P R E S S E M I T T E I L U N G

„Burnout – die falsch verstandene Depression“

2. Deutscher Patientenkongress Depression am 1. September 2013 in Leipzig

Leipzig, 1. August 2013 – „Burnout ist sehr oft nur ein besser klingender Name für eine depressive Erkrankung. Unter diesem Label fällt es zwar vielen Betroffenen leichter, sich professionelle Hilfe zu holen, was ein großer Vorteil ist, andererseits kann aber diese „Ausweichdiagnose“ zu einer Unterschätzung der Erkrankung und einer nicht immer richtigen Behandlung führen“, darauf macht Prof. Dr. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe einen Monat vor dem 2. Patientenkongress Depression aufmerksam. Im Leipziger Gewandhaus werden am 1. September bis zu 1.500 von Depression Betroffene, Angehörige und Interessierte erwartet. Moderiert wird die Veranstaltung von Entertainer **Harald Schmidt**. Die Schirmherrschaft hat **Bundesgesundheitsminister Daniel Bahr** übernommen. Anmeldungen sind unter www.deutsche-depressionshilfe.de/kongress möglich.

Depressionen gehören zu den am meisten unterschätzten Erkrankungen in Deutschland. Jeder fünfte Bundesbürger erkrankt einmal im Leben an einer Depression. Insgesamt leiden in Deutschland derzeit ca. vier Millionen Menschen an einer behandlungsbedürftigen Depression, von denen allerdings nur eine Minderheit eine optimale Behandlung erhält. Patienten sagen bei Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten immer öfter, sie hätten Burnout anstelle einer Depression. „Leer und ausgebrannt zu sein und an einem Burnout zu leiden, hört sich nach außen hin besser an und wird auch von der Umgebung und dem Arbeitgeber eher akzeptiert“, meint Prof. Dr. Ulrich Hegerl. Burnout legt nahe, langsamer zu treten, sich zu erholen, gegebenenfalls Urlaub zu machen. „Versteckt sich hinter dem Burnout aber eine Depression, wäre es ein großer Fehler so zu handeln. Die Krankheit reist mit und wird im Urlaub oft noch als unerträglicher erlebt. Längerer Schlaf führt bei Menschen mit einer Depression meist eher zu einer Zunahme der depressiven Symptome“, erläutert der Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Leipzig. Schlafentzug führt ja erstaunlicherweise bei der Mehrzahl der depressiv Erkrankten zu einer schlagartigen Besserung.

„Burnout ist ein Modebegriff, übrigens ausschließlich in deutschsprachigen Ländern. Problematisch ist, dass durch die Vermengung von Stress, Burnout und anderen Befindlichkeitsstörungen mit der schweren Erkrankung Depression diese verharmlost wird. Der beste Weg für den richtigen Umgang mit der Depression ist, sie bei ihrem Namen zu nennen. Wer Burnout sagt und Depression meint, verhindert oft die richtige

Therapie", so Prof. Dr. Ulrich Hegerl. Die Behandlungsmöglichkeiten einer Depression sind heute sehr gut. Die wichtigsten Bausteine sind die Behandlung mit Antidepressiva und die Psychotherapie. „Antidepressiva wirken gezielt gegen die in der Depression gestörten Funktionsabläufe im Gehirn. Sie machen weder süchtig, noch verändern sie die Persönlichkeit."

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe veranstaltet gemeinsam mit dem Deutschen Bündnis gegen Depression und der Deutschen DepressionsLiga zum zweiten Mal den Patientenkongress Depression in Leipzig. Moderator der Veranstaltung ist Schauspieler und Entertainer ***Harald Schmidt****,* ***Schirmherr ist Bundesgesundheitsminister Daniel Bahr****. Der Kongress in Leipzig beginnt am 1. September um 10:00 Uhr. Das vielseitige Programm hält neben zahlreichen* ***Vorträgen*** *und* ***Workshops*** *von Betroffenen, Angehörigen und Fachleuten, wie z.B.* ***Bestseller-Autor Dr. Manfred Lütz („Irre! Wir behandeln die Falschen"),*** *eine* ***Abendveranstaltung*** *in der nahegelegenen Moritzbastei sowie viele weitere Überraschungen für seine Besucherinnen und Besucher bereit. Das komplette* ***Kongressprogramm*** *mit weiterführenden Informationen und die* ***Anmeldung*** *finden Sie unter:* ***www.deutsche-depressionshilfe.de/kongress****.*

Pressekontakt:

Susanne Janicke
PR-Referentin Stiftung Deutsche Depressionshilfe
Tel.: +49 341 97 24 51 2
E-Mail: presse@deutsche-depressionshilfe.de
www.facebook.com/DeutscheDepressionshilfe
https://twitter.com/depr_hilfe #pkdepr2013

Thomas Reckermann
c/o Publiplikator GmbH
Tel.: +49 30 200 898 22
E-Mail: reckermann@publiplikator.de

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Depression erforschen – Betroffenen helfen – Wissen weitergeben

Ziel der Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Nachfolge des Kompetenznetzes Depression, Suizidalität) ist es, einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide in Deutschland zu leisten. Forschungsförderung und Aufklärungs-aktivitäten zum Thema Depression sollen dazu beitragen, Betroffenen zu einer optimalen Behandlung sowie mehr Akzeptanz in der Gesellschaft zu verhelfen.