

Inhalt

Sturzfliegen Gabriele Vasak	9
--	---

Persönliche Geschichten Gabriele Vasak/Heinz Katschnig

Vorbemerkungen	111
»Ich ersticke jede Manie im Keim.«	113
»Ich deklariere mich, um die Menschen zu erziehen.«	124
»Lithium hat mich vollständig geheilt!«	134
»Es liegt an uns, aufzuklären!«	145
»Mit Selbstbeobachtung und Selbstdisziplin habe ich meine Krankheit in den Griff bekommen.«	152
»...und alles andere überlasse ich dem Himmel!«	156
»Depressionen müssen ausgelebt werden.«	166
»Ich bin nicht anders als meine Patienten.«	177

Die Manisch-depressive Krankheit

und was man dagegen tun kann Heinz Katschnig

Drei Arten, psychische Krankheiten zu betrachten	184
1. Was ist manisch?	190
2. Was ist depressiv?	195
3. Was ist »manisch-depressiv«?	202
4. Die Folgen der Manisch-depressiven Krankheit	210
5. Wie kommt es zur Manisch-depressiven Krankheit?	216
6. Was kann man gegen eine Manie tun?	224
7. Was kann man gegen eine Depression tun?	229
8. Was kann man gegen die Manisch-depressive Krankheit tun?	239
9. Die Manisch-depressive Krankheit und die Überwindung der dritten kopernikanischen Kränkung des Menschen	249

Anhang

Anmerkungen	255
Literaturhinweise/Betroffenenberichte	258
Internetseiten/Adressen, die weiterhelfen	259