



## Wie geht es im Anschluss an eine stationäre Behandlung weiter?

Falls erforderlich und gewünscht, erarbeiten wir mit Ihnen im Rahmen unseres Entlassmanagements auch individuell auf den Einzelfall angepasste Maßnahmen zur Nachsorge. Zum Beispiel die Anbindung an einen ambulanten Psychiater oder an eine Ambulanz. Ebenso besteht die Möglichkeit, bei entsprechender Indikation, der Weiterbehandlung in unserer Tagesklinik.

## Ihr Weg zu uns

Wenn Sie sich nach Durchsicht dieser Informationen angesprochen fühlen, bei Ihnen diese Symptome aufgetreten sind und andauern, können Sie sich vertrauensvoll direkt an das Aufnahmemanagement der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie im AMEOS Klinikum St. Josef Oberhausen wenden. Ihre Angaben werden stets vertraulich behandelt.

Weitere Infos und Kontakt:

## Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

### Aufnahmemanagement

Cornelia Berger  
Tel. 0208 837-4461

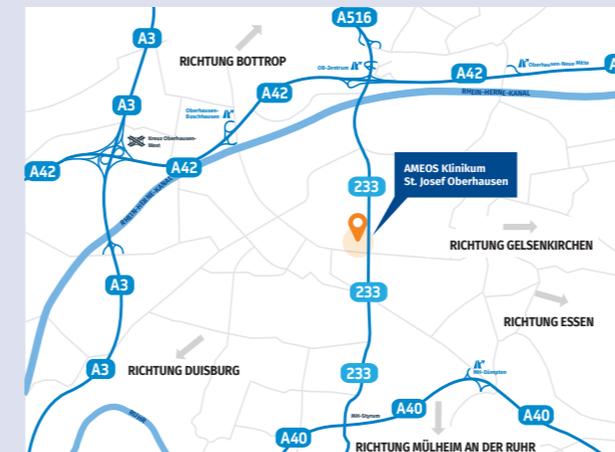
### Chefärztin

Kyriakoula Manaridou M.Sc., MPH

### Sekretariat

Mülheimer Str. 83  
46045 Oberhausen  
Tel. 0208 837-4401  
Fax 0208 837-4419  
psychiatrie.stj@ob.ameos.de

## So finden Sie uns



### Mit dem Auto

Mit dem Auto von der Autobahn A42, Abfahrt Oberhausen Zentrum, Richtung B233/Mülheimer Straße. Von der Autobahn A40, Abfahrt Mülheim Styrum, Richtung B233/Mülheimer Straße.

### Mit dem Bus

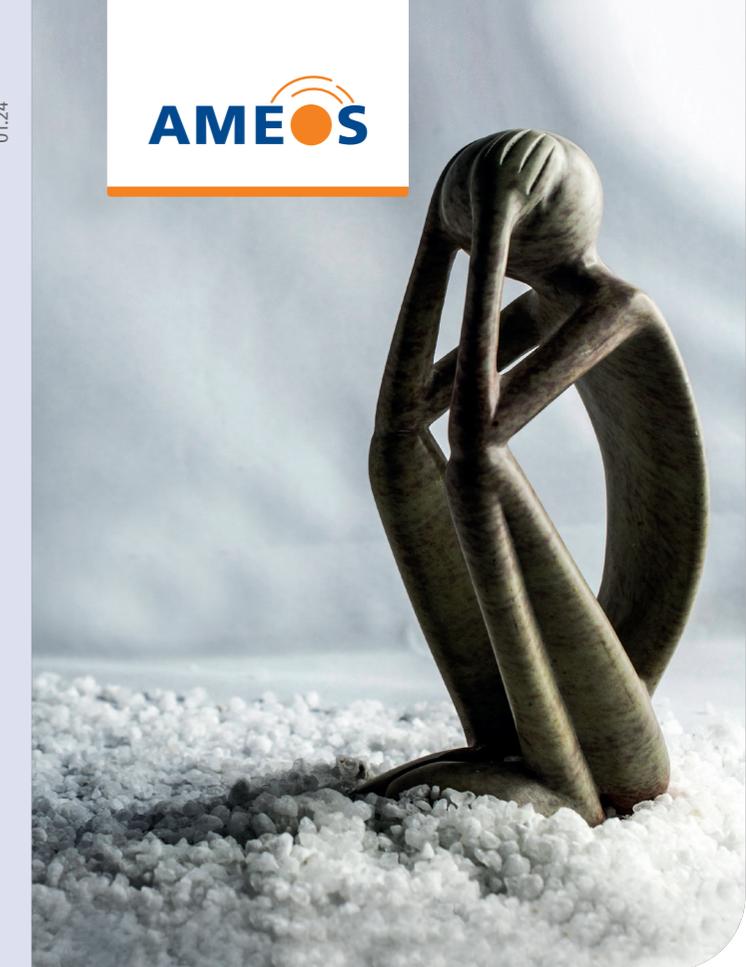
Mit Bus und Bahn erreichen Sie uns ab Oberhausen Hauptbahnhof mit der Linie 957, zwei Stationen (Richtung Grashofstraße) Haltestelle: „Marienkirche“.

AMEOS Klinikum St. Josef Oberhausen  
Klinik für Psychiatrie & Psychotherapie  
Mülheimer Str. 83  
D-46045 Oberhausen  
Tel. +49 (0)208 837-4401  
Fax +49 (0)208 837-4409  
info@ob.ameos.de  
ameos.de/oberhausen-stj

ameos.eu

AMEOS

01.24



## Depressionen Symptome - Ursachen - Behandlungsmöglichkeiten

AMEOS Klinikum St. Josef Oberhausen

Vor allem Gesundheit

ameos.eu

## Depressionen

Depression sind in unserer Gesellschaft eine häufig auftretende Erkrankung. Die Betroffenen leiden unter einer gedrückten oder trostlosen Stimmung, unter einer starken Antriebs- und Lustlosigkeit, oft auch unter Konzentrationsstörungen, Appetitlosigkeit und einem Gefühl von Leere. Die Fähigkeit sich zu freuen oder Dinge positiv zu sehen, ist stark eingeschränkt. Daraus entstehen bei den Betroffenen Schuldgefühle und das Gefühl der eigenen Wertlosigkeit.

Bei einer mittelschweren oder schweren Depression sind Sie in unserem Klinikum in den besten Händen. Mit der optimalen Kombination von Psychotherapie und Medikamenten holen wir unsere Patientinnen und Patienten schnellstmöglich wieder aus diesem Zustand heraus.



### Welche Beschwerden können darüber hinaus auftreten?

Neben Gefühlen der Niedergeschlagenheit, Trostlosigkeit, Lustlosigkeit oder Freudlosigkeit gehen Depressionen mit einer Reihe weiterer Symptome einher wie:

- Schlafstörungen
- Appetitlosigkeit
- Reduktion der Belastbarkeit
- Antriebsstörung, Rückzugsverhalten
- Konzentrations- und Gedächtnisstörungen
- vermindertes Selbstbewusstsein
- Schuldgefühle, Ängste, Gefühl einer inneren Leere
- innere Unruhe, Grübelneigung, kreisende Gedanken
- Ermüdbarkeit und Erschöpfung
- körperliche Beschwerden
- Gefühlen der Hoffnungslosigkeit bis hin zu Todeswünschen und Suizidgedanken und entsprechenden Handlungen.

### Mögliche Ursachen einer Depression

Die Ursachen depressiver Störungen sind vielfältig. Unter anderem können einschneidende Lebensereignisse, andauernde Konflikte in der Familie oder anderen wichtigen Beziehungen, Probleme bei der Arbeit, Einsamkeit, Über- oder Unterforderung am Arbeitsplatz, ungünstige Denkgewohnheiten, aber auch körperliche Erkrankungen Auslöser für eine Depression sein.

Darüber hinaus können auch bestehende Veranlagungen das Risiko einer Depression erhöhen. Eine depressive Erkrankung geht regelmäßig mit Ungleichgewichten des Hirnstoffwechsels mit seinen Botenstoffen (Neurotransmittern) einher, die eine psychotherapeutische Behandlung in Kombination mit speziell gegen Depressionen wirksamen Arzneien (Antidepressiva) sinnvoll machen können.

### Störungsspezifische Station P5

Unsere offen geführte, psychotherapeutisch orientierte Station P5 richtet sich speziell an Menschen mit allen Störungen aus dem Depressiven Spektrum.

Die Behandlung basiert auf einem Gruppenkonzept, das individuell auf die einzelnen Patientinnen und Patienten angepasst ist. Die verschiedenen therapeutischen Ansätze wie z. B. spezielle psychotherapeutische Maßnahmen oder auch Medikamente werden je nach Bedarf und Ansprache mit den betroffenen Personen individuell abgestimmt und besprochen. Der Klinikalltag ist von der Unterbringung bis zu den einzelnen Therapieangeboten auf das Gruppenkonzept abgestimmt.

Insgesamt gibt es 27 Behandlungsplätze für Patientinnen und Patienten ab einem Alter von 18 Jahren.

### Behandlungsangebot

Wir behandeln unsere Patientinnen und Patienten nach den aktuellen Leitlinien der Fachgesellschaft und erarbeiten gemeinsam mit ihnen einen individuellen Behandlungsplan.

- wöchentliche fachärztliche Visiten
- Betreuung durch ein Kompetenz-Team aus ärztlichen Psychotherapeuten, Psychologen, Sozialarbeitern, fachkompetenten Pflegekräften, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Kunsttherapeuten und anderen Sondertherapeuten
- Anwendung von Psychotherapie Verfahren:
  - Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch orientierte Psychotherapie, Schematherapie
- Individueller Behandlungsplan
  - Psychologische Gruppen: Psychoedukation Depression, Sozialkompetenz Training (SKT), Emotionsregulationstraining, Depressionsbewältigungsgruppen
- Regelmäßige Einzelgespräche mit zugeordneten Psychologen
- Physiotherapie: KGG, Einzelbehandlung, Rückenschule, Entspannungstraining, Yoga, Achtsamkeitstraining, u. a.
- Sondertherapien: Ergotherapie, Arbeitstherapie, Kunsttherapie, Bewegungstherapie
- Alltagskompetenztraining durch Fachpflegekräfte
- Aktivierende Pflege
- Belastungserprobungen
- Medikamentöse Unterstützung und Begleitung der therapeutischen Arbeit