



## Depressionen

# Spezialisierte Behandlung in unserer Klinik

In unserer Oberberg Fachklinik Weserbergland stehen wir Ihnen mit einem umfassenden Ansatz zur Behandlung von Depressionen zur Seite. Wir verstehen, dass Depressionen eine komplexe Erkrankung sind, die individuelle Lösungen erfordert. Unser multidisziplinäres Team aus erfahrenen Fachkräften steht bereit, um Sie auf Ihrem Weg zur Genesung zu unterstützen.

## Ihr Behandlungsteam

# Fachlich hochqualifiziert, menschlich vertrauensvoll

Der wichtigste Schlüssel zum Erfolg in der klinischen Psychotherapie ist ein gut eingespieltes, professionelles Team. Unsere ÄrztInnen, TherapeutInnen sowie Pflege- und Servicekräfte verfügen über eine fundierte fachliche Expertise – und agieren stets engagiert, herzlich und einfühlsam.

---

## Unsere Klinikleitung



**PD Dr. med. Maximilian Deest**  
Chefarzt



**Mareike Keuchel**  
Kaufmännische Direktorin

---

## Unser ärztliches und therapeutisches Team besteht aus:

- FachärztInnen für Psychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie und Innere Medizin
- Psychologischen PsychotherapeutInnen
- sowie einem großen Team aus FachtherapeutInnen (Psychiatrische Fachkrankenpflege, Kunsttherapie, Sport- und Bewegungstherapie, Körpertherapie)

## Was sind Depressionen?

Depressionen sind eine ernsthafte psychische Erkrankung, die sich durch anhaltende Gefühle von Niedergeschlagenheit, Hoffnungslosigkeit und Interessenverlust auszeichnet. Sie können das alltägliche Funktionieren einer Person stark beeinträchtigen und verschiedene Bereiche des Lebens beeinflussen, einschließlich der zwischenmenschlichen Beziehungen, der Arbeit und der körperlichen Gesundheit. Depressionen können viele Ursachen haben, darunter genetische Veranlagung, neurochemische Ungleichgewichte im Gehirn, traumatische Ereignisse oder belastende Lebenssituationen. Es ist wichtig zu verstehen, dass Depressionen eine ernstzunehmende Erkrankung sind, die professionelle Hilfe erfordert. Mit rechtzeitiger Diagnose und angemessener Behandlung können wir in vielen Fällen einen vollständigen Rückgang der Symptome erreichen.

Die Therapieleitlinien empfehlen je nach Schwere der Erkrankung Psychotherapie, Medikamente oder eine Kombination beider Verfahren. Ambulante Behandlungen reichen nicht immer aus, um aus der Depressionsspirale „auszubrechen“, zudem gibt es bei der ambulanten Psychotherapie oft lange Wartezeiten.

## Unsere Philosophie

Unsere Philosophie basiert auf einem ganzheitlichen Ansatz zur Behandlung von Depressionen. Wir glauben an die Bedeutung einer individuellen Betreuung, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten ist. Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt und wir arbeiten eng mit Ihnen zusammen, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen.

### Der Dreiklang aus Mensch, Wissenschaft und Atmosphäre

Unser Therapieerfolg basiert auf drei Komponenten, die immer individuell zu einer harmonischen Therapieeinheit vereint werden: Mensch, Wissenschaft und Atmosphäre. Nur wenn alle drei Komponenten perfekt aufeinander abgestimmt sind, ist die Grundvoraussetzung für den Therapieerfolg gegeben.

Einer unserer Kernwerte lautet **Menschlichkeit**. Das bedeutet für uns: Jeder aus unserem Team handelt achtsam, herzlich und vertrauensvoll.



## Unser Behandlungsansatz

Unser Behandlungsansatz umfasst, in Einklang mit den Therapieleitlinien, eine Kombination aus verschiedenen Therapiemethoden, darunter:

### Psychotherapie:

Unsere qualifizierten Therapeuten bieten eine Vielzahl von Therapieansätzen an, darunter kognitive Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, interpersonelle Therapie, Schematherapie und Achtsamkeitsbasierte Therapien. Wir passen unsere Therapieansätze an Ihre individuellen Bedürfnisse an, um Ihnen zu helfen. Dabei erhalten sie intensive Einzelpsychotherapiesitzungen (i.d.R. 3 Sitzungen pro Woche), sowie Gruppentherapiesitzungen (i.d.R. 3 Sitzungen pro Woche). Außerdem bieten wir zusätzlich ein umfassendes gruppentherapeutisches Angebot (Depressionsgruppen, Angstgruppen, Soziales Kompetenztraining, Akzeptanz- und Commitment-Therapie)

### Medikamentöse Therapie:

In vielen Fällen kann die medikamentöse Behandlung eine wichtige Rolle bei der Bewältigung von Depressionen spielen. Unsere erfahrenen Ärzte werden sorgfältig Ihren Fall prüfen und gegebenenfalls eine medikamentöse Therapie empfehlen, die speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist.

### Biologische Therapien:

Zu den biologischen Therapieverfahren gehören neben der medikamentösen Therapie auch neuromodulatorische Verfahren wie die repetitive transkranielle Magnetstimulation (rTMS). Ein weiteres biologisches Therapieverfahren, das sich als wirksam bei der Behandlung von Depressionen erwiesen hat, ist die Lichttherapie. Diese Therapieform nutzt spezielle Lampen, die helles Licht emittieren, um den natürlichen Lichtzyklus des Körpers zu regulieren und die Stimmung zu verbessern.

### Alternative Therapien:

Ergänzt werden unsere traditionellen Therapiemethoden durch verschiedene Fachtherapien wie Gestaltungstherapie und Körpertherapie. Weiterhin bieten wir verschiedene Entspannungstechniken. Eine intensive sportmedizinische Behandlung ergänzt das Behandlungsangebot und hilft ihnen, Stress abzubauen und Ihre emotionale Gesundheit zu verbessern. Zudem bieten wir auch tiergestützte Therapie (z.B. Pferdetherapie, Hundetherapie) an.

### Die Behandlung umfasst wöchentlich\*

- bis zu 3 psychologische Einzelgespräche
- 3 Gruppeneinheiten à 100 Minuten
- 2 Gruppenstunden Psychoedukation zur Depression
- 2 Gruppenstunden einer „Wahlgruppe“
- Wöchentliche ärztliche Visiten beim Chefarzt oder einem der Oberärzte und ärztliche Sprechstunden nach Bedarf
- Gestaltungs- und Achtsamkeitsbasierte Körpertherapie in Gruppe und ggf. auch in Einzeltherapie
- Angeleitete Entspannungsverfahren
- Sporttherapie

Dabei bauen alle Bausteine aufeinander auf und bilden zusammen ein allumfassendes Konzept zum Weg in das befreitere Leben.

*\* Reguläres Therapieprogramm. Abweichungen hiervon, z.B. durch Krankheitsausfälle, möglich.*

## Unsere Expertise bei chronischen Depressionen und therapieresistenten Verläufen

Bei chronischen Depressionen handelt es sich um langanhaltende depressive Symptome, die oft schwer zu behandeln sind und eine kontinuierliche Unterstützung erfordern. Therapierefraktäre Depressionen bezeichnen eine Form von Depressionen, die trotz wiederholter Behandlungsversuche mit unterschiedlichen Therapiemethoden nicht auf die übliche Weise ansprechen. Es handelt sich um eine besonders herausfordernde Art von Depressionen, da die Symptome trotz angemessener und konsequenter Behandlung fortbestehen oder sich sogar verschlimmern können. Die Behandlung therapierefraktärer Depressionen erfordert in der Regel eine differenzierte Herangehensweise und eine sorgfältige Abwägung verschiedener Therapieoptionen. Dazu können **innovative Behandlungsmethoden wie neuromodulatorische Verfahren** (z. B. transkranielle Magnetstimulation) die Optimierung der medikamentösen Therapie oder **intensive psychotherapeutische Interventionen** gehören. Eine ganzheitliche Behandlung, die auch **Lebensstiländerungen, Stressmanagement und soziale Unterstützung** umfasst, kann ebenfalls von entscheidender Bedeutung sein. Wir sind ausgewiesene Experten in der Behandlung von therapieresistenten Depressionen und bieten Ihnen das benötigte Umfeld, das Fachwissen und die Empathie, um sie auf Ihren Weg aus einer langjährigen Depression zu unterstützen.



## Repetitive Transkranielle Magnetstimulation zur Behandlung der Depression

Die repetitive transkranielle Magnetstimulation (rTMS) ist eine nicht-invasive Behandlungsmethode, die bei der Behandlung von Depressionen eingesetzt wird. Sie ist eine sichere und gut verträgliche Behandlungsmethode, die in der Regel keine nennenswerten Nebenwirkungen hat. Sie kann auch für PatientInnen in Betracht gezogen werden, die auf herkömmliche Behandlungen nicht ansprechen oder sie nicht vertragen. Die Effektivität von rTMS bei der Behandlung von Depressionen wurde in zahlreichen Studien nachgewiesen. Unsere Klinik verfügt über langjährige Erfahrung in der Anwendung von rTMS als Teil unserer Behandlungsmöglichkeiten für Depressionen. Unsere Fachkräfte sind speziell ausgebildet und haben umfangreiche Erfahrung in der Durchführung dieser innovativen Therapiemethode.

### Wie lange dauert ein Aufenthalt?

Die Länge des Aufenthalts kann je nach den individuellen Umständen variieren. Einige PatientInnen bevorzugen möglicherweise einen kurzen, intensiven Aufenthalt, während andere von einem längeren, kontinuierlichen Behandlungsverlauf profitieren können. Unser erfahrenes Team arbeitet eng mit Ihnen zusammen, um die optimale Dauer Ihres Aufenthalts zu bestimmen und ein maßgeschneidertes Behandlungsprogramm zu entwickeln, das Ihren Bedürfnissen entspricht.

Unser Ziel ist es, Ihnen die bestmögliche Behandlung und Unterstützung zu bieten, unabhängig davon, ob Sie nur für einige Wochen oder für einen längeren Zeitraum bei uns bleiben. Wir sind hier, um Sie auf Ihrem Weg zur Genesung zu begleiten und Ihnen dabei zu helfen, ein erfülltes und gesundes Leben wiederzugewinnen. Bitte zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren, um mehr über unsere individualisierten Programme zu erfahren und Ihren Aufenthalt zu planen.

Wir planen ihren Aufenthalt

## Rufen Sie uns gern an oder schreiben Sie uns eine E-Mail

In den Oberberg Kliniken behandeln wir Privatversicherte, Beihilfeberechtigte, Selbstzahlende und unter bestimmten Voraussetzungen auch gesetzlich Versicherte. Bei Interesse beraten wir Sie gern telefonisch über die Aufnahmemodalitäten, Therapiekonzepte, Behandlungsschwerpunkte sowie die Räumlichkeiten unserer Klinik.

---

### Oberberg Fachklinik Weserbergland

Brede 29

32699 Extertal-Laßbruch

Telefon +49 5754 782 959 42

weserbergland@oberbergkliniken.de

[www.oberbergkliniken.de/weserbergland](http://www.oberbergkliniken.de/weserbergland)



### Interessieren Sie sich für eine andere Oberberg Klinik oder für eines unserer Oberberg City Center?

Informieren Sie sich einfach auf unserer Website:

[www.oberbergkliniken.de/fachkliniken](http://www.oberbergkliniken.de/fachkliniken)

[www.oberbergkliniken.de/citycenter](http://www.oberbergkliniken.de/citycenter)

