerfristigen Erfolg zu erzielen. Ebenso wichtig ist, sogenannte depressionsfördernde Haltungen sich selbst und anderen gegenüber zu überwinden und verdrängte Gefühle wieder zuzulassen. Die Lebenskrise Depression kann, wenn sie überwunden ist, ein tieferes Verständnis von sich selbst und seinen wahren Bedürfnissen bedeuten.

Im Rahmen der Vortragsreihe Gesundes Salzburg des GIZ der Salzburger Gebietskrankenkasse und des Kuratoriums für psychische Gesundheit, der Salzburger Nachrichten und der Salzburger Woche gibt die Expertin konkret Auskunft, welche Wege aus der Depression führen können. Ebenso informiert Seiwald über Möglichkeiten und Methoden, um das Rückfallrisiko zu mini-

mieren. Im Anschluss an den Vortrag berichtet eine Betroffene kurz über ihre Erfahrungen mit der Depression. Danach werden die Fragen der Besucher beantwortet. Eintritt frei!

mieren. Im Anschluss an den Vortrag berichtet eine Betroffene kurz über ihre Erfahrungen mit der Depression. Danach werden die Fragen der Besucher beantwortet. Eintritt frei!



Margarita Seiwald, Ärztin für Psychosomatik und für Psychiatrie am Krankenhaus Schwarzach.

BILD: SWM/PRIVAT

Medium:
Pizgauer Nachrichten

Datum:
12. März 2015

Auflage: