

Die Depression ist keine ausweglose Erkrankung – Hilfe und Heilung sind möglich. Manfred Wolfersdorf hat in diesem Buch aufgeschrieben, was er im Laufe der Arbeit mit Depressionskranken als wichtig und hilfreich erfahren hat. Anhand von Beispielen macht er das depressive Erleben nachfühlbar und erklärt, welche Ursachen für die Krankheit man heute kennt. Ausführlich geht er auf die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten, auf Psychotherapie, die Bedeutung von Angehörigen und die Wirkungen der Antidepressiva ein. Ganz praktisch wird berichtet, welche Fehler Ärzte und Patienten im Umgang mit der Krankheit machen, aber nicht machen sollten, wann es sinnvoll ist, den Arbeitgeber zu informieren und was Angehörige und Freunde zur Unterstützung tun können. Ein Anhang mit den Depressionsstationen in Deutschland und der Schweiz informiert, wo es derartige Spezialstationen für Depressive gibt.