

## DEPRESSIONEN UND ANGSTERKRANKUNGEN



Die störungsspezifischen Behandlungsangebote für Depressions- und Angsterkrankungen sind im Zentrum für Depressionen, Angsterkrankungen und Psychotherapie zusammengefasst.

### **Behandlungsangebot**

Depressionen und Angsterkrankungen gehen immer mit seelischen, körperlichen und sozialen Veränderungen einher. Zeitgemässe psychiatrische Behandlung bedarf eines multimodalen und multiprofessionellen Ansatzes. Die universitäre Spezialisierung auf Affekterkrankungen erlaubt den Einsatz moderner Verfahren.

Medizinisch-biologische Therapiemethoden, psychotherapeutische Verfahren und soziotherapeutische Angebote bilden die Grundlagen der Behandlung. Eine personenorientierte, individualisierte Behandlungsplanung mit klinik- und stationsspezifischem Angebot wird mit den Patientinnen und Patienten in Einzel- und Standortgesprächen besprochen und koordiniert. Die Auswahl und der Umfang

der Therapien werden der Situation entsprechend im Behandlungsverlauf angepasst.

Grundlage der Behandlung ist eine beziehungsorientierte und ressourcenaktivierende Haltung. Ziele der Behandlung sind die Remission und gegebenenfalls eine Krisenbewältigung. Bei spezifischer Indikation und für einen begrenzten Zeitraum besteht die Möglichkeit, tagesklinisch am Angebot teilzunehmen.

### **Therapien**

Die *psychotherapeutische Einzeltherapie* fusst auf einem individuellen Verständnis der Erkrankung. Ziel ist es, persönliche Ressourcen zu aktivieren, um den Heilungsprozess zu begünstigen. Die depressionsbeeinflussenden Denk- und Verhaltensmuster werden gezielt angegangen. Angehörige und andere Bezugspersonen werden wenn möglich in die Behandlung mit einbezogen.

In der *Gruppen-Psychotherapie* wird ein vertrauensvoller Erfahrungsaustausch über den Umgang mit der Krankheit, über entlastende Bewältigungsformen und die lebenspraktische Anwendbarkeit angestossen.

In der *Psychoedukationsgruppe* werden Informationen zu den Themen „Depression“ und „Angsterkrankung“ sowie deren Behandlung vermittelt mit dem Ziel, das Krankheitsverständnis und den selbstverantwortlichen Umgang mit der Krankheit zu fördern.

In der *Achtsamkeitsgruppe* lernen Patientinnen und Patienten Ziel und Wirkung von Achtsamkeit kennen, finden einen Zugang zu den eigenen Ressourcen und entwickeln ein stärkeres Gefühl von Lebendigkeit.

### **Weitere Therapieangebote**

In der *Ergotherapie* erweitern die Patientinnen und Patienten in Einzel- und Gruppentherapien ihre Handlungs- und Sozialkompetenzen. Es werden handwerkliche und gestalterische Arbeiten oder alltagsorientierte Betätigungen angeboten.

In der *Tanz- und Bewegungstherapie* erweitern Patientinnen und Patienten in Einzel- und Gruppentherapien den Zugang zum eigenen Körpererleben und arbeiten mit Elementen der Bewegung und der Wahrnehmung.

Die *Physiotherapie* verfolgt in Einzel- und Gruppentherapien die Wiederherstellung der körperlichen Funktionsfähigkeit.

1000/08.2014

Psychiatrische Universitätsklinik Zürich  
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie  
und Psychosomatik  
Zentrum für Depressionen, Angsterkrankungen  
und Psychotherapie

### **Station C1 für Depressionen und Angsterkrankungen**

Lenggstrasse 31, Postfach 1931  
8032 Zürich  
Telefon +41 (0)44 384 32 20  
Telefax +41 (0)44 383 44 56  
Zentrale +41 (0)44 384 21 11  
stationc1@puk.zh.ch  
www.pukzh.ch

Direktor Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie  
und Psychosomatik:  
Prof. Dr. med. Erich Seifritz

In der *Musiktherapie* beschäftigen sich die Patientinnen und Patienten in Einzel- und Gruppentherapien mit rezeptiven Formen (zum Beispiel Klangreisen, Musik hören) und aktiven Formen (zum Beispiel freie Improvisation).

Die *Arbeitstherapie* übernimmt die arbeitsdiagnostische Potenzialabklärung von Patientinnen und Patienten im erwerbsfähigen Alter.

Die Fachpersonen des Bereichs *Soziale Arbeit* bieten Beratung zu Rechts- und Versicherungsfragen oder zu Wohn-, Arbeits- und Freizeitsituationen.

### **Biologische Therapien**

Im Zentrum der medikamentösen Therapie steht die Behandlung mit Antidepressiva. Daneben setzen wir auch spezielle Therapien ein (z.B. Schlafentzug, Lichttherapie und Elektrokonvulsionstherapie).

### **Behandlungsteam**

Das Behandlungsteam ist multiprofessionell und setzt sich aus Ärztinnen und Ärzten sowie Fachpersonen aus Pflege, Therapien und Soziale Arbeit zusammen.

Die Psychiatrische Universitätsklinik Zürich verfügt ferner über einen Internistischen Dienst (inkl. Labor, Röntgen, EEG) und eine Ernährungsberatung.

### **Anmeldung**

Die Anmeldung erfolgt in der Regel über die vorbehandelnden niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte telefonisch oder schriftlich. Es sind sowohl Notfall- wie Wahleintritte möglich.

### **Kosten**

Die Behandlungskosten werden von den Krankenkassen übernommen.