

DEPRESSIONEN

Depressionen können unterschiedliche Symptome verursachen. Unkonzentriertheit, sich ausgelaugt fühlen, ohne Energie, Antriebslosigkeit, Schlafstörungen, andauerndes Grübeln, verminderte Libido, andauernde Traurigkeit & traurig gedrückt Stimmung. Was früher leicht von der Hand ging, fällt nun schwer. „Warum immer ich?“ „Das schaff ich sowieso nicht...“ „Die anderen können mich einfach nicht verstehen...“ „Ich will einfach nur, dass es endlich aufhört!“

Anzeichen für eine Depression sind leider oft nicht leicht zu erkennen. Denn wie bei sehr vielen psychischen Störungen ist der Übergang zwischen „normal“ und „als Störung anerkannt“ fließend. Sehr häufig werden die körperlichen Anzeichen als eigene Krankheit gedeutet und behandelt, ohne zu wissen, dass eine andere Krankheit dahinter steckt: **Depression**. Anzeichen einer Depression sofort zu erkennen ist wichtig und Voraussetzung für eine schnelle Behandlung.

In unserer Praxis arbeiten wir nicht nur mit der Gesprächstherapie bei einer Depression. Wir integrieren je nach Patientenwunsch unterschiedliche Therapieformen, um Ihnen beizustehen. Sie sollen sich bei uns wohlfühlen dürfen, um eine bessere Genesung herbeiführen zu können. **Depressionen sind ernst zu nehmen**. Sie erhalten Hilfe zur Selbsthilfe. Sollte ein Klinikaufenthalt notwendig sein, begleiten wir Sie selbstverständlich auf diesen Weg und stellen die notwendigen Kontakte für Sie her. Wir unterscheiden verschiedene Formen der Depression und unterschiedliche Schweregrade der depressiven Episoden. Wenn Sie unter einer Depression leiden, zögern Sie nicht Hilfe anzufordern. In unserer Praxis werden wir Sie begleiten.

Ursachen von Depressionen können unterschiedlich sein. SIE SIND NICHT SCHULD! Depressionen können durch Live-Events wie Renteneintritt, ein Kind wird geboren, einen Lottogewinn, einen Todesfall, einem Scheidungsfall u.v.m. ausgelöst werden. Depressionen können uns überraschen, gar überrumpeln. Künstler fallen in depressive Verstimmungen, wenn Sie keine Auftritte haben und der Kick fehlt. Viele Arbeitnehmer, Eltern, Großeltern leiden unter zu vielen Kicks, sind erschöpft und überfordert... **Depressionen können aber auch Begleitsymptome von anderen Störungen** wie bei überhöhtem Stress, Ängsten, Zwängen, Phobien, einem Trauma, bei Panikattacken oder bei schweren psychischen Störungen sein. Depressionen können ihren Ursprung in der Kindheit haben. Nur wenn Sie sich in eine Praxis begeben, kann der Ursprung gefunden und die Depression behandelt werden. Das Wichtigste: *vertrauen Sie sich jemandem bei einer Depression an. Hilfe ist immer ein sehr guter Schritt.*

Wir vereinbaren einen ersten Termin unter: 04122 – 977 30 22.
Weitere Informationen finden Sie im Internet www.meinetherapie24.de.