

Ihr Patient leidet an einer schweren Depression

STEP 4a: Ambulante Behandlung bei schwerer depressiver Episode

Bei einer schweren depressiven Episode empfehlen wir eine Kombinationstherapie aus Psychotherapie und Pharmakotherapie. Sollte eine Patientin/ein Patient nicht für eine Kombinationstherapie motiviert werden können, wird die Monotherapie (gleichermaßen Psychotherapie oder Pharmakotherapie) empfohlen. Die gewählte Intervention kann durch Onlinetherapie und/oder Bibliothherapie ergänzt werden. Prüfen Sie zudem biologische Verfahren wie Lichttherapie oder Elektrokonvulsionstherapie (EKT). Die Indikationsüberprüfung bezüglich biologischer Verfahren kann auf Wunsch durch die PZM Stepped Care Beratungsstelle durchgeführt werden.

Pharmakotherapie

Als Hausarzt/Hausärztin steht es Ihnen frei, die Pharmakotherapie selbst zu übernehmen oder diese der PZM Stepped Care Beratungsstelle zu übergeben. In der Stepped Care-Fortbildung vermitteln wir Ihnen Wissen zur medikamentösen Behandlung einer Depression und zeigen Ihnen einen leitlinienbasierten Behandlungsalgorithmus der Pharmakotherapie auf.

Psychotherapie

In der Psychotherapie werden verschiedene, wissenschaftlich erprobte und wirksame Therapiemethoden angewendet. Die Behandlung wird an die individuellen Bedürfnisse der Patienten/Patientinnen angepasst. Die Psychotherapie strebt eine Änderung der aktuellen Lebensorganisation und der Beziehungsgestaltung an: eine Änderung der Beziehung zu sich selber, zur Vergangenheit, zum eigenen Wertesystem, zu den Angehörigen

oder zu den Mitmenschen. In einer Psychotherapie lernen Patientinnen/Patienten unter anderem, flexibler mit sich und ihren persönlichen Problemen umzugehen. Bei der psychotherapeutischen Praxisstelle der Universität Bern sowie bei der PZM Stepped Care Beratungsstelle erhalten Sie in kurzer Zeit einen Therapieplatz für Ihren Patienten/Ihre Patientin. Zuweisungen machen Sie unkompliziert über die folgenden beiden Adressen:

Psychotherapeutische Praxisstelle der Universität Bern

Gesellschaftsstrasse 49, 3012 Bern
031 631 45 81
ptp@ptp.unibe.ch

Die Übernahme der Kosten an der Praxisstelle hängt davon ab, ob eine Zusatzversicherung der Krankenkasse oder eine andere Versicherung diese teilweise übernimmt.

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

Die Kosten der Behandlung in der PZM Stepped Care Beratungsstelle werden von der Grundversicherung der Krankenkasse übernommen.

Biologische Massnahmen

Beispiele für biologische Verfahren sind Lichttherapie oder Elektrokonvulsionstherapie (EKT). Eine Abklärung, ob biologische Massnahmen indiziert sind, übernimmt die PZM Stepped Care Beratungsstelle.

Bibliothherapie

Viele an Depressionen erkrankte Personen

profitieren von Ratgeberlektüre. Wir empfehlen diese beiden Bücher:

Gudrun Görlitz: Selbsthilfe bei Depressionen

Jg. 2015, 150 Seiten, Klett-Cotta, ca. CHF 23.00

Das Buch besticht durch viele Übungen, die depressiven Patienten helfen, die Depression zu überwinden. Die Selbsthilfe steht im Vordergrund.

Daniel Illy: Ratgeber Depression

Jg. 2015, 94 Seiten, Urban & Fischer, ca. CHF 29.00

Das Buch besticht durch einen sehr guten Überblick über das Störungsbild einer Depression sowie über die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten. Hinzu kommen viele Anregungen, wie sich depressive Personen selbst helfen können, um die Depression zu überwinden.

Monitoring

Wir bitten Sie, Ihren Patienten/Ihre Patientin vor jeder Konsultation den PHQ-9-Bogen ausfüllen zu lassen (maximal einmal pro Woche). Damit lässt sich evaluieren, wie sich die depressive Symptomatik verändert. Sollte sich die Symptomatik nach den STEP 4a-Interventionen innert drei Monaten nicht um mindestens 50 Prozent verringern (Response), sollte ein Stepping Up auf STEP 4b erfolgen. Bei einem Stepping Up erwägen Sie gemeinsam mit dem Patient/der Patientin eine stationäre oder teilstationäre Behandlung. Besprechen Sie neben der Veränderung der Symptomatik mögliche Nebenwirkungen und die Verträglichkeit der gewählten Interventionen. Den PHQ-9-Fragebogen finden Sie [hier](#).

Merke: Sobald die psychotherapeutische Praxisstelle der Universität Bern oder das PZM-Ambulatorium Teile der Behandlung übernehmen, erfolgt das Monitoring durch diese Institutionen.

Zwischenevaluation

Eine erste Wirkungsprüfung erfolgt nach einem Monat. Zu diesem Zeitpunkt sieht man, ob es zu einem frühzeitigen Therapieerfolg (early

response) kommt. Sollte dies nach einem Monat nach Therapiebeginn nicht der Fall sein, muss das Vorgehen nicht sofort zwingend angepasst werden. Dennoch sind Änderungen der Intervention möglich.

Evaluation

Nach drei Monaten findet erneut eine Wirkungsprüfung statt. Bei fehlendem Response trotz Kombinationstherapie aus Psychotherapie und Pharmakotherapie (Symptomreduktion < 50 %) empfehlen wir ein Stepping Up auf STEP 4b. Erwägen Sie gemeinsam mit dem Patienten/der Patientin eine stationäre oder teilstationäre Behandlung. Projektpartner für die stationäre Behandlung ist die PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG. Stationäre und teilstationäre Angebote im Kanton Bern 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 auf 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 4 Stunden und ist kostenlos. Weitere Informationen zur Fortbildung erhalten Sie hier:

PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG

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

Ihr Patient leidet an einer schweren Depression

STEP 4b: Stationäre oder teilstationäre Behandlung bei schwerer depressiver Episode

Entscheiden Sie sich gemeinsam mit Ihrem Patienten/Ihrer Patientin für eine stationäre oder teilstationäre Behandlung, bietet die PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG als Projektpartnerin eine stationäre Behandlung an. Stationäre und teilstationäre Angebote im Kanton Bern finden Sie [hier](#).

Kommt es zu einer stationären oder teilstationären Behandlung, wird die gesamte Behandlung sowie das Monitoring durch die entsprechende Klinik übernommen. Dabei spielt die gute Zusammenarbeit zwischen Ihnen und der entsprechenden Klinik eine wichtige Rolle. Ausserdem ist der reibungslose Übergang vom ambulanten ins stationäre oder teilstationäre Setting und umgekehrt bedeutend für den Therapieerfolg.

Eine stationäre oder teilstationäre Behandlung ist insbesondere bei den folgenden Umständen indiziert:

- Bedarf an einer intensiven psychiatrischen/psychosomatischen bzw. psychotherapeutischen Behandlung
- Erfolglose ambulante Therapie
- Behandlungsgefährdende psychosoziale Probleme
- Chronifizierungsgefahr

Eine stationäre Behandlung ist insbesondere bei Vorhandensein der folgenden Umstände indiziert:

- Akute Suizidalität, anderweitige Selbstgefährdung und/oder Fremdgefährdung
- Medizinischer Versorgungsbedarf nach einem Suizidversuch
- Ausgeprägte psychotische Symptome

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 auf 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 4 Stunden und ist kostenlos. Weitere Informationen zur Fortbildung erhalten Sie hier:

PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG 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