

Blick hinter  
die Kulissen



## Anlässlich des Europäischen Depressionstag am 1. Oktober, informieren wir über das ganzheitliche Psychotherapiekonzept der Psychiatrischen Dienste Thurgau.

Rund 20 % der Menschen in der Bevölkerung leiden im Laufe ihres Lebens mindestens einmal an einer behandlungsbedürftigen Depression. Damit ist die Depression die häufigste psychische Erkrankung weltweit überhaupt. Depressionen führen zu einer sehr hohen persönlichen, familiären und gesellschaftlichen Belastung und gehen mit einer hohen Sterblichkeit durch Suizide einher. Als Aussenstehende Person, also als eine Person, die selber nicht an einer Depression leidet, ist es sehr schwer, sich eine Vorstellung von einer Depression zu machen. Depressionen sind keine melancholischen Verstimmungen, wie sie jeder und jede im Laufe des Lebens kennt. Der Schriftsteller William Styron, der selber an schweren Depressionen litt, umschrieb dies in «Sturz in die Nacht» folgendermassen:

*«Depression ist eine Störung des Gefühlslebens, die so geheimnisvoll und schmerzhaft ist, durch die Art und Weise, wie sie das Selbst – der vermittelnde Intellekt – erfährt, so schwer fassbar, dass sie sich beinahe jeder Beschreibung entzieht. Wenn sich der Schmerz ohne weiteres beschreiben liesse, und das ist ein entscheidender Punkt, dann wären die meisten von den unzähligen vielen, die unter dieser uralten Heimsuchung leiden, in der Lage, ihren Freunden und Lieben (sogar ihren Ärzten) die Qualen wenigstens andeutungsweise zu schildern und würden damit vielleicht das Verständnis finden, das sie sonst kaum erwarten können. Schuld an diesem Unverständnis hat weniger fehlendes Mitgefühl, sondern dass Gesunde grundsätzlich unfähig sind, sich eine Form von Qualen vorzustellen, die völlig jenseits ihrer Alltagserfahrung liegt.»*

Die Depression ist kein einheitliches Krankheitsbild, sondern zeigt sich in vielfältigen und ganz unterschiedlichen Beschwerden. Erschwerend kommt hinzu, dass sich die Depressionen typischerweise in Form von körperlichen und psychosomatischen Beschwerden ankündigen, weswegen die Depressionen häufig erst spät erkannt und entsprechend behandelt werden. Dabei ist insbesondere die frühzeitige und spezifische Behandlung der Depression wichtig, da diese bei einem Teil der Patientinnen und Patienten andauern oder nach Abheilung wiederkehren kann.

Die Psychiatrische Klinik Münsterlingen bietet seit November 2022



PD Dr. med. Rainer Krähenmann  
Ärztliche Direktion  
Psych. Klinik Münsterlingen

eine Psychotherapiestation für die spezialisierte Behandlung von Depressionen an. Insbesondere sind dies Depressionsformen, die auf bisherige ambulante, tagesklinische oder stationäre Therapien zu wenig oder gar nicht angesprochen haben und welche einen bestimmten Schweregrad aufweisen. Wir sprechen in diesen Fällen auch von therapieresistenten Depressionen. Um der Leserin und dem Leser eine Vorstellung zu geben, wie eine moderne Depressionsbehandlung funktioniert, soll kurz ein zentrales Merkmal beschrieben werden:

Wir behandeln depressive Menschen in allen Lebenslagen und allen Phasen der Erkrankung. Dabei berücksichtigen wir nicht nur biologische und soziale Faktoren, die in der Entstehung und Aufrechterhaltung der Depression eine Rolle spielen. In unserem multiprofessionellen und multimodalen Behandlungskonzept bildet der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit und Individualität einen besonderen Schwerpunkt. Dabei integrieren wir auch allfällig weitere vorhandene somatische oder psychiatrische Begleiterkrankungen (Komorbiditäten). Die verschiedenen Beziehungsebenen im Leben eines Menschen, angefangen von den prägenden Beziehungserfahrungen in der Ursprungsfamilie über einschneidende und krisenhaften Beziehungsepisoden bis hin zu gegenwärtigen Beziehungsmustern – einschliesslich der sehr wichtigen Beziehung zum eigenen Selbst, zum eigenen inneren Kern der Persönlichkeit – sind zentral. Indem wir gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten und unter Einbezug der jeweiligen Bezugspersonen die Persönlichkeitsanteile, welche mit der Depression in Zusammenhang stehen, bearbeiten und Veränderungsprozesse ermöglichen, können wir nachhaltige und individuell bedeutsame Heilungsprozesse anstossen, die auch über die stationäre Behandlung hinaus fortgesetzt werden. Auch den Übergang von stationär zu ambulant begleiten und unterstützen wir in unserem multiprofessionellen Team. Bei uns steht der Mensch mit seiner Erkrankung – und nicht die Erkrankung isoliert – im Mittelpunkt.

Weiterführende Informationen sowie Ansprechpersonen für Anmeldungen:

Psychiatrische Dienste Thurgau (PDT)  
Station für Psychotherapie der  
Depression (PT1)  
Seeblickstrasse 3  
CH-8596 Münsterlingen  
Telefon: 058 144 43 49  
Website: [www.stgag.ch/fachbereiche/psychiatrische-klinik](http://www.stgag.ch/fachbereiche/psychiatrische-klinik)

