## Landjugend Steiermark

### Krottendorfer Str. 81, 8052 Graz

[**www.stmklandjugend.at**](http://www.stmklandjugend.at/)

**landjugend@lk-stmk.at**

#

**4x4 Landesentscheid**

**29. & 30. April 2017**

## STATION 5:

##### Depressionen

**Max. Punkte:** 25

**Zeitvorgabe:** 20 Minuten

|  |  |
| --- | --- |
| **Bezirk:** | **Punkte:** |
| **Startnummer:** | **Zeit:** |

1. **Definitionen 13 Punkte**
2. **Was bedeutet das Wort Depression, wo hat es seinen Ursprung und wie viele Leute sind in Österreich davon betroffen und in Behandlung? (3 Punkte)**

Bedeutung: niederdrücken, herabziehen

Ursprung: lateinisch „deprimere“

400.000 Menschen sind in Österreich betroffen und in Behandlung

je 1 Punkt

1. **Wie kommt eine Depression zustande? (1 Punkt)**

Die Ursache liegt im Hirnstoffwechsel. Es liegt eine Störung im Neurotransmittersystem im Gehirn vor. Die Botenstoffe Serotonin, Noradrenalin und Dopamin befinden sich im Ungleichgewicht.

1. **Wie heißt die Medikamentengruppe, die in der Behandlung von Depressionen eingesetzt wird und was ist die Aufgabe dieses Medikamentes? (2 Punkte)**

Antidepressivum / Antidepressiva

Sie sollten das Gleichgewicht der Botenstoffe wiederherstellen

je 1 Punkt

1. **Am 28. Jänner 2015 wurde der Depressionsatlas eingeführt. Doch was beinhaltet er? Nennt zwei von drei Inhalten. (1 Punkt)**

**Fakten zu Depressionen bei Erwerbspersonen, Arbeitsunfähigkeiten und Arzneiverordnungen**

**je 0,5 Punkte**

1. **Oft sind Depressionen nur Begleiterkrankungen. Welches Leid plagt meistens jene Menschen, die an Depressionen erkranken? (1 Punkt)**

Schmerz

1. **Was ist der Grundstein für ein optimales Therapieergebnis? (1 Punkt)**

Dass der/die Betroffene bereit ist, sich helfen zu lassen und er/sie auch gut bei den Therapien mitmacht.

1. **Ab welchem Zeitraum spricht man von einer chronischen Depression?(1 Punkt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * ab 6 Monate
 | * ab 1 Jahr
 | * ab 2 Jahre
 |

1. **Was ist der Unterschied zwischen einem/einer Psychiater/Psychiaterin und einem/einer Psychologen/Psychologin und wer diagnostiziert eine Depression? (3 Punkte)**

**Psychiater/Psychiaterin:**

Psychiater und Neurologen haben die Facharztausbildung in Psychiatrie und Neurologie absolviert und sind somit Ärzte, die sich auf die **Diagnostik** und Behandlung von psychischen Störungen und Krankheiten spezialisiert haben. Sie sind für die Behandlung mit Medikamenten und Apparaten sowie anderen Methoden und auch für die Überprüfung der Wirkung und Nebenwirkungen der Medikamente zuständig.

**Psychologe/Psychologin:**

Zur Führung der Berufsbezeichnung "Psychologe" oder "Psychologin" ist berechtigt, wer das Universitätsstudium der Psychologie abgeschlossen hat. Sie dürfen nicht selbstständig Betroffene untersuchen bzw. behandeln.

Sie machen vorwiegend Gesprächstherapie, Entspannungsübungen,…

Berufsbezeichnung je 1 Punkt, Diagnostik 1 Punkt

1. **Depressionen allgemein 12 Punkte**
	1. **Richtig oder falsch? (2,5 Punkte)**

|  |
| --- |
| Frauen erkranken zweimal häufiger an Depressionen als Männer. |
| * Richtig
 | * Falsch
 |
| Weltweit sind ca. 500 Millionen Menschen von einer Depression betroffen. |
| * Richtig
 | * Falsch 350 Mio.
 |
| In den depressiven Phasen besteht ein erhöhtes Suizidrisiko. |
| * Richtig
 | * Falsch
 |
| Ein genetischer Faktor konnte laut einer Studie als Risikofaktor für eine Depression ausgeschlossen werden.  |
| * Richtig
 | * Falsch
 |
| Durchschnittlich vergehen 11 Monate bis Menschen mit einer Depression ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen.  |
| * Richtig
 | * Falsch
 |

je 0,5 Punkte

* 1. **Depressionen können jede/n betreffen. Kreuzt an, bei welchen der folgenden Stars öffentlich bekannt ist, dass sie an einer Depression erkrankt sind/waren. (3 Punkte)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Bildergebnis für Robert Downey Jr. fröhlich | Bildergebnis für catherine zeta jones fröhlich | Bildergebnis für roger federer bild |
| Robert Downey jr.Schauspieler | Catherine Zeta-Jones Schauspielerin | Roger FedererTennisspieler |
| * JA
* NEIN
 | * JA
* NEIN
 | * JA
* NEIN
 |
|  |  |  |
| Bildergebnis für gwyneth paltrow fröhlich | Bildergebnis für Otto Waalkes fröhlich | Bildergebnis für owen wilson fröhlich |
| Gwyneth Paltrow Schauspielerin | Otto Walkes . Komiker | Owen Wilson Schauspieler |
| * JA
* NEIN
 | * JA
* NEIN
 | * JA
* NEIN
 |

je 0,5 Punkte

* 1. **Ordnet den Gruppen der Depressionen ihre Beschreibung zu. (4 Punkte)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Unipolare Depression** | Diese Depression ist die häufigste Form, sie verläuft phasenweise.Zunächst beginnt sie sehr langsam und man spürt kaum Anzeichen für eine Depression. Bei einigen Betroffenen treten nach einigen Tagen, Wochen oder Monaten Symptome auf, die aber nach einiger Zeit wieder von selbst verschwinden. Es ist möglich, dass man im Laufe seines Lebens nur einmal an einer solchen depressiven Phase leidet, man kann aber auch mehrmals und immer wieder von den typischen Symptomen einer Depression betroffen sein. |
| **Bipolare Depression** | Ein wesentliches Merkmal ist, dass sich depressive mit manischen Phasen abwechseln. Der Patient erlebt also sowohl Phasen der Traurigkeit mit Schuldgefühlen und Lustlosigkeit als auch Phasen mit stark überhöhtem Glücksgefühl, in denen er sich und seine Fähigkeiten überschätzt.Diese Glücksphasen nennt man manische Phasen. Sie zeichnen sich durch Rastlosigkeit, Überaktivität, besondere Kreativität, überschäumende Energie und einer Vielzahl neuer Ideen aus. Ein vermindertes Schlafbedürfnis und hemmungsloses Verhalten sind ebenso typische Anzeichen. Die typischen Stimmungswechsel werden auch oft mit dem geflügelten Wort „Himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt“ beschrieben. |
| **Winter-depression** | Sie ist eine saisonal auftretende Form der Depression. Sie dauert oft nur ein paar Monate an. Die Betroffenen klagen über Antriebslosigkeit, Traurigkeit und ziehen sich zurück. Sie brauchen mehr Schlaf, es fällt ihnen schwer, aus dem Bett zu kommen und sie haben ein gesteigertes Hungergefühl. Die Ursachen sind ein Mangel an natürlichem Tageslicht, die verminderte Lichtintensität gemeinsam mit der verkürzten Sonneneinstrahlung und den abfallenden Temperaturen. Als Behandlung wird die Lichttherapie veranlasst. Bereits nach einigen Tagen kann es zur Stimmungsaufhellung kommen. |
| **Depressionen im Alter** | Im Vordergrund dieser Art von Depression stehen häufig körperliche Beschwerden. Diese oftmals hervorstechenden körperlichen Beschwerden führen dazu, dass die dahinter stehende Depression häufig nicht beachtet, nicht diagnostiziert und somit auch viel zu selten behandelt wird.Folgeerscheinungen sind Rückzug aus der Gesellschaft. Die Betroffenen fühlen sich meistens nutzlos, ungeliebt und ungewollt. Vor allem bei dieser Art kommen dann schnell Suizidgedanken ins Spiel.  |

je 1 Punkt

* 1. **Reiht die jeweiligen Länder nach ihrem Konsum von Antidepressiva, beginnend mit dem höchsten. (2,5 Punkte)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Australien** | **Kanada** | **Schweden** | **Dänemark** | **Neuseeland** |
| **Portugal** | **Island** | **Großbritannien** | **Belgien** | **Finnland** |

|  |  |
| --- | --- |
| **1** | **Island** |
| **2** | **Australien** |
| **3** | **Portugal** |
| **4** | **Kanada** |
| **5** | **Schweden** |
| **6** | **Großbritannien** |
| **7** | **Dänemark** |
| **8** | **Neuseeland** |
| **9** | **Belgien** |
| **10** | **Finnland** |

je 0,25 Punkte