

„Bewusst gesund“ am 14. November: Psychisch krank – so leiden Angehörige

Utl.: Außerdem: „Bewusst gesund“-Tipp zum Thema
Herbst-Winter-Depression =

Wien (OTS) - Ricarda Reinisch präsentiert das ORF-Gesundheitsmagazin „Bewusst gesund“ am Samstag, dem 14. November 2015, um 17.05 Uhr in ORF 2 mit folgenden Beiträgen:

Psychisch krank – so leiden Angehörige

Fast eine Million Menschen ist hierzulande wegen psychischer Erkrankungen in Behandlung. Die Dunkelziffer liegt nach Meinung von Fachleuten noch deutlich höher. Noch mehr Menschen erkranken zumindest einmal im Leben an einer Depression oder an einem anderen psychischen Leiden. Und so wie bei vielen körperlichen Leiden sind auch bei psychischen Erkrankungen die Angehörigen mitbetroffen. Gestaltung: Christian Kugler.

Zu Gast im Studio ist Prim. Dr. Fritz Riffer, Psychiater und Ärztlicher Leiter am Psychosomatischen Zentrum Waldviertel.

Laufen, lachen, genießen – das hilft bei depressiver Verstimmung

Viele psychische Erkrankungen sind nur mit ärztlicher Hilfe und oft auch nur durch moderne Medikamente in den Griff zu bekommen. Aber es gibt auch einiges, was jeder selbst tun kann, um die emotionale Spirale zu beeinflussen, die manchmal vom „schlecht drauf“ sein über die depressive Verstimmung bis zur manifesten Depression führen kann. Denn alles, was zu einem bewussten, gesunden Lebensstil gehört, hat nicht nur positive Auswirkungen auf den Körper, sondern auch auf die psychische Gesundheit. Gestaltung: Christian Kugler.

„Bewusst gesund“-Tipp zum Thema Herbst-Winter-Depression

Der Herbst zeigt sich nicht immer von seiner goldenen Seite, bisweilen ist auch mit dichtem Nebel zu rechnen. Trübe Tage – trübe Stimmung: Zehn bis 15 Prozent aller Europäerinnen und Europäer leiden während der dunklen Jahreszeit an einer depressiven Verstimmtheit und haben auf nichts mehr Lust. Univ.-Prof. Dr. Siegfried Meryn gibt

Tipps zum richtigen Umgang damit.

Die Sendung ist nach der TV-Ausstrahlung sieben Tage auf der Video-Plattform ORF-TVthek (<http://TVthek.ORF.at>) als Video-on-Demand abrufbar.

~

Rückfragehinweis:

ORF-Pressestelle

Karin Wögerer

(01) 87878 - DW 12913

<http://presse.ORF.at>

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/248/aom>

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0152 2015-11-12/12:11

121211 Nov 15

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20151112_OTS0152