



Dr. Dieter Trautmann

Endlich ohne Antidepressiva

Wie und wann du sie absetzt.
Was du stattdessen tun kannst

184 Seiten
14,5 x 21,5 cm, Softcover
ISBN 978-3-8426-4238-6
€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Erscheinungstermin: 02.03.2022

- **Antidepressiva zählen zu den am häufigsten ambulant verordneten Psychopharmaka – wer sie nach längerer Einnahme absetzen möchte, leidet häufig unter Beschwerden oder Entzugserscheinungen**
- **Als Psychotherapeut und Psychiater mit über 35 Jahren Erfahrung fordert der Autor mündige Patienten, die selbst (mit-)bestimmen können**
- **Für alle, die entscheiden wollen, ob sie Antidepressiva nehmen möchten – und für alle, die ihre Medikamente absetzen möchten oder nach Alternativen suchen**

Gut leben ohne Glückspille

Ist die Einnahme von Antidepressiva wirklich immer sinnvoll? Welche Nebenwirkungen können die Medikamente haben? Welche Alternativen gibt es und was muss man bedenken, wenn man Antidepressiva absetzen möchte? In seinem Ratgeber liefert der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Diplom-Psychologe Dr. Dieter Trautmann alle wichtigen Informationen, erklärt, wie eine sinnvolle Behandlung mit Antidepressiva aussehen kann, und zeigt Ansätze für alle, die sich entscheiden, keine Antidepressiva (mehr) zu nehmen.

Aus dem Inhalt:

- Der Begriff „Depression“
- Psychotherapie ist (leider) nicht bequem
- Die wichtigsten Wirkstoffgruppen
- Die zweckmäßige Behandlung mit Antidepressiva
- Veränderungsmöglichkeiten in fünf Bereichen
- Vor- und Nachteile beim Absetzen häufig verordneter Antidepressiva

Der Autor

Dr. Dieter Trautmann ist Facharzt für psychotherapeutische Medizin, Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Diplom-Psychologe. Seit 2006 arbeitet er in einer psychotherapeutisch-psychiatrischen Facharztpraxis in Landsberg. Er vertritt die Ansicht, dass Antidepressiva in vielen Fällen niedriger als üblich und empfohlen dosiert werden könnten, um Nebenwirkungen zu vermeiden. Er verschreibt die Medikamente nur, wenn seine Patientinnen und Patienten nach ausführlicher Aufklärung damit einverstanden sind.

