

Über Depressionen sprechen

Weltgesundheitsstag am 7. April macht auf wirksame Behandlungsmöglichkeiten aufmerksam

Depressive Störungen sind eine der häufigsten psychischen Erkrankungen und sehr oft für Arbeitsunfähigkeit und Erwerbsminderung verantwortlich. Patienten mit schweren Depressionen sind zudem häufig suizidgefährdet, Angehörige durch die Erkrankung oft stark belastet. Der jährlich am 7. April von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ausgerufenen Weltgesundheitsstag widmet sich in diesem Jahr dem Thema Depressionen unter dem Motto „Depression – Let’s talk“.

Das Motto macht auf einen wichtigen Aspekt aufmerksam: Depressionen sollten nicht tabuisiert oder stigmatisiert werden. Die Kommunikation über Depressionen spielt dabei eine entscheidende Rolle, sowohl in der Vorbeugung und Therapie als auch im Abbau gesellschaftlicher Vorurteile und Stigmatisierungen, die Betroffene daran hindern könnten, Unterstützungsangebote aufzusuchen. Das Robert-Koch-Institut weist in diesem Zusammenhang darauf hin, dass es erwiesen sei, dass „Stigmatisierung und Ausgrenzung die Probleme der Betroffenen verschärfen und nicht zuletzt auch deren Suizidrisiko erhöhen“. Die WHO verbindet mit dem Weltgesundheitsstag 2017 das Ziel, dass Betroffene, aber auch deren Familien, Freunde und Kollegen, Hilfe suchen und diese auch erhalten. Auch die Öffentlichkeit soll besser über die Erkrankung, ihre Ursachen und Konsequenzen und über Möglichkeiten der Prävention und Behandlung, informiert werden.

Werden depressive Erkrankungen frühzeitig erkannt und fachgerecht behandelt, kann den PatientInnen heute in den meisten Fällen wirksam geholfen werden. In der „Nationalen Versorgungs-Leitlinie Unipolare Depression“ werden die aktuellen Behandlungsstandards beschrieben, in denen psychotherapeutische Ansätze eine wesentliche Rolle spielen. Allerdings ist eine den Leitlinien entsprechende Behandlung auch hierzulande längst noch keine Selbstverständlichkeit. Im Jahr 2014 veröffentlichte die Bertelsmann-Stiftung eine umfangreiche Studie zum Thema mit dem Ergebnis, dass neben den Patienten mit Depressionen, die stationär behandelt werden (rund 14 Prozent), lediglich weitere 12 Prozent der Betroffenen eine der Leitlinie entsprechende Versorgung erhalten. „Drei von vier Erkrankten werden nicht angemessen behandelt“, folgert die Bertelsmann-Stiftung und weist darauf hin, dass sogar 18 Prozent der an schweren Depressionen Erkrankten bisher gar nicht behandelt werden.

Die in dieser und anderen Studien dargestellten Defizite in der Versorgung von PatientInnen mit Depressionserkrankungen sind mittlerweile hinlänglich bekannt. Ebenso die Gründe, die zu dieser Unterversorgung führen: Der politisch verordnete Mangel an qualifizierten Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in vielen Regionen ist eine wichtige Ursache. Politik und Krankenkassen stehen hier in

einer gesellschaftlichen Verantwortung, der sie zum Wohl der Betroffenen endlich nachkommen müssen, fordert deshalb die Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT). Wochen- oder gar monatelange Wartezeiten für eine ambulante Behandlung in einer psychotherapeutischen Praxis sind in den meisten Regionen Deutschlands der Normalfall. Dem kann nur mit einer sachgerechten Bedarfsplanung entgegengewirkt werden, die insbesondere auch Menschen mit Depressionserkrankungen zugutekommen würde.

Hinweis: Eine Patienteninformation der Bundespsychotherapeutenkammer zum Thema Depression und leitliniengerechte Behandlung ist im Internet unter http://www.bptk.de/uploads/media/bptk_leitlinien-info_patienteninfo_unipolare_depression.pdf zu finden.

Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Verhaltenstherapie e. V.

Tübingen, 7. April 2017