



# Ihre Energie ist erloschen? Der Stecker ist raus?

„Ich habe mich oft hilflos gefühlt, auch extrem traurig. Ich hatte das Gefühl, ich kann meinen Alltag nicht mehr bewältigen und war völlig antriebslos“, so beschreiben viele Patientinnen und Patienten der Tagesklinik Welfenplatz ihre Gefühlslage. „Es fühlte sich an, als wäre der Stecker raus gezogen“.

Depression, Burnout und Angsterkrankungen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Die Weltgesundheitsorganisation sagt voraus, dass die Depression im Jahr 2020 die zweithäufigste Volkskrankheit sein wird. Aktuell entwickelt jeder vierte Mensch einmal in seinem Leben Anzeichen dieser Erkrankungen. Dies können traurige Stimmung, Kraftlosigkeit, Erschöpfung und Schlafstörungen sein. Aber auch körperliche Beschwerden mit Schmerzere-

ben können auftreten. Hobbys und Interessen sowie soziale Beziehungen werden vernachlässigt. Bei starker Verzweiflung können sogar Gedanken auftreten, nicht mehr leben zu wollen.

„Aus medizinisch-therapeutischer Sicht ist die Depression eine ernste Erkrankung, die das Denken, Fühlen und Handeln der Betroffenen beeinflusst“, fasst Maren Wilhelm, Leitende Ärztin der Psychosomatik im Klinikum Warendorff, zusammen. „Aber Depressionen sind gut behandelbar.“

Die Behandlung in der Tagesklinik können Patienten wahrnehmen ohne ihr gewohntes soziales Umfeld zu verlassen. Sie kommen morgens in die Klinik und kehren abends wieder nach Hause zurück. „Das bietet den großen Vorteil, Erlerntes gleich im alltäglichen Leben ausprobieren und einbinden zu können. Erfolge werden direkt spürbar“, so Wilhelm. „Die ineinandergreifenden Gruppen- und Einzeltherapien sowie der Austausch mit Mitpatienten in ähnlichen Lebenskrisen bezeichnen die Patientinnen und Patienten am Ende ihrer Therapie als sehr hilfreich.“



Maren Wilhelm, Leitende Ärztin

Das verhaltenstherapeutische Behandlungsangebot ist achtsamkeitsbasiert. Die Patientinnen und Patienten lernen, ihre eigene Erkrankung zu verstehen und erhalten konkrete Anleitung, diese zu bewältigen. Stresstoleranz und Selbstwert werden trainiert und Entspannungsverfahren eingeübt. Alltagsstrukturen für die Zeit nach der Behandlung werden aufgebaut und gefestigt.

Interesse? Wir laden Sie herzlich ein, unsere Informationsveranstaltung unverbindlich zu besuchen, um sich einen Eindruck zu verschaffen. Anmeldung hierfür unter: 0511 70 04 09 - 0

## Auch interessant:



Hallo  
Niedersachsen

Depression:  
Hilfe in der Tagesklinik



Neue  
Presse

Schicksal Depression



**KLINIKUM WAHRENDORFF** | Das Fachkrankenhaus für die Seele

Tagesklinik Welfenplatz | Lützerodestraße 12 | 30161 Hannover

TK-Welfenplatz@warendorff.de | Zentrales Aufnahmemanagement ☎ 05132 90 29 29

www.warendorff.de