

## PRESSEMITTEILUNG

# Neuer Podcast „Raus aus der Depression“ mit Entertainer Harald Schmidt und Experte Prof. Ulrich Hegerl

NDR-Info-Podcast ab heute in der ARD-Audiothek und auf [NDR.de/rausausderdepression](https://www.ndr.de/rausausderdepression)

**Hamburg/ Leipzig, 29.6.2021** Woran erkenne ich, dass ich an einer Depression leide? Welche Therapien helfen? Welche Auswirkungen hat die Erkrankung auf Familie und Partner? Über Depressionen reden hilft, die Krankheit besser zu verstehen - mit Betroffenen, Angehörigen, und vor allem mit Experten, wie in dem neuen Wissenschafts-Podcast „Raus aus der Depression“ von NDR Info.

Entertainer Harald Schmidt, seit über zehn Jahren Schirmherr der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, ist Gastgeber des Podcasts. Er spricht mit Betroffenen und fragt, wie es Ihnen geht und wie sie gelernt haben mit einer Depression zu leben. In Kooperation mit der Stiftung Deutsche Depressionshilfe wird in jeder Folge ein anderer Aspekt der Erkrankung behandelt. Über Ursachen, Auslöser und Behandlungen klärt Ulrich Hegerl auf, er ist Vorsitzender der Deutschen Depressionshilfe und hat die Senckenberg-Professur an der Psychiatrie der Universität Frankfurt inne.

**Harald Schmidt:** „Als Schirmherr der Deutsche Depressionshilfe war es mir ein großes Bedürfnis und auch Vergnügen, die Moderation des Podcasts zu übernehmen – und dank der Profis vom NDR geht das bequem von meiner Couch aus. Beeindruckt hat mich die große Offenheit meiner Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner, die einen, trotz der Krankheit, optimistisch entlassen. Mir wurde jetzt noch einmal sehr deutlich, wie wichtig es ist, das Umfeld der Erkrankten zu unterstützen. Ohne Hilfe von außen scheint mir das nur sehr schwer zu schaffen. Im besten Fall bietet der Podcast eine erste Orientierung für Betroffene und auch neue Anstöße, wie Hilfe möglich ist.“

**Prof. Dr. Ulrich Hegerl, Vorsitzender der Deutschen Depressionshilfe/ Senckenberg-Professur an der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Goethe-Universität**

**Frankfurt:** „Depressionen sind eigenständige, schwere Erkrankungen und mehr als eine Reaktion auf schwierige Lebensumstände. Jeder fünfte Bundesbürger erkrankt ein Mal im Leben an einer Depression. Im Podcast wollen wir wissenschaftlich fundierte Information über die Erkrankung und ihre Behandlung geben. So können wir erreichen, dass die guten Behandlungsmöglichkeiten besser als bisher genutzt werden und so viel unnötiges Leid für Betroffene und deren Angehörige vermieden wird.“

**Christiane Uebing, Aktuell-Chefin von NDR Info:** „Der NDR Info Podcast ‚Das Coronavirus-Update‘ mit mehr als 100 Millionen Abrufen hat uns gezeigt, dass das Bedürfnis nach wissenschaftlich fundierter Information sehr groß ist. An das Feedback unserer Hörerinnen und Hörer wollen wir anknüpfen und mit renommierten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern auch künftig große gesellschaftliche Themen vertiefen. Ein Podcast ist hierfür das perfekte Medium. Professor Ulrich Hegerl setzt sich seit mehr als 30 Jahren für die Erforschung und Aufklärung von Depression ein – wir freuen uns, dass wir ihn gemeinsam mit Harald Schmidt für dieses Projekt gewinnen konnten.“

## PRESSEMITTEILUNG

Die erste Podcast-Folge am Dienstag, 29. Juni 2021, beschäftigt sich mit den Fragen, was Depression überhaupt ist und wie sich eine depressive Erkrankung von Stress, Burnout, Trauer oder schlecht drauf sein unterscheidet. Als Gesprächspartner begrüßt Harald Schmidt Podcaster Lars Tönsfeuerborn, dessen Mutter sich aufgrund einer Depression vor 18 Jahren das Leben nahm. Er selbst war 2013 erkrankt.

In den weiteren Podcast-Folgen kommen Harald Schmidt und Prof. Dr. Ulrich Hegerl ins Gespräch mit Autor, Coach und Unternehmensberater Walter Kohl, Journalist Benjamin Maack, Musikjournalistin und DJ Miriam Davoudvandi, Lyrikerin und Singer-Songwriterin Clara Louise sowie Moderatorin, Autorin und Influencerin Victoria Müller und Schriftstellerin Jasmin Schreiber. Und auch die Fragen der Hörerinnen und Hörer werden in jeder Podcast-Folge beantwortet.

### Pressekontakt

#### **Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

Heike Friedewald  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Goedelerring 9  
04109 Leipzig  
Tel: 0341/22 38 74 12  
presse@deutsche-depressionshilfe.de

#### **Norddeutscher Rundfunk**

Bettina Brinker  
Presse und Kommunikation  
Rothenbaumchaussee 132  
20149 Hamburg  
Tel.: 040/4156-2300  
b.brinker@ndr.de

#### **Über die Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

*Ziel der 2008 gegründeten Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist es, einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide in Deutschland zu leisten. Vorstandsvorsitzender ist Prof. Dr. Ulrich Hegerl, der auch die Senckenberg-Proessur an der Goethe Universität Frankfurt innehat. Die Schirmherrschaft hat der Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt übernommen. Neben Forschungsaktivitäten bietet die Stiftung Betroffenen und Angehörigen vielfältige Informations- und Hilfsangebote wie das Diskussionsforum Depression und das deutschlandweite Info-Telefon Depression (0800 33 44 5 33). Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe koordiniert das Deutsche Bündnis gegen Depression zahlreiche lokale Maßnahmen: In über 87 Städten und Kommunen haben sich Bündnisse gebildet, die auf lokaler Ebene Aufklärung über die Erkrankung leisten. [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)*