

Depression

Depression ist die häufigste psychische Krankheit. Sie lässt sich gut behandeln. Eine Depression hat viele Gesichter. Die häufigsten Symptome sind:

- Energie- und Antriebsmangel

Stimmung:

- Gefühl- und Freudlosigkeit
- Interessenverlust
- gedrückte, pessimistische oder gereizte Stimmung
- Hoffnungs- und Perspektivlosigkeit
- Verzweiflung, Selbstmordgedanken
- Schuldgefühle, Selbstvorwürfe

Denkstörungen:

- Konzentrationsschwäche
- beeinträchtigte Aufmerksamkeit
- Vergesslichkeit
- grübelndes Gedankenkreisen

Körperliche Symptome:

- innere Unruhe
- Schlafstörungen
- Appetitverminderung und Gewichtsabnahme
- Verspannungen, Schmerzen
- Magen-Darm-Beschwerden
- Spannungen in Beziehungen
- Beeinträchtigung der Arbeitsfähigkeit