We want to inform you about current events and the DGBS about Bipolar Disorder. Below you will find information about current events and reports.

Our 11th Annual Meeting, from 29.09. to 01.10.2011 "translational Bipolar - The translation of knowledge" in Mannheim, held under the theme moves, slowly. Also this year we could in terms of culture trialogic club put together a very promising program, with very interesting topics, discussions and renowned speakers. Also succeeded in opening our annual club climax the President of the German Football Association, Dr. Theo Zwanziger, to win for a lecture.

We are pleased to welcome you in Mannheim at the Dorint Congress Hotel may be.
The detailed program and the possibility of online registration, please visit our website at http://www.dgbs.de. For online registration to 31.08 You save 5.00 EUR.
Science and Research

Bipolar disorder and migraines

In a very readable article in the journal Bipolar Dissorders (Vol. 12, 2010: Page 397 - 403) Canadian psychiatrist to report the simultaneous occurrence of A. Ortiz of migraine and bipolar disorder, also known as a comorbidity. In a study involving over 200 patients with bipolar I or bipolar II disorder was found that almost 25% of bipolar patients also suffering from a migraine suffer. These patients were Biploar II patients (35%) more frequently than patients with bipolar I disorder (20%) affected. Apparently, the comorbidity of migraine in patients with bipolar disorder is a real burden and challenge. For those patients who had suffered from a migraine and bipolar, was found significantly more often a social phobia, panic disorder, generalized anxiety disorder or obsessive-compulsive disorder. Particularly striking wa

r, that in these patients suicidal behavior occurred significantly more frequently than those who did not suffer as referring to the world it is often very restrictive migraine problem. Interestingly, this Canadian Forschergsgruppe still led by a second study. Here they studied a group of approximately 100 migraine patients and raised the frequencies of mental or psychiatric disorders. Currently, these patients had a psychiatric diagnosis by about 35%, considered over the lifetime of about 75%. In these patients, migraine was a bipolar setting of approximately 5% of patients had bipolar II disorder from about 8% of patients. In summary we can say that migraine and bipolar disorder appear to have a close relationship. That 13% of migraine patients had a bipolar disorder is astonishing and, conversely, that M igra and represents a total of serious headaches a major, the disease and its process influencing factor in bipolar disorder is important for the individuals themselves, their relatives and for doctors and therapists in the treatment.
Reports

Symposium of the Alfred Werner Foundation Selo

On May 30, 2011 was the first conference of the Werner Alfred Selo Foundation in Bern. We had hoped that would take place because of the election, many politicians in the meeting. It was unfortunately only one, Andy Tschümperlin, SP-national and Motionär "rehabilitation through education about mental illnesses." He came with enthusiasm and conviction and was released with orders to report to his busy colleagues. To my delight, was Equilibrium, a self-help organization for depression in Switzerland, very well represented. Some insurance companies honored us with their presence awareness. Even a small delegation of Liechtenstein had joined us.

The Key Note Speaker (pronounced keynote speaker), Chris O 'Neil from Scotland, who presented the "See me" campaign and said that short-term programs, such as reaching the alliances

against depression, few, if not they are sustainable. It takes a long time to change the attitude of people, but it takes almost an entire generation to be really changes people's behavior and actually decreases the stigma. As an example he cited the racial prejudices of the U.S. in the 50s. By the sermons of Martin Luther King and other people would have seen in the 60s, that her attitude was wrong, but it took a generation, until the legislature and the behavior of people were against other blacks.

For me personally it was an especially big joy, that at this meeting were both the subject addressed headaches and depression. We had a psychiatrist as a consultant (Dr. Hans Kurt) and a neurologist (Dr. Peter Sandor, one of the "Paz and Werner had received the scholarship foundation"). Peter Sandor and Colette Andree presented a new EU study, "Light €" , above, with which they explore the comorbidity of depression and headaches. Dr. Kurt described several types of depression and the early detection and anti-stigma work put into the foreground of his impressive final talk.

The various workshops in the afternoon were very well attended. At the end of the event, there was a lively Panel Discussion with the speakers and workshop leaders. The complete program and the films of various posts available on our website http://www.selofoundation.ch to download.

Marylou Selo
Seminars & Workshops

Seminars for members

Since 2006, the DGBS offers several times a year at special seminars for members. Whether in Hamburg, Munich, Weimar and in the south to the Swiss border - always came together about 20 people who shared something in common: They are members of a bipolar sufferer. In most cases these two-day

events, meet partners, parents, siblings or friends who want to help assist with better understanding this particular disease in the patients' daily lives. These seminars are organized in a self-help work, and experienced members, moderated the presentations each offer psychiatrists and psychotherapists. Even if the technical information is very important to exchange among themselves, the feeling of not being alone, the opportunity to hear tips and solutions proposed by others, these things can always participants gestärk t and go home with renewed courage.

Take a look at the DGBS website, there are some opinions from participants. And if you have interest, please register at the office. To enable an effective exchange, we limit the number of participants. Therefore, we recommend early reservation.

Barbara Wagenblast, relatives DGBS representative on the Board
News from the office

Phone number change

Dear Members, we want to improve our service to you further. As of now there are two numbers available. You can reach the office for questions about membership, events and other administrative issues under 0700 333 444 54 (12 cents / min).

In addition, you may by calling 0700 333 444 55 (12 cents / min) Tuesday and Thursday on the VON 14:00 bis 18:00 clock our phone service available. Here you can get advice and information on bipolar disorder. The exact times, please refer to our website.

Liebe Mitglieder,
liebe Interessierte,

wir möchten Sie über aktuelle Ereignisse und Veranstaltungen der DGBS sowie zum Thema Bipolare Störungen informieren. Im Folgenden finden Sie Informationen zu Veranstaltungen sowie aktuelle Berichte.

Unsere 11. Jahrestagung, die vom 29.09. bis 01.10.2011 in Mannheim unter dem Motto „Bipolar translational – Die Übersetzung des Wissens“ stattfindet, rückt langsam näher. Auch für dieses Jahr konnten wir im Sinne der trialogischen Vereinskultur ein sehr vielversprechendes Programm mit sehr interessanten Themen, Diskussionsrunden und renommierten Referenten zusammenstellen.
Außerdem gelang es zur Eröffnung unseres jährlichen Vereinshöhepunktes den Präsidenten des Deutschen Fußballbundes, Herrn Dr. Theo Zwanziger, für einen Festvortrag zu gewinnen.

Wir freuen uns Sie in Mannheim im Dorint Kongresshotel begrüßen zu dürfen.
Das ausführliche Programm sowie die Möglichkeit der online Anmeldung finden Sie auf unserer Website unter http://www.dgbs.de. Bei Online-Anmeldung bis zum 31.08 sparen Sie 5,00 EUR.
Wissenschaft und Forschung

Bipolare Störungen und Migräne

In einem sehr lesenswerten Artikel in der Zeitschrift Bipolar Dissorders (Vol. 12, 2010: Seite 397 – 403) berichten kanadische Psychiater um A. Ortiz von dem Simultanauftreten von Migräne und bipolarer Erkrankung, also einer sog. Komorbidität. In einer Studie an über 200 Patienten mit einer Bipolar I- oder Bipolar II-Störung fand sich, dass fast 25% der bipolar erkrankten Patienten auch an einer Migräne litten. Bei diesen Patienten waren Biploar II-Patienten (ca. 35%) häufiger als Patienten mit einer Bipolar I-Störung (ca. 20%) betroffen. Offenbar ist die Komorbidität mit Migräne bei Patienten mit einer bipolaren Störung eine wirkliche Belastung und Herausforderung. Bei denjenigen Patienten, die bipolar und an einer Migräne erkrankt waren, fand sich signifikant häufiger auch eine soziale Phobie, eine Panikstörung, eine generalisierte Angsterkrankung oder eine Zwangsstörung. Besonders auffällig wa r, dass bei diesen Patienten suizidales Verhalten wesentlich häufiger auftrat als bei denjenigen, die nicht unter dieser das Leben oftmals sehr einschränkenden Migräneproblematik litten. Interessanterweise führte diese kanadische Forschergsgruppe noch eine zweite Studie durch. Hier untersuchten sie eine Gruppe von ca. 100 Migränepatienten und erhoben die Häufigkeiten von psychischen bzw. psychiatrischen Störungen. Aktuell hatten diese Patienten eine psychiatrische Diagnose von ca. 35%, über die Lebenszeit betrachtet von ungefähr 75%. Bei diesen Migränepatienten fand sich eine bipolare Einstellung von bei ungefähr 5% der Patienten eine Bipolar II-Störung von ca. 8% der Patienten. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Migräne und bipolare Störungen offenbar einen engen Zusammenhang haben. Dass 13% der Migränepatienten auch eine bipolare Störung aufwiesen, ist erstaunlich und umgekehrt, dass M igräne und damit insgesamt schwere Kopfschmerzen einen wichtigen, die Krankheit und ihren Verlauf beeinflussenden Faktor bei der bipolaren Störung darstellt, ist wichtig für die Betroffenen selbst, für ihre Angehörigen sowie für Ärzte und Therapeuten im Rahmen der Behandlung.
Berichte

Fachtagung der Werner Alfred Selo Stiftung

Am 30 Mai 2011 fand die erste Fachtagung der Werner Alfred Selo Stiftung in Bern statt. Wir hatten die Hoffnung, dass aufgrund der Ortswahl viele Politiker an der Tagung teilnehmen würden. Es kam aber leider nur einer, Andy Tschümperlin, SP-Nationalrat und Motionär “Wiedereingliederung durch Aufklärung über psychische Krankheiten". Er kam mit Begeisterung und Überzeugung und wurde mit dem Auftrag entlassen, seinen vielbeschäftigten Kollegen zu berichten. Zu meiner Freude war Equilibrium, eine Selbsthilfeorganisation für Depressionen in der Schweiz, sehr gut vertreten. Einige Versicherungsunternehmen beehrten uns mit ihrer Anwesendheit. Sogar eine kleine Delegation aus Liechtenstein war zu uns gestossen.

The Key Note Speaker (sprich Hauptreferent) war Chris O’ Neil aus Schotland, der die “See me”Campagne vorstellte und meinte, dass kurzfristige Programme, wie die Bündnisse gegen Depression, wenig erreichen, wenn sie nicht nachhaltig sind. Es braucht lange, die Einstellung von Menschen zu ändern, aber es braucht fast eine ganze Generation bis sich auch wirklich das Verhalten der Menschen ändert und die Stigmatisierung tatsächlich abnimmt. Als Beispiel nannte er die Rassenvorurteile der USA in den 50er-Jahren. Durch die Predigten von Martin Luther King und anderen hätten die Menschen in den 60ern eingesehen, dass ihre Einstellung falsch war, aber es hat eine Generation gebraucht, bis die Gesetzgebung und das Verhalten der Menschen den Schwarzen gegenüber anders wurden.

Für mich persönlich war es eine ganz besonders grosse Freude, dass bei dieser Tagung sowohl das Thema Kopfweh als auch Depressionen angesprochen wurden. Wir hatten einen Psychiater als Referent (Dr. Hans Kurt) und einen Neurologen (Dr. Peter Sandor, der ein “Paz und Werner Stipendium der Stiftung erhalten hatte"). Peter Sandor und Colette Andree stellten eine neue EU-Studie, “Eurolight”, vor, mit der sie die Komorbidität von Depressionen und Kopfweh erforschen. Dr. Kurt beschrieb verschiedene Arten von Depressionen und stellte die Früherkennung und Antistigma-Arbeit in den Vordergrund seines eindrücklichen Referates.

Die diversen Workshops am Nachmittag waren sehr gut besucht. Zum Ende der Veranstaltung gab es noch eine rege Podiusmdiskussion mit den Referenten und Workshop-Leitern. Das komplette Programm und die Folien der verschiedenen Beiträge stehen auf unserer Webseite
http://www.selofoundation.ch zum Download bereit.

Marylou Selo
Seminare & Workshops

Seminare für Angehörige

Bereits seit 2006 bietet die DGBS mehrmals im Jahr spezielle Seminare für Angehörige an. Ob in Hamburg, München, Weimar oder ganz im Süden an der Schweizer Grenze - immer kamen ca. 20 Menschen zusammen, die etwas Gemeinsames verbindet: Sie sind Angehörige eines bipolar Erkrankten. In diesen meist zweitägigen Veranstaltungen

treffen sich Partner, Eltern, Geschwister oder auch Freunde, die durch besseres Verstehen dieser speziellen Erkrankung den Betroffenen hilfreich im Alltag beistehen wollen. Diese Seminare werden von einem in der Selbsthilfearbeit erfahrenen Angehörigen organisiert und moderiert, die Vorträge bieten jeweils Psychiater und Psychotherapeuten an. Auch wenn die fachlichen Informationen sehr wichtig sind, der Austausch untereinander, das Gefühl, nicht allein zu sein, die Möglichkeit Lösungsvorschläge und Tipps von anderen zu hören, dies alles lässt die Teilnehmer immer gestärk t und mit neuem Mut nach Hause fahren.

Schauen Sie doch mal auf die DGBS-Website, dort finden Sie einige Erfahrungsberichte von Teilnehmern. Und wenn Sie auch Interesse haben, melden Sie sich bitte bei der Geschäftsstelle. Um einen effektiven Austausch zu ermöglichen, begrenzen wir die Teilnehmerzahl. Darum empfehlen wir eine frühzeitige Vormerkung.

Barbara Wagenblast, Angehörigenvertreterin im DGBS-Vorstand
Neues aus der Geschäftsstelle

Rufnummernänderung

Liebe Mitglieder, wir wollen unseren Service für Sie weiter verbessern. Ab sofort stehen Ihnen zwei Rufnummern zur Verfügung. Sie erreichen die Geschäftsstelle für Fragen rund um die Mitgliedschaft, zu Veranstaltungen und anderen administrativen Fragen unter 0700 333 444 54 (12 Cent/Min).

Darüber hinaus steht Ihnen unter der Rufnummer 0700 333 444 55 (12 Cent/Min) Dienstag und Donnerstag von 14:00 bis 18:00 Uhr unser Servicetelefon zur Verfügung. Hier erhalten Sie Rat und Informationen zur bipolaren Störung. Die genauen Zeiten entnehmen Sie bitte unserer Website.