



Burn - out - Syndrom

Patienten
Info **12**

Burn-out-Syndrom

Burn out (engl. to burn out = ausbrennen) ist ein Zustand ausgesprochener emotionaler Erschöpfung mit reduzierter Leistungsfähigkeit. Das Burn-out-Syndrom kann als Endzustand einer Entwicklungslinie bezeichnet werden, die mit idealistischer Begeisterung beginnt und über frustrierende Erlebnisse zu Desillusionierung und Apathie, psychosomatischen Erkrankungen und Depression oder Aggressivität und einer erhöhten Suchtgefährdung führt. Das Burn-out-Syndrom kann nahezu alle sozialen Gruppen treffen: Von Schülern über Forscher zu Arbeitslosen und auch bei Rentnern sind Krankheitsfälle bekannt.

Symptome eines Burn-out-Syndroms:

- Lustlosigkeit/ Gereiztheit
- Gefühle des Versagens, Sinnlosigkeit
- Angst, den Anforderungen nicht mehr gewachsen zu sein
- mangelndes Interesse am Beruf oder Aufgabenbereich
- Schlafstörung
- Konzentrationsstörung
- Verzweiflung bis hin zur Hoffnungslosigkeit
- Depression
- chronischer Motivationsverlust
- Stimmungsschwankungen
- körperliche Beschwerden
wie Kopf- und Rückenschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden

Es gibt auch Vorstufen eines Burn-out-Syndroms und es müssen nicht alle o. g. Symptome vorliegen, um eine Behandlung durchzuführen. Sie fühlen sich müde und schlapp, sind lustlos oder neigen zu Infekten?

Wir empfehlen Ihnen die Vitalisierungskur für neuen Schwung:

Medivitan (enthält Vitamin B 6, B12 und Folsäure)
6 Injektionen, 2x wöchentlich
-Preis auf Nachfrage-

Wir beraten Sie gern auch über weitere Therapiemöglichkeiten.
Sprechen Sie uns an!

Dr. med. Mireille Untiedt

Fachärztin für Allgemeinmedizin
Sportmedizin | Geriatrie

Bahnhofstraße 1 | 25572 St. Margarethen
Fon: 0 48 58-10 10 | Fax: 0 48 58-10 17
info@druntiedt.de | www.druntiedt.de

Sprechzeiten:

Mo., Di., Mi. + Fr.: 08-12 Uhr
Mo. + Do.: 16-18 Uhr

