



**Nächstes Webinar**

**24.10.2025**

**07:30 – 08:15 Uhr**

live aus der Praxis

**JETZT  
CME-Punkte  
sichern!**

**Frühstücks CME**

**Die Fortbildung Freitag früh**

**»Morgenstund hat Punkt im Mund«**

**Mehr erfahren &  
direkt online anmelden**

[qr.medical-tribune.de/  
fruehstueck](https://qr.medical-tribune.de/fruehstueck)



**[MTX]**

# »Winterblues oder Depression? Ein Praxis-basierter Überblick«

Mit unserer **Frühstücksfortbildung am Freitag früh** können Sie sich ganz bequem beim ersten Kaffee vor Ihrem Start in das Wochenende mit **neuem Wissen für die Praxis** ausstatten. Und das:

- **kurz & kompakt** integrierbar in Ihren (Praxis-)Alltag
- **im lockeren Dialog** zwischen Moderator:in & Referent:in
- **mit aktivem Austausch** durch integrierten Chat
- **über aktuelle Themen** aus der Allgemeinmedizin
- **mit sofort umsetzbaren Tipps** für die Praxis



## Thema dieses Mal:

Momente der Antriebslosigkeit und kurze Stimmungstiefs während der dunklen Jahreszeit kennt vermutlich jeder. Aber ist das nun eine jahreszeitlich bedingte Formschwankung oder schon eine behandlungsbedürftige Depression? Wie man eine saisonale Depression (SAD = Seasonal Affective Disorder) korrekt diagnostiziert und wann man was und wie dagegen unternehmen sollte, erklärt unsere hausärztliche Expertin in dieser Folge unserer Frühstücks-Fortbildung. Holen Sie sich praxiserprobte und leitliniengerechte Tipps unter anderem zu Lichttherapie, richtiger Ernährung, Vitamin D-Supplementation, Sport und natürlich psychotherapeutischen und medikamentösen Behandlungsoptionen.

*Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!*

## Unsere Expertinnen:



**Moderatorin**  
**Dr. med. Katarina Sima**  
Ärztin in Weiterbildung für  
Dermatologie, Hildesheim



**Referentin**  
**Dr. med. Petra Sandow**  
Fachärztin für Allgemeinmedizin,  
Berlin

**Dieses wissenschaftliche Programm wird unterstützt von Firma Bayer Vital.** Dieses wissenschaftliche Programm wird unterstützt von MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH. Die kostenfreie Teilnahme an dieser Fortbildungsreihe wird Ihnen in diesem Jahr durch die Unterstützung der folgenden Firmen ermöglicht: Bayer Vital GmbH (56.000,00 EUR), Berlin Chemie GmbH (9.900,00 EUR), Boehringer Ingelheim Pharma GmbH & Co KG & Lilly Deutschland GmbH - eine Kooperation (9.900,00 EUR), Grünenthal GmbH (9.000,00 EUR), MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH (49.500,00 EUR), Mylan Germany GmbH - A Viatrix Company (45.000,00 EUR), Sanofi-Aventis Deutschland GmbH (9.000,00 EUR) und Trommsdorff GmbH & Co. KG - Ein Unternehmen der Dermapharm-Gruppe (44.500,00 EUR). Die Fortbildungsreihe beinhaltet 26 Termine. Die Gesamtaufwendungen betragen in diesem Jahr 257.400,00 EUR. Das Sponsoring wird verwendet für Technik, Referentenhonorare und Bewerbungsmanagement.

**Die Unterstützung beinhaltet folgende Leistungen:** Nennung auf allen Ankündigungsmaterialien und auf der Fortbildungswebsite der Medical Tribune, Teilnahmemöglichkeit von Mitarbeitern. Das Programm und die Vorträge der Fortbildungen sind produktneutral und wissenschaftlich ausgewogen sowie frei von jeglicher Einflussnahme der Sponsoren auf die Auswahl der Referenten sowie die Inhalte der Vorträge. Etwaige Interessenskonflikte werden durch den jeweiligen Referenten vor dem Vortrag entsprechend offengelegt.