

Antidepressiva auf Privatrezept/ Wer hat Erfahrungen?

Beitrag von „Winterblume“ vom 20. Juli 2024 20:03

Hallo,

Anpassungsstörungen werden diagnostiziert, wenn eine depressionsähnliche Symptomatik vorliegt, die aber nicht den Schweregrad einer leichten, mittelgradigen oder schweren depressiven Episode erreicht und wenn die Symptome klar auf mehr oder weniger große Einschnitte im Leben zurückzuführen sind, die aber keine traumatischen Charakter haben (in diesen Fall ginge es eher in Richtung PTBS). Typische Auslöser für Anpassungsstörungen können der Verlust geliebter Menschen durch Todesfall oder Trennung/Scheidung sein, Jobverlust oder Migration.

Für die Diagnose Depression müssen dagegen bestimmte im ICD-10 festgelegte Symptome über einen Zeitraum von mindestens zwei Wochen vorliegen.

Bei leichten depressiven Episoden versuchte man in der Regel zuerst eine alleinige psychotherapeutische Behandlung, bei mittelgradigen Episoden wird in den S7-Leitlinien entweder Psychotherapie oder medikamentöse Behandlung empfohlen und bei schweren Episoden eine Kombinationsbehandlung, hier geht es in der Regel auch nicht mehr ohne Medikamente.

Ein guter Psychiater/eine gute Psychiaterin schaut aber immer auf den Einzelfall und die Gesamtumstände und berücksichtigt die Präferenzen des Betroffenen.

(Quelle: Habe früher eine zeitlang in einer psychiatrischen Klinik gearbeitet).

Eine Bekannte von mir ist Psychotherapeutin und meinte mal, dass manche Therapeuten bei jungen Menschen, die noch auf ihre Verbeamung warten, tatsächlich lieber von sich aus die Diagnose Anpassungsstörung statt depressive Episode oder Angststörung etc. vergeben, da Anpassungsstörungen als "leichter" gelten ...

Mein Bruder (Beamter, aber kein Lehrer) hat damals während seiner Ausbildungszeit eine depressive Episode entwickelt und aus Angst um seine Verbeamung keine Therapie aufgenommen. Im Nachhinein stellte sich diese Entscheidung als nicht so gut heraus - er war dann zwar verbeamtet, hatte die Symptome aber verschleppt.

Aus eigener Erfahrung mit Depressionen kann ich nur raten, sich zeitnah Hilfe zu suchen, je eher, desto besser. Medikamente könne gerade in der Anfangsphase eine gute Stütze sein, den

Umgang mit möglichen ungesunden Denk- & Verhaltensmustern, die Auseinandersetzung mit belastenden Erinnerungen oder Gefühlen, dafür ist dann aber eine gute Psychotherapie sehr wichtig.

Alles Gute ☺