

## Kurz berichtet

### Depression am Weltgesundheitstag 2017 angesprochen

Nach aktuellen Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sind weltweit circa 322 Millionen und in Deutschland rund vier Millionen Menschen an einer Depression erkrankt. Unter dem Motto des diesjährigen Weltgesundheitstags „Depression – Let’s talk“ will die WHO mit weltweiten Aktionen die Öffentlichkeit über Krankheitsbild, Diagnosekriterien und Behandlungsformen informieren, um zu mehr Verständnis für das Leid der Betroffenen beizutragen. Denn Depression ist eine schwere psychische Erkrankung, deren Verlaufsformen mitunter lebensbedrohlich sein können und die häufigste Suizidursache darstellen. Auch wird sie hinsichtlich ihrer körperlichen und sozialen Folgen für die Betroffenen unterschätzt und in vielen Gesellschaften tabuisiert. Angst vor Stigmatisierung, Diskriminierung und Ausgrenzung hält eine große Anzahl von Betroffenen davon ab, sich medizinisch und psychotherapeutisch behandeln zu lassen.

Den Auftakt für deutsche Initiativen machte eine gemeinsame Tagung des Bundesministeriums für Gesundheit und der Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. am 7. April in Berlin mit Expertenvorträgen und Fachforen. Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe betonte in seiner Ansprache den Stellenwert der direkten Hilfe für Menschen mit depressiven Erkrankungen, die sie nicht länger im Verborgenen leiden ließe und sie ermutige, über ihre Krankheit zu sprechen, Hilfe anzunehmen und Behandlungen zuzulassen. Für den Abbau von Vorurteilen, mit denen die Depression stark behaftet sei, sei es wichtig, dass auch die Öffentlichkeit für einen besseren Umgang mit Betroffenen sensibilisiert werde. Die gesundheitspolitischen und -gesetzlichen Maßnahmen müssten praktisch so umsetzbar sein, dass Prävention, Selbsthilfe und Therapie der Depression alle Betroffenen gezielt in ihren jeweiligen Altersphasen und Lebenswelten erreichen könne. Zur Verbesserung der ambulanten Versorgung trage die seit April 2017 geltende Verpflichtung der Psychotherapeuten bei, psychotherapeutische



Die Autorin:  
**Cornelia M. Kopelsky**  
Freie Fachjournalistin und Fachautorin  
Fleckweilerbruch 28  
55765 Birkenfeld/Nahe  
[www.CMKopelsky.de](http://www.CMKopelsky.de)

Sprechstunden anzubieten. Die psychiatrische und psychotherapeutische Versorgungslage auch in Bezug auf das Vergütungssystem sei im internationalen Vergleich überdurchschnittlich gut, dennoch müssten weitere nationale Gesundheitsziele erreicht werden. Dazu gehöre in naher Zukunft die Nivellierung des Psychotherapeutengesetzes, das unter anderem das fünfjährige Hochschulstudium in Wissenschaft und Praxis verbessern werde, so Hermann Gröhe.

In seinem Vortrag gab Prof. Dr. Ulrich Hegerl, Universität Leipzig, aus medizinischer Sicht einen Überblick über Diagnose, Erscheinungs- und Verlaufsformen. Eine Depression kann unabhängig von Alter, Geschlecht und sozialem Status jeden treffen. Tiefe Freud- und Interessenlosigkeit, Niedergeschlagenheit, Hoffnungslosigkeit, Schlafstörungen, Erschöpfung und übertriebene Schuldgefühle, die länger als 14 Tage andauern, kennzeichnen eine Depression. Depressionen haben „viele Gesichter“ und können sich auch als körperliche Symptome wie Rückenschmerzen, Gliederschwere, Schwindel, Tinnitus und Herz-Kreislauf-Beschwerden zeigen oder sich dahinter verstecken, was zu Fehldiagnosen führen kann. Nach Prof. Hegerl könne eine wirkliche Häufigkeitszunahme von depressiven Erkrankungen in den letzten Jahren nicht beobachtet werden, wohl aber eine Zunahme von diagnostizierten Depressionen, weil sich immer mehr Betroffene Hilfe suchten. Dennoch blieben große Versorgungsengpässe hinsichtlich der fachärztlichen und psychotherapeutischen Betreuung mit inakzeptablen Wartezeiten. Auch hielte sich die unberechtigte Sorge, dass Antidepressiva süchtig machen oder die Persönlichkeit verändern, sodass nur bei einer Minderheit der Betroffenen gute Behandlungsmöglichkeiten zum Einsatz kämen. Aber eine richtige Diagnose sei voraussetzend für eine optimale Behandlung, ebenso für präventive Maßnahmen und Selbstmanagementprogramme. Von welcher immensen Relevanz eine auf gründlicher Diagnostik basierende Therapie sei, dürfte sich auch darin zeigen, dass die Zahl der jährlichen

Suizide in den letzten 30 Jahren von rund 18.000 auf 10.000 zurückgegangen sei.

Der Vortrag von Dr. Ulfert Hapke, Robert Koch-Institut, präsentierte eine Auswertung von Daten, Fakten und Hintergründen zu Häufigkeit, Schweregraden und Verläufen von Depressionen und vermittelte ein differenziertes Bild von psychischen Erkrankungen. Mit zusätzlichen Analysen zu Risiko- und Schutzfaktoren konnten Zusammenhänge der Depression mit Reaktionen auf belastende Lebenssituationen, anderen psychischen Störungen, körperlichen Erkrankungen, chronischem Stress, sozialer Unterstützung und sozialer Teilhabe belegt werden.

Die Fachforen thematisierten Initiativbeispiele wie internetbasierte Aufklärung für junge Menschen, Suizid-Prävention für die Generation You-

Tube, Resilienzförderung sowie zielgruppenorientierte Maßnahmen bei postnataler Depression oder Suizidgefährdung im Alter. – Abschließend konnte festgestellt werden, dass die Tagung viele Aspekte der Depression ansprach, die jetzt, so ein betroffener Teilnehmer, auch angepackt werden müssen.

Im Juni wird eine ausführliche Tagesdokumentation veröffentlicht. Diese kann kostenfrei unter [Weltgesundheitsstag@bvpraevention.de](mailto:Weltgesundheitsstag@bvpraevention.de) bestellt werden.

**Stichwörter:**

- Depression
- Weltgesundheitsstag
- Aktionen 2017