

PRESSEMITTEILUNG

Karl-Theodor zu Guttenberg im Podcast ‚Raus aus der Depression‘: „Irgendwann ging es einfach nicht mehr“

Podcast „Raus aus der Depression“ mit Entertainer Harald Schmidt und Experte Prof. Ulrich Hegerl geht in die fünfte Runde – weitere Gäste sind u.a. Wincent Weiss, Katty Salié und Christoph Harting

Hamburg/ Leipzig, 15.4.2024 – In fünf neuen Folgen des Podcasts „Raus aus der Depression“ begrüßt Entertainer Harald Schmidt ab dem 15. April als Gastgeber fünf Prominente, die mit ihm ihre persönlichen Erfahrungen mit ihrer Depressionserkrankung teilen: den ehemaligen Bundesminister Karl-Theodor zu Guttenberg, Sänger Wincent Weiss, ZDF-Moderatorin und DepressionsLiga-Botschafterin Katty Salié, Olympiasieger Christoph Harting und Madleen Matthias aus dem RTL-Format „Princess Charming“. Der Podcast ist eine Kooperation von NDR Info und der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention.

Zur neuen Staffel sagt Gastgeber und Schirmherr der Stiftung Harald Schmidt: „Dass immer mehr auch bekannte Persönlichkeiten mit uns im Podcast ihren Weg aus der Depression teilen, ist ein wichtiges Signal. Wir haben viele Hörer, die sagen: wenn dieser Promi sich traut über Depression zu sprechen, kann ich das auch. Das ist für mich das Schöne an diesem Format: es zeigt anderen Betroffenen, dass sie mit der Erkrankung nicht allein sind und ermutigt, sich Hilfe zu suchen.“

Erster Gast am 15. April 2024 ist der ehemalige Bundesverteidigungsminister Karl-Theodor zu Guttenberg. Er berichtet Harald Schmidt im Interview: „Insbesondere als ich doch sehr früh und viel zu schnell in diese hohen Ämter aufgestiegen bin, bin ich einfach an die Grenzen meiner Belastbarkeit gestoßen. Das sind Grenzen, die sind physischer Natur. Aber ich habe auch festgestellt, wie zunehmend mein Geist Schaden nimmt.“ Zu Guttenberg berichtet weiter: „Und dann wurde eine Depression diagnostiziert – allerdings nicht eine, die vor allem mit dem Rücktritt zu tun hatte. Sondern das war eher ein zusätzlicher Trigger. Es hat sich herausgestellt, dass Depression eine sehr frühe Veranlagung in meinem Leben war.“ Eine Behandlung mit Psychotherapie und kurzfristig auch Medikamenten habe geholfen, dass er heute wieder ein sehr gutes und zufriedenes Leben führen könne. „Ich kann sagen, dass ich mich heute in einer guten Ausgangssituation befinde, in der ich nicht wäre, wenn ich mir damals nicht Hilfe gesucht hätte“, resümiert zu Guttenberg.

Die fünf neuen Folgen des Wissenschaftspodcasts werden ab Montag, 15. April 2024, in der [ARD-Audiothek](#) und auf den gängigen Podcast-Plattformen veröffentlicht. Die wissenschaftliche Expertise kommt erneut von Professor Dr. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Inhaber der Senckenberg-Professur an der Universität Frankfurt am Main. „Mit dem Podcast wollen wir darüber informieren, wie Betroffene einen Weg aus der Erkrankung finden und was Angehörige tun können. Die Gespräche mit unseren prominenten Podcast-Gästen zeigen dabei: Depression kann auch auftreten, obwohl die Betroffenen beruflich äußerst erfolgreich

PRESSEMITTEILUNG

sind, in einer glücklichen Partnerschaft leben und auch sonst kein äußerer Anlass vorliegt. Depressionen sind eigenständige Erkrankungen und können jeden treffen, der das Pech hat, eine Veranlagung dafür zu haben. Wie bei allen schweren Krankheiten sollte so schnell wie möglich professionelle Hilfe gesucht werden. Anlaufstellen sind Hausärzte, Psychiater oder Psychologische Psychotherapeuten", erklärt Ulrich Hegerl.

Die neuen Folgen von „Raus aus der Depression“ mit Harald Schmidt und Prof. Dr. Ulrich Hegerl werden in der [ARD-Audiothek](#) und auf den gängigen Podcastplattformen veröffentlicht am:

- 15. April: Karl-Theodor zu Guttenberg
- 22. April: Katty Salié
- 29. April: Wincent Weiss
- 06. Mai: Madleen Matthias
- 13. Mai: Christoph Harting

Die Folgen werden im Radioprogramm von NDR Info ab 21. April immer sonntags um 12:33 Uhr gesendet. Der Podcast ist außerdem abrufbar unter www.ndr.de/rausausderdepression.

Pressekontakt

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Heike Friedewald
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Goerdelerring 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 und Suizidprävention

Ziel der 2008 gegründeten Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention ist es, einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide in Deutschland zu leisten. Neben Forschungsaktivitäten bietet die Stiftung Betroffenen und Angehörigen vielfältige Informations- und Hilfsangebote wie das deutschlandweite Info-Telefon Depression (0800 33 44 5 33). Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention koordiniert das Deutsche Bündnis gegen Depression zahlreiche lokale Maßnahmen: In 90 Städten und Kommunen haben sich Bündnisse gebildet, die auf lokaler Ebene Aufklärung über die Erkrankung leisten. Die Schirmherrschaft hat der Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt übernommen. Vorstandsvorsitzender ist Prof. Dr. Ulrich Hegerl, der eine Professur an der Goethe Universität Frankfurt innehat. www.deutsche-depressionshilfe.de