



## **„Wenn die Seele das Herz krank macht ...“ Halten Sie Ihre Seele gesund. Vortrag am 04.10.2012**

Von *Alexander\_Schunicht*

Erstellt am 21 Sep 2012 - 10:46

Bad Driburg. Von einer Depression sind schätzungsweise vier Millionen Menschen in Deutschland betroffen. Bis zu ihrem 65. Lebensjahr haben gut zehn Millionen Menschen eine Depression erlitten.

Eine Depression bringt nicht nur die Psyche aus dem Gleichgewicht, sie ist auch belastend für das Herz. Oft wird sie auch für den Körper zur Bedrohung. Depressive Stimmung und Hoffnungslosigkeit erhöhen das Risiko für koronare Herzkrankheit (KHK) und verschlimmern ihren Verlauf.

Klaus Rafflenbeul, Psychologe der Knappschafts-Klinik berichtet, dass für die Entstehung einer Herzerkrankung die Depressivität ebenso ein unabhängiger und damit bedeutsamer Risikofaktor wie Diabetes Typ 2, Bluthochdruck, erhöhte Blutfettwerte und Rauchen ist.

Dr. Gabriele Augsten, Chefärztin und Kardiologin der Schwerpunktlinik für kardiologische Rehabilitation ergänzt, dass depressive Patienten oft aufgrund eines ungesunden Lebensstils zur Entstehung von Gefäß- und Stoffwechselerkrankungen beitragen. Die körperliche Aktivität nimmt in Folge einer Depression ab. Betroffene achten meist weniger auf eine gesunde Ernährung oder greifen sogar zu Suchtmitteln wie Alkohol und Zigaretten. Auch belegen neuere Studien, dass eine Depression Stress regulierende Systeme des Körpers in Gang setzt. Diese Aktivierung trägt zu einer Insulinresistenz bei, die eine der wesentlichen Ursachen von Diabetes Typ II ist.

Im gemeinsamen Vortrag „Wenn die Seele das Herz krank macht ...“ werden Dr. Gabriele Augsten und Klaus Rafflenbeul am 04.10. um 18:30 Uhr über das Thema Herz und Psyche ausführlich informieren und Fragen beantworten.

Anschließend wird Klaus Rafflenbeul in einem weiteren Vortrag „Mehr Aufmerksamkeit für die Seele: Kranke Seele, kranker Körper“ die Frage beantworten, warum aus Menschen mit Depression oft künftige Herzranke werden. Es werden Wege zur Vermeidung und Behandlung von Depressionen aufgezeigt.

Die Referenten werden aufklären, dass eine frühzeitige Erkennung sowie interdisziplinäre Behandlung durch Herzspezialisten und Psychologen bei Betroffenen angestrebt werden muss. Ziel ist es, die Lebensqualität, die Einhaltung der Therapie und die Lebenserwartung der Patienten zu verbessern.

Nach dem Abschluss der Veranstaltung um 20:00 Uhr besteht die Möglichkeit der Diskussion und Gesprächen mit Referenten und Teilnehmern.

Der Vortrag der Volkshochschule Bad Driburg-Brakel-Nieheim-Steinheim findet statt am 04.10.2012 im Veranstaltungssaal in der Knappschafts-Klinik, Georg-Nave-Str. 28, 33014 Bad Driburg. Der Vortrag ist entgeltfrei.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:33):** <http://medkom24.eu/node/16796>