

Pressemitteilung

Kommunikation und Medien
Philipp Kressirer

Pettenkoferstr. 8a
80336 München

Tel: +49 (0)89 4400-58070
Fax: +49 (0)89 4400-58072

E-Mail: philipp.kressirer@
med.uni-muenchen.de

www.lmu-klinikum.de

Kinder- und Jugendmedizin

Depression bei Kindern und Jugendlichen: Neue Empfehlungen für die Behandlung

Aktualisierte S3-Leitlinie setzt unter anderem auf altersgerechte Therapien und stärkere Beteiligung von Betroffenen

Altersgerechte Therapien, Psychotherapie vor Medikamenten, mehr ergänzende Angebote sowie eine stärkere Beteiligung von Kindern und Eltern – das sind zentrale Punkte der aktualisierten S3-Leitlinie „Behandlung depressiver Störungen bei Kindern und Jugendlichen“. Sie bündelt den aktuellen Stand der Forschung, gibt konkrete Empfehlungen für die Praxis und verbessert damit die psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Depressionen. Die Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am LMU Klinikum München hat im Auftrag der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (DGKJP) die im März 2026 veröffentlichte Leitlinie federführend überarbeitet.

Depressive Störungen gehören weltweit zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Sie treten bereits im frühen Kindesalter auf, wobei die Prävalenz im Jugendalter auf ca. acht Prozent deutlich steigt. Sie tragen erheblich zur Krankheitslast bei Kindern und Jugendlichen bei und belasten sowohl Betroffene als auch ihre Familien. Die COVID-19-Pandemie verstärkte diese Entwicklung durch soziale Isolation und Zukunftsängste. International stiegen depressive Symptome auf etwa 25 Prozent, in Deutschland auf bis zu 24 Prozent. Nach der Pandemie sanken die Werte wieder, die psychische Belastung blieb jedoch erhöht.

Mit der Veröffentlichung der aktualisierten S3-Leitlinie „Behandlung depressiver Störungen im Kindes- und Jugendalter“ im Leitlinienregister der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. (AWMF) liegt eine umfassend überarbeitete,



www.instagram.com/klinikum_lmu



www.youtube.com/c/LMUklinikum



www.facebook.com/LMU.Klinikum



<https://lmu-klinikum.bsky.social/>

evidenzbasierte Behandlungsleitlinie für Fachpersonen aus dem Gesundheitsbereich vor. Die Leitlinie wurde federführend von Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne und seinem Team bearbeitet, die dafür neue wissenschaftliche Studien ausgewertet und für aktuelle Behandlungsempfehlungen verwendet haben.

„Es war beeindruckend, wie viele neue Studien zur Behandlung der Depression im Kindes- und Jugendalter in den letzten Jahren veröffentlicht wurden, die Eingang in die neuen Empfehlungen gefunden haben“, sagt Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne, Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am LMU Klinikum München. „Vor allem die frühzeitige Beteiligung der Kinder und Jugendlichen mit einer Depression an den Therapieentscheidungen auf der Basis einer alters- und entwicklungsangemessenen Aufklärung und Partizipation ist eine wichtige Neuerung in der Leitlinie“, ergänzt der Klinikdirektor. „Eine wichtige neue Empfehlung ist, dass unabhängig vom Schweregrad der Depression nach der fachärztlichen Diagnosestellung eine Behandlung immer erfolgen soll.“

Häufig verlaufen depressive Erkrankungen phasenweise in unterschiedlicher Dauer von wenigen Wochen bis zu mehreren Monaten und gehen mit erheblichen Beeinträchtigungen der psychosozialen Entwicklung, vor allem im schulischen und beruflichen Bereich einher. Zudem erhöhen sie das Risiko für weitere psychische und somatische Erkrankungen. Da sich Symptomatik, Behandlungsbedarf und Wirksamkeit therapeutischer Ansätze altersabhängig unterscheiden, lassen sich Erkenntnisse aus dem Erwachsenenbereich nicht auf Kinder und Jugendliche übertragen.

Die aktualisierte Leitlinie fasst die wissenschaftliche Evidenz zur Wirksamkeit verschiedener Behandlungsansätze zusammen und unterstützt Behandlerinnen und Behandler bei der Auswahl und Planung einer wirksamen Therapie. Ziel ist es, die leitliniengerechte Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Depression zu verbessern, die Krankheitsdauer und Rückfallrisiken zu reduzieren und gleichzeitig unerwünschte Neben- und Folgewirkungen möglichst gering zu halten.

Wichtige Änderungen und Ergänzungen an der Leitlinie sind:

Altersdifferenzierte Empfehlungen erstmals umgesetzt: Erstmals spricht die Leitlinie getrennte Empfehlungen für drei Altersgruppen aus: jüngere Kinder (3–6 Jahre), ältere Kinder (7–12 Jahre) und Jugendliche (13–18 Jahre). Diese Differenzierung trägt dem unterschiedlichen Entwicklungsstand Rechnung und ermöglicht es, die vorhandene wissenschaftliche Evidenz gezielter in altersangemessene Behandlungsstrategien umzusetzen. Beispielsweise gewinnen bei den jüngeren Altersgruppen familienbasierte Verfahren an Bedeutung, so wird für sieben- bis zwölfjährige Kinder die familienbasierte interpersonelle Therapie als Alternative zur Behandlung der ersten Wahl empfohlen, während für drei- bis sechsjährige Kinder die Parent-Child-Interaction-Therapy – Emotion Development (PCIT-ED) empfohlen wird.

Psychotherapie weiterhin Vorrang vor medikamentöser Therapie: Über alle Altersgruppen der Kinder und Jugendlichen sowie Schweregrade hinweg empfiehlt die Leitlinie weiterhin die Psychotherapie als vorrangige Behandlungsform. Psychotherapie der ersten Wahl ist die kognitive Verhaltenstherapie, eine evidenzbasierte Psychotherapieform, die darauf abzielt, ungünstige Denkmuster und Verhaltensweisen zu erkennen und gezielt zu verändern. Gleichzeitig wurden die Empfehlungen zur Pharmakotherapie bei mittelgradigen und schweren depressiven Störungen erweitert: Für mehrere Wirkstoffe liegt Evidenz zur Wirksamkeit vor, sodass Behandlerinnen und Behandler künftig auf ein erweitertes therapeutisches Spektrum zurückgreifen können. Während in der Erstfassung der Leitlinie so nur Fluoxetin als Wirkstoff empfohlen wurde, gelten nun Fluoxetin, Sertralin und Escitalopram als Pharmakotherapien der ersten Wahl.

Stärkere Rolle ergänzender Maßnahmen: Ergänzende Maßnahmen gewinnen in der Behandlung depressiver Störungen zunehmend an Bedeutung. Die Leitlinie spricht erstmals explizite Empfehlungen für Sport und Bewegung, künstlerische Therapien sowie begleitende Maßnahmen der Kinder- und Jugendhilfe aus. Damit wird die Bedeutung interdisziplinärer Zusammenarbeit zwischen behandelnden Ärztinnen und Ärzten, Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, sowie weiteren Berufsgruppen aus beispielsweise der Ergotherapie, Kunsttherapie und Bewegungstherapie hervorgehoben und die ganzheitliche Unterstützung der betroffenen Kinder und Jugendlichen gestärkt.

Intensivere Beteiligung von Kindern und Eltern: Eine der neuen Empfehlungen beschreibt, dass Kinder und Jugendliche sowie ihre Eltern oder Erziehungsberechtigten in Behandlungsentscheidungen im Sinne der partizipativen Entscheidungsfindung miteingebunden werden sollen. Hierzu zählt unter anderem eine einfache Sprache, die den aktuellen Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen berücksichtigt, aber auch den Einbezug von individuellen Bedürfnissen, sodass Entscheidungen über die Therapie gemeinsam mit den Behandelnden sowie basierend auf klinisch-wissenschaftlicher Evidenz und individuellen Präferenzen, Ressourcen und Erwartungen getroffen werden können.

„ich bin alles“: Aktualisierte Online-Informationen für Kinder, Jugendliche und Eltern

Das Webportal „ich bin alles“ (www.ich-bin-alles.de) wurde von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie des LMU Klinikums gemeinsam mit der Beisheim Stiftung (www.beisheim-stiftung.com) entwickelt, um Depression altersgerecht und verständlich zu erklären und die Inhalte der Leitlinie zielgruppengerecht zu vermitteln. Kinder und Jugendliche finden dort Informationen zu Formen, Ursachen und evidenzbasierter Behandlung sowie Hilfsangebote. Die Inhalte wurden partizipativ entwickelt und informieren in jugendgerechter Sprache über Texte, Podcasts, Videos und Erfahrungsberichte; ein Präventionsteil stärkt die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen. Ein eigener Bereich bietet Eltern konkrete Unterstützung. Im Zuge der Aktualisierung der Leitlinie wurden auch alle

Inhalte der Website überarbeitet und angepasst.

Die Wirksamkeit des Portals ist wissenschaftlich belegt: Studien zeigen, dass Inhalte gut verstanden, behalten und positiv bewertet werden (Kloek, Primbs et al., 2025; Kloek, Zsigo et al., 2025; Iglhaut et al., 2024).

Ergänzend gibt es mit „ich bin alles @Schule“ ein Informationsangebot für Lehrkräfte. Es vermittelt evidenzbasiertes Wissen zu Depression und psychischer Gesundheit sowie praxisnahe Hinweise zum Umgang mit betroffenen Schülerinnen und Schülern, auch über eine kostenfreie Online-Fortbildung.

Weitere Informationen finden Sie in unserer Online-Meldung (inklusive FAQ und Quellen): [Depression bei Kindern und Jugendlichen: Neue Empfehlungen für die Behandlung | LMU Klinikum](#)

Links und Downloads:

- S3 Leitlinie Behandlung von depressiven Störungen bei Kindern und Jugendlichen, veröffentlicht durch die AWMF: <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/028-043>
- Infoportal „ich bin alles“: <http://www.ich-bin-alles.de>
- Infoportal „ich bin alles @Schule“: <http://www.schule.ich-bin-alles.de>
- Asynchrone kostenfreie Online-Fortbildung für Lehrkräfte: [Digitale Fortbildung für Lehrkräfte | ich bin alles @Schule](#)
- Mehr Informationen zur Webseite: „ich bin alles“: [Ein webbasiertes Infoportal zu Depression und psychischer Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen: Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie: Vol 53, No 6](#)

Über die Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am LMU Klinikum München

In der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des LMU Klinikums München werden jährlich ca. 1.500 Kinder und Jugendliche von 0 bis 21 Jahren mit Erkrankungen aus dem gesamten Spektrum kinder- und jugendpsychiatrischer Erkrankungen von einem multidisziplinären Team ambulant, teilstationär und stationär behandelt. Die Klinik hat Therapieschwerpunkte in den Bereichen Depression, Essstörungen, ADHS, Angst- und Lernstörungen bei Kindern und Jugendlichen.

Aktuelle und evidenzbasierte wissenschaftliche Erkenntnisse sind die Basis für die multimodalen und interdisziplinären Behandlungsangebote. Die Ergebnisse der Forschungsabteilung der KJP mit den Schwerpunkten in der Ursachen- und Behandlungsforschung bei depressiven Störungen, schulischen Lernstörungen, Essstörungen und Schädel-Hirn-Traumata sowie der Prävention psychischer Erkrankungen werden kontinuierlich in die Praxis integriert. Die KJP steht für „ein psychisch gesundes Aufwachsen“ und fördert die individuellen Ressourcen der Kinder, Jugendlichen und ihrer Familien.

Ansprechpartner:

Prof. Dr. med. Gerd Schulte-Körne

Direktor der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie

LMU Klinikum München

Tel: +49 89 4400-55900

E-Mail: kjp@med.uni-muenchen.de

LMU Klinikum München

Das LMU Klinikum zählt zu den größten Universitätsklinika in Deutschland und Europa. Jährlich vertrauen über 500.000 Patientinnen und Patienten der Kompetenz, Fürsorge und dem Engagement unserer 11.700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in 49 Fachkliniken, Instituten und Abteilungen sowie 63 interdisziplinären Zentren.

Herausragende Einrichtungen am LMU Klinikum sind unter anderem das onkologische Spitzenzentrum CCC-M und Bayerns größtes Transplantationszentrum TxM.

Das LMU Klinikum ist als einziges Klinikum an allen acht Deutschen Zentren der Gesundheitsforschung beteiligt.

Die Medizinische Fakultät und das LMU Klinikum leisten einen maßgeblichen Beitrag zur Exzellenzstrategie der Ludwig-Maximilians-Universität München.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.lmu-klinikum.de