

# Ihr Patient leidet nicht unter einer Depression

## STEP 1: Subklinische Symptomatik

Ihr Patient/Ihre Patientin leidet nicht unter einer depressiven Episode. Bestehen keine Symptome einer Depression, so ist eine Depressionsbehandlung nicht nötig. Wenn einige Symptome bestehen, die jedoch nicht für das Stellen einer Diagnose ausreichen, es sich also um eine subklinische Symptomatik handelt, so ist es ratsam, die Symptomatik innert zwei Wochen erneut zu überprüfen. In der Fachsprache nennt man dieses Vorgehen «Begleitendes Abwarten» (watchful waiting). Nach spätestens zwei Wochen sollte der Patient/die Patientin den PHQ-9-Fragebogen erneut ausfüllen und zur Konsultation mitbringen.

### Monitoring

Solange eine depressive Symptomatik (auch subklinisch) besteht, bitten wir Sie, Ihren Patienten/Ihre Patientin vor jeder Konsultation den [PHQ-9-Fragebogen](#) ausfüllen zu lassen (maximal einmal pro Woche). Damit lässt sich evaluieren, wie sich die depressive Symptomatik verändert. Klingt die Symptomatik während dem begleitenden Abwarten nach spätestens zwei Wochen nicht ab, empfehlen wir ein Stepping Up auf STEP 2, bei deutlicher Zustandsverschlechterung ggf. höher. Den PHQ-9-Fragebogen finden Sie [hier](#).

### Fortbildung Stepped Care Kanton Bern

In der Fortbildung vertiefen Sie Ihr Wissen über die verschiedenen Formen depressiver Störungen und erfahren, welche psychotherapeutischen, pharmakologischen sowie ergänzenden Ansätze wirksam sind. Wir zeigen Ihnen einen Behandlungsalgorithmus der Pharmakotherapie und geben Ihnen hilfreiche Informationen zum Umgang mit suizidgefährdeten Personen. Nutzen Sie die Gelegenheit, den Fachpersonen Fragen zu stellen und sich untereinander auszutauschen. Die Fortbildung dauert vier Stunden und ist kostenlos.

### Weitere Informationen zur Fortbildung:

PZM Stepped Care Beratungsstelle  
Hunzigenallee 1  
3110 Münsingen  
031 720 83 33  
Montag – Freitag, 9.00 – 12.00 / 13.00 – 16.00 Uhr  
[steppedcare@pzmag.ch](mailto:steppedcare@pzmag.ch)