

Depression

Allgemeine Informationen

Eine Depression kann verschiedene potentielle Ursachen haben und äußert sich in unterschiedlichen Formen (unipolar, ipolar, dysthymisch). Der Schweregrad und die Symptomatik kann sich bei verschiedenen Menschen stark unterscheiden. Eine Depression sollte unbedingt professionell behandelt werden.

Symptome (Zimbardo, 2008):

- Hoffnungslosigkeit, Bedrücktheit, Traurigkeit
- Interesse und Freude an beinahe jeder normalen Aktivität schwindet
- Appetitlosigkeit, starker Gewichtsverlust
- Schlaflosigkeit oder Hypersomnie (zu viel Schlaf)
- Motorische Aktivität wird verlangsamt
- starke Erregung
- sich wertlos fühlen, sich Selbstvorwürfe machen
- Verringerte Fähigkeit zu denken oder sich zu konzentrieren, Vergesslichkeit
- Wiederkehrende Gedanken an den Tod; Suizidpläne oder -versuche

Weiterführende LINKS:

<http://www.buendnis-depression.at/>

<http://www.hilfe-gegen-depressionen.de/>

<http://www.zpid.de/redact/category.php?cat=555>

http://www.psychosoziale-gesundheit.net/seele/depressionen_erkennen.html

Literaturangabe zum Text:

Gerrig, R.J. & Zimbardo, P.G. (2008). Psychologie (18. Aktualisierte Auflage). München: Pearson Studium.