

Therapeutische Interventionen

Die Therapie der Depression besteht aus einer Kombination von Psychotherapie, psychopharmakologischer Behandlung und ergänzenden Therapieformen.

- **Psychotherapieverfahren:** Kognitive Verhaltenstherapie, Interpersonelle Psychotherapie (IPT), Cognitive Behavioral Analysis System (CBASP), psychodynamische Psychotherapie, Systemische Therapie, Gesprächspsychotherapie
- **Psychopharmakotherapie:** Antidepressiva
- **Ergänzende Therapieformen:** Bewegungstherapie, MBSR (Mindful Based Stress Reduction), Ergotherapie, Kunsttherapie, Musiktherapie, Soziotherapie, Psychiatriespitex, Selbsthilfegruppen (<https://www.selbsthilfeschweiz.ch/shch/de.html>), Bibliotherapie (Unterstützung durch Selbsthilfe- bzw. Selbstmanagement-Bücher)
- **Ergänzende biologische Behandlungsmassnahmen:** Lichttherapie, Wachtherapie, Elektrokonvulsionstherapie (EKT), Ketamin-Therapie, Transkranielle Magnetstimulation