

Diagnostische Einteilung der Depressionen

- 1. Die phasenhafte Depression** beginnt allmählich oder plötzlich, dann löst sie sich wieder auf und man fühlt sich wieder wie früher.
Einerseits besteht eine gewisse biologische Vulnerabilität (Neigung), andererseits können auch äußere Belastungsfaktoren eine Depression (mit) auslösen. Auch wenn ein äußerer Anlass vorliegt, kann man allerdings nicht sicher sagen, daß die depressive Episode nur aufgrund dieser Belastung aufgetreten ist.
 - ▶ Man unterscheidet daher die phasenhafte Depression nur nach Häufigkeit (Ersterkrankung oder Mehrfacherkrankung) und Schweregrad (leicht, mittelgradig, schwer mit bzw. ohne wahnhafte Überzeugungen).
 - ▶ Mit zunehmender Häufigkeit oder auch Regelmäßigkeit depressiver Episoden wird der biologische Anteil an der Erkrankung immer höher.
 - ▶ Wenn auch manische Erkrankungen auftreten, handelt es sich um eine bipolare (manisch-depressive) Störung. Zeigen sich im ganzen Verlauf nur depressive Phasen, nennt man diese Erkrankung „unipolar“ (nur ein Pol, nämlich die Depression).
- 2. Depressive Symptome** aufgrund einer schweren **Belastungssituation** sind normal; wenn sie jedoch schwerer sind als üblich oder länger andauern, so kann auch hier eine individuelle Neigung oder „Vulnerabilität“ eine wichtige Rolle spielen. Diagnostisch handelt es sich dann um eine kurze depressive Reaktion (bis zu einem Monat) oder um eine längere depressive Reaktion (nicht länger als 2 Jahre).
- 3. Dauern leichte depressive Symptome** über Monate oder manchmal auch Jahre an, mit dazwischen liegenden Perioden von Tagen oder Wochen, in denen das Befinden gut ist, so handelt es sich um eine **Dysthymie**. Sie hat häufig auch lebensgeschichtliche Ursachen, z. B. liegen die Wurzeln oft in der Kindheit.
- 4. Depressionen** können auch **organisch** bedingt sein. Sie stehen dann in direktem Zusammenhang mit einer körperlichen Erkrankung (z. B. Schädel-Hirn-Trauma, Schlaganfall, Unterfunktion der Schilddrüse, Alkoholmißbrauch etc.). Damit ist nicht die emotionale Reaktion auf eine körperliche Erkrankung gemeint.