

01.04.2019

## Infobrief zum Thema Depression

Liebe Eltern,

Depressionen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Im Jugendalter kommt es zu einem starken Ansteigen depressiver Erkrankungen, insbesondere bei den Mädchen. Insgesamt leiden etwa 4-10 % aller Jugendlichen unter einer behandlungsbedürftigen Depression.

Depressive Erkrankungen kommen in allen sozialen Schichten vor und sind kein Zeichen von Schwäche. Sie stellen jedoch ein ernstzunehmendes Problem dar, denn bleiben sie unbehandelt, kann dies schwerwiegende Folgen nach sich ziehen. Aus diesem Grund kommt der Früherkennung eine besonders hohe Bedeutung zu.

Folgende Anzeichen können auf das Vorliegen einer Depression hinweisen:

- traurige, niedergeschlagene Stimmung,
- Antriebslosigkeit,
- Reizbarkeit in hohem Ausmaß,
- Vernachlässigung oder Rückzug von Hobbys oder alterstypischen Aktivitäten,
- Absinken der Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit,
- mangelnder oder gesteigerter Appetit, dadurch auch Gewichtsverlust bzw. -zunahme,
- Schlafstörungen,
- körperliche Beschwerden wie Bauchweh oder Kopfschmerzen,
- starke und unbegründete Selbstvorwürfe oder Schuldgefühle sowie
- Gedanken an den Tod, Selbstmordabsichten oder -versuche.

Wenn Sie bei Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter einige dieser Anzeichen über mehrere Wochen hinweg feststellen, sollten Sie in jedem Fall professionelle Hilfe in Anspruch nehmen.<sup>1</sup> Nur ein (Fach-)Arzt kann eine Depression diagnostizieren bzw. diese ausschließen.

Erster Ansprechpartner sollte der Kinder- und Jugendarzt bzw. Hausarzt sein. Kann er keine organischen Ursachen für die Beschwerden Ihres Kindes finden (z.B. Schilddrüsenerkrankung), sollten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind einen Kinder- und Jugendpsychiater oder einen Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten aufsuchen. Diese sind Spezialisten für die Diagnostik und Behandlung von psychischen Problemen bei Kindern und Jugendlichen. Adressen von Psychiatern und Therapeuten in Ihrer Region finden Sie über die Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg (<https://www.kvbawue.de/>).

---

<sup>1</sup> Bei akuten Suizidgedanken und/oder -handlungen sollten Sie nicht mehrere Wochen abwarten, sondern Ihr Kind unverzüglich in der Kinder- und Jugendpsychiatrie des Städtischen Klinikums Karlsruhe vorstellen (Südliche Hildapromenade 7, 76133 Karlsruhe, 0721/974-3901 oder 0721/974-3906).

In jedem Fall sollten Sie zeitnah reagieren, denn je früher eine Depression diagnostiziert und behandelt wird, desto besser sind die Heilungschancen.

Für weitere Informationen sowie Unterstützung dürfen Sie gern Kontakt mit mir aufnehmen (07202/9302-75, Annik.Raedle@karlsbad.de). In einem persönlichen Gespräch können wir die individuelle Situation Ihres Kindes erörtern und besprechen, welche weiteren Schritte sinnvoll sind.

Mit freundlichen Grüßen

Annik Rädle

Schulsozialarbeiterin

Realschule und Gymnasium Karlsbad

Verwendete Quellen:

- Groen, G. et al. (2012): Ratgeber Traurigkeit, Rückzug, Depression. Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher. Hogrefe-Verlag.
- Heinemann, E. & Hopf, H. (2008): Psychische Störungen in Kindheit und Jugend. Kohlhammer.
- <https://www.fideo.de/>