



## Faszination Wissen: Burnout

Faszination Wissen: Burnout <br /><br />Burnout ist zur allgegenwärtigen Diagnose geworden. Was verbirgt sich hinter der mysteriösen Krankheit? Ärzte und Kliniken verdienen damit Milliarden. Doch Burnout wird oft vorschnell diagnostiziert - auch auf Wunsch der Patienten. Ein Film von Florian Guthknecht in "Faszination Wissen" am Montag, 13. Oktober 2013, um 22.00, im Bayerischen Fernsehen. <br />Hinter Burnout stecken häufig Depressionen. Burnout wird oft falsch gedeutet: Starke Erschöpfung ist keine Krankheit, sondern ein Symptom, das eine zugrunde liegende Krankheit begleitet. Häufig liegen einem Burnout Depressionen zugrunde oder auch körperliche Erkrankungen wie zum Beispiel Schilddrüsen-Störungen. Wichtig ist daher, die individuelle Ursache einer "behandlungswürdigen" Erschöpfung herauszufinden.<br />"Faszination Wissen" spürt einem rätselhaften Phänomen nach und fragt, welche konkreten Hilfestellung und Lösungen es gibt. Wie ändert man aktiv seinen Lebensstil? Können bewusstes Innehalten, Qigong, Meditation und Entlastung vom Konsum- und Medienstress helfen? Wie entschleunigt man richtig und beugt damit Risikofaktoren vor?<br /><br />

## Pressekontakt

Bayerischer Rundfunk - BR

80335 München

## Firmenkontakt

Bayerischer Rundfunk - BR

80335 München

Radiosender und Fernsehender in Bayern.