Stationsfuchs
von Meshor

SPICKZETTEL

PSYCHIATRIE & PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Depression erkennen: Symptome, Beobachtung und Gespräch

FACHLICH GEPRÜFT 18.11.2026

> MERKE
> Eine Depression ist eine Erkrankung und keine Charakterschwäche. Sie ist gut behandelbar, wenn sie erkannt wird.

Kurz zusammengefasst

- Hauptsymptome: gedrückte Stimmung, Interessen- und Freudlosigkeit, Antriebsmangel.
- Dazu kommen Zusatzsymptome wie Schlafstörungen, Schuldgefühle, Konzentrationsprobleme und Suizidgedanken.
- Die Beschwerden bestehen mindestens zwei Wochen.
- Trauer ist an einen Verlust gebunden und kommt in Wellen, eine Depression ist gleichförmig und betrifft auch das Selbstwertgefühl.
- Beobachte konkret, dokumentiere ohne Deutung und sprich die Stimmung offen an.
- Frag bei Hoffnungslosigkeit nach Suizidgedanken und informiere das Team.

GANZER BEITRAG · ERKLÄRUNGEN · QUELLEN

stationsfuchs.de/blog/depression-erkennen

Kostenlos lernen ohne Anmeldung: Quiz, Laborwerte, Pflegeplanung und mehr auf stationsfuchs.de

Lernhilfe für die Ausbildung. Ersetzt keine Leitlinie, keinen Standard und keine ärztliche Anordnung.
Darf frei kopiert, gedruckt und weitergegeben werden. Nicht verändern, nicht verkaufen. © Meshor GmbH