



Moderne Depressionsbehandlung – Spezialisierte Psychotherapiestation für die Behandlung von therapieresistenten Depressionen in der Psychiatrischen Klinik Münsterlingen

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 Aussenseitende 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 unzählig 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.



PD Dr. med. Rainer Krähenmann,
Ärztlicher Direktor,
Psychiatrische Klinik Münsterlingen



Die Psychiatrische Klinik Münsterlingen bietet seit November 2022 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:

Zentral in der Depressionsbehandlung ist eine therapeutische Beziehung auf Augenhöhe, die sich durch Authentizität, Empathie, Transparenz und Wertschätzung auszeichnet. Die Wahrnehmung von Emotionen sowie die Bewältigung von alltäglichen Belastungen ist in der Depression in der Regel massiv beeinträchtigt, sodass das psychische Befinden weder für die Patientinnen und Patienten selbst noch für die pflegerischen oder ärztlich-psychologischen Betreuungspersonen ohne Weiteres zugänglich ist. Deshalb sind unsere Teammitarbeitenden spezifisch in Beziehungs- und Kommunikationskompetenzen geschult, um beispielsweise suizidale Krisen frühzeitig zu erkennen und suizidpräventive Massnahmen einzuleiten. Für eine gelingende Depressionsbehandlung sind jedoch nicht nur entsprechende Kompetenzen auf Seite der Behandelnden erforderlich: auch die Kompetenzen der Patientinnen und Patienten selbst sowie deren Angehörige in Bezug auf Diagnostik, Therapie und Prävention der Depression werden auf Station systematisch in Form von Psychoedukationsgruppen und Angehörigen- bzw. Peer-Gesprächen vermittelt.

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)