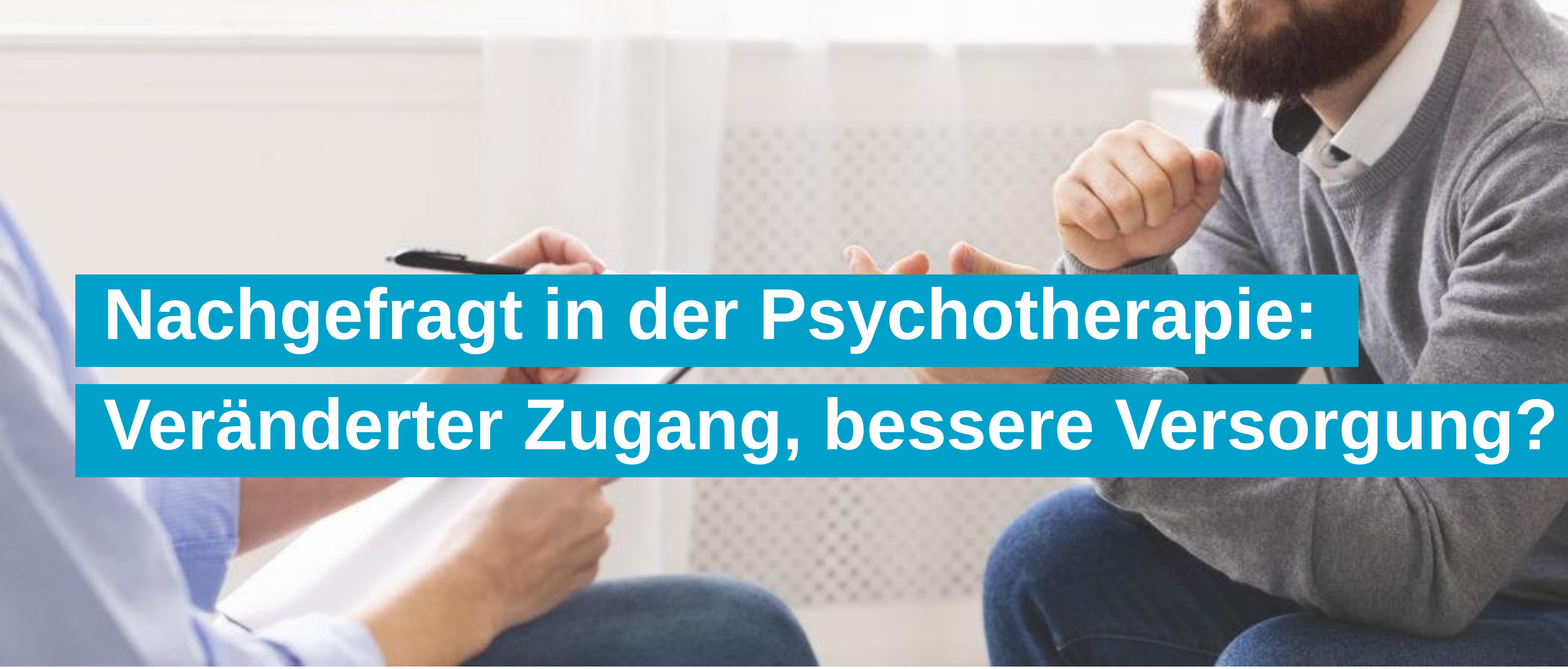


Nachgefragt in der Psychotherapie: Veränderter Zugang, bessere Versorgung?

Pressegespräch zum BARMER-Arztreport Psychotherapie am 12. Juni 2020

Frank Liedtke, Landesgeschäftsführer der BARMER in Hamburg

BARMER

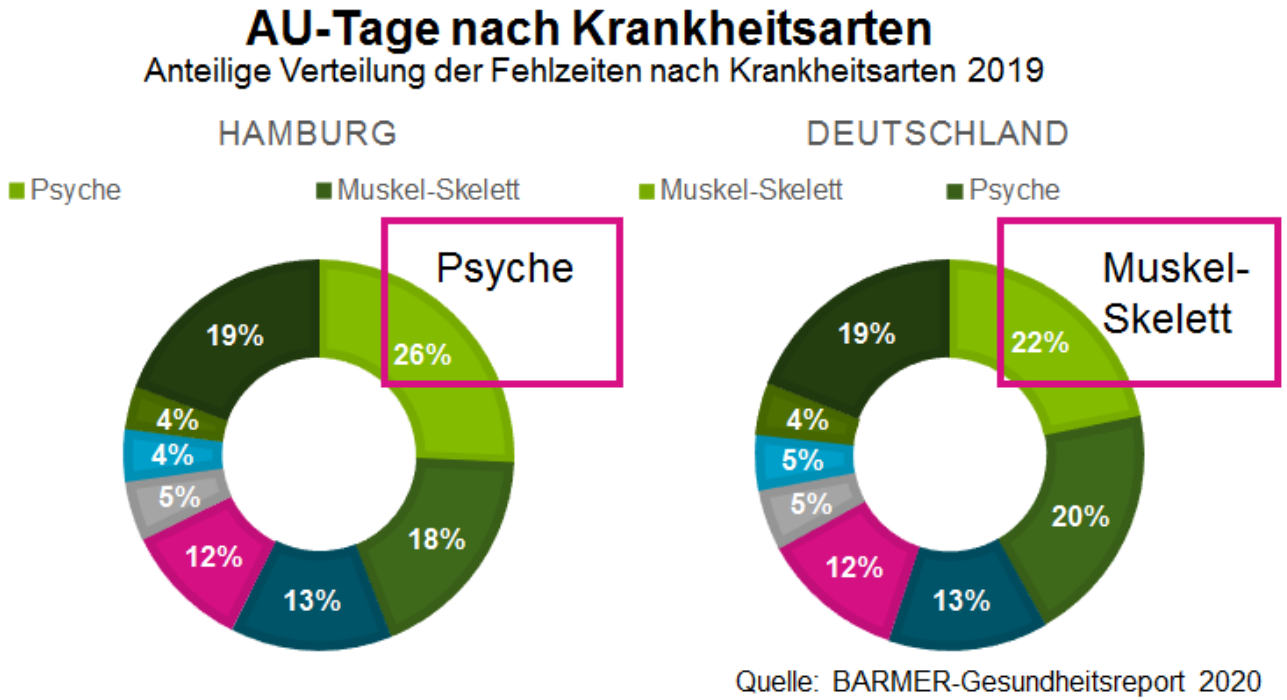
Immer mehr Menschen sind auf psychotherapeutische Hilfe angewiesen

~ 85.800 der Hamburger hatten im Jahr 2018 **Kontakt zu einem Psychotherapeuten**

➡ **18,5 Prozent mehr als im Jahr 2009** **(**bundesweit: 41 Prozent Anstieg)

Platz 1 bei Fehlzeiten

➡ **26 Prozent der Fehltage** aufgrund von **psychischen Beschwerden** (bundesweit: Platz 2 und 20 Prozent)



BARMER

Veränderter Zugang zur Psychotherapie seit 2017

Neu: Kürzere Wartezeiten auf ein erstes Gespräch

Anruf bei Terminservicestelle für
Psychotherapeutische Akutbehandlung oder
Psychotherapeutische Sprechstunde

B) Therapeut empfiehlt eine Therapie, die nicht zeitnah erfolgen muss

Selbstständige Therapeutensuche z.B. bei der KV HH

A) Therapeut empfiehlt eine zeitnahe Therapie

Terminservicestelle vermittelt in die **Probatorik**

Telefonisch erreichbar
mind. 200 Minuten pro Woche

Psychotherapeutische Sprechstunde
Erwachsene: bis zu sechs Einheiten à 25 Minuten
Termin innerhalb von 4 Wochen

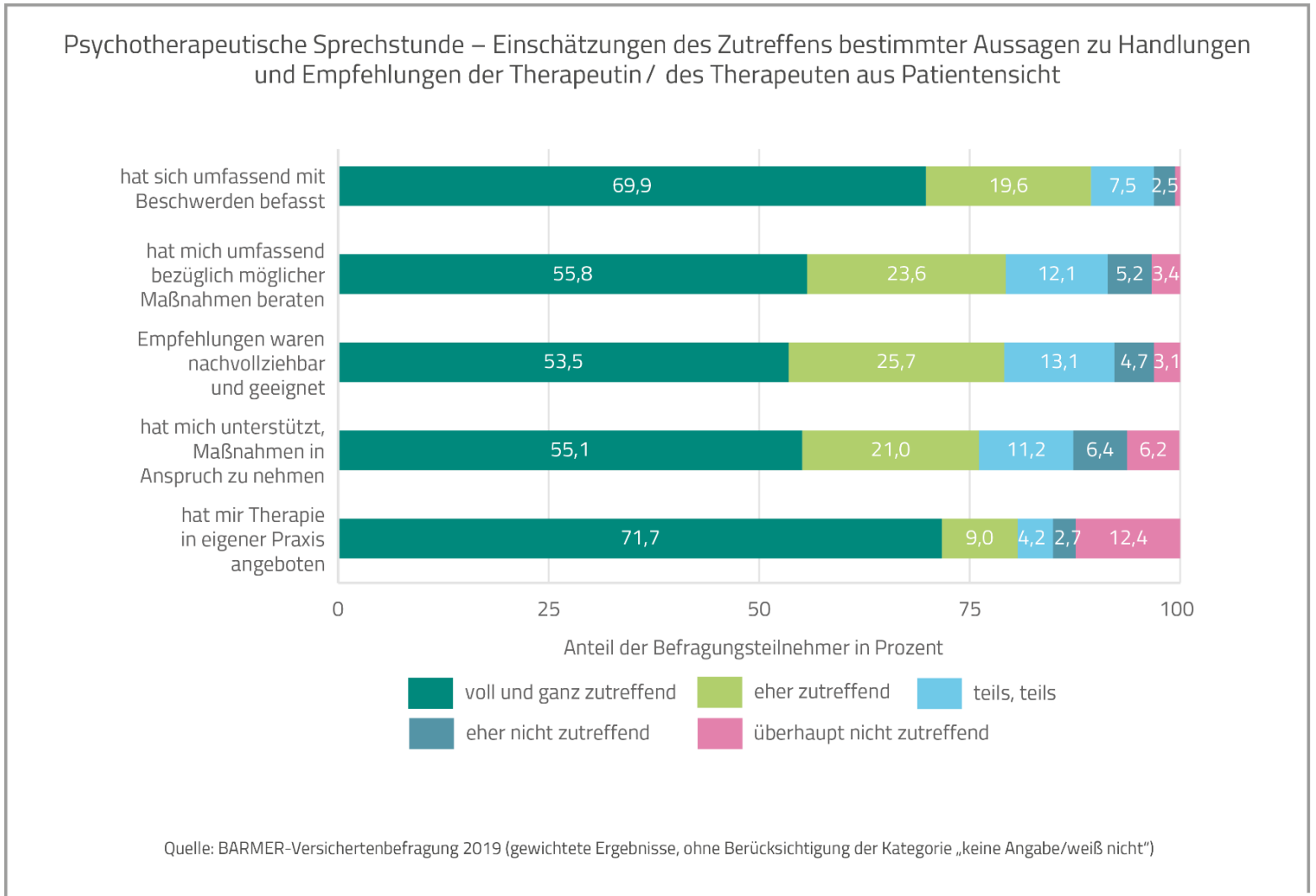
Psychotherapeutische Akutbehandlung
(max. 24 Einheiten à 25 Minuten bzw. 600 Minuten)
Termin innerhalb von 2 Wochen

Probatorische Sitzung
mind. 2 Stunden

BARMER

Bundesweite BARMER-Befragung:

Zufriedenheit bei psychotherapeutischer Sprechstunde



Quelle: BARMER-Versichertenbefragung 2019 (gewichtete Ergebnisse, ohne Berücksichtigung der Kategorie „keine Angabe/weiß nicht“)

- **90 Prozent** bewerten die **Zuwendung** der Therapeuten **positiv**.
- **80 Prozent zufrieden mit** der Beratung, den Empfehlungen & **Maßnahmen**.
- Eine **Psychotherapie** in der **eigenen Praxis** wurde zu **80 Prozent** angeboten.

BARMER

Problem:

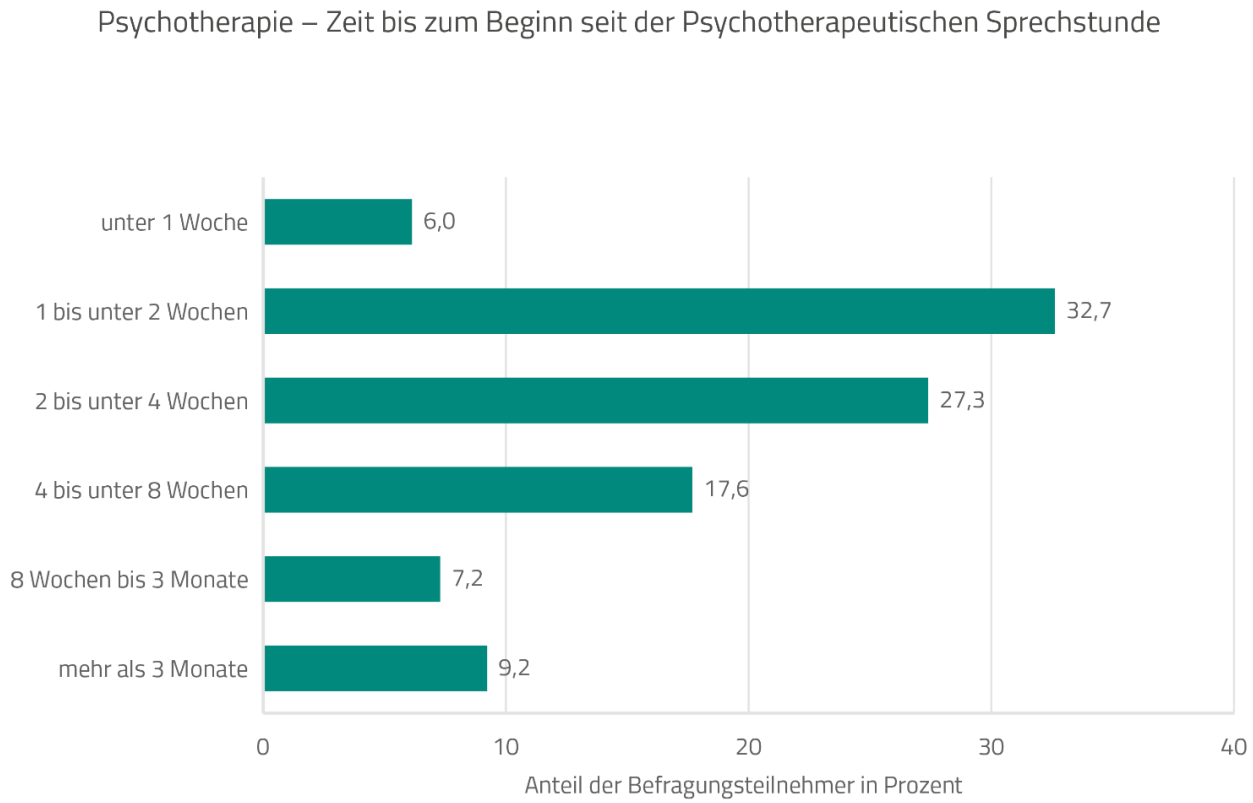
Wartezeiten auf einen Therapieplatz zu lang

- **durchschnittlich 18 Wochen = 4,5 Monate in Hamburg**
  bis zum Beginn einer Richtlinienpsychotherapie
  laut Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK)
- Bundesweit dauert es annähernd 5 Monate!

BARMER

Bundesweite BARMER-Befragung:

Wartezeit bis zum Beginn einer Therapie



Quelle: BARMER-Versichertenbefragung 2019 (gewichtete Ergebnisse)

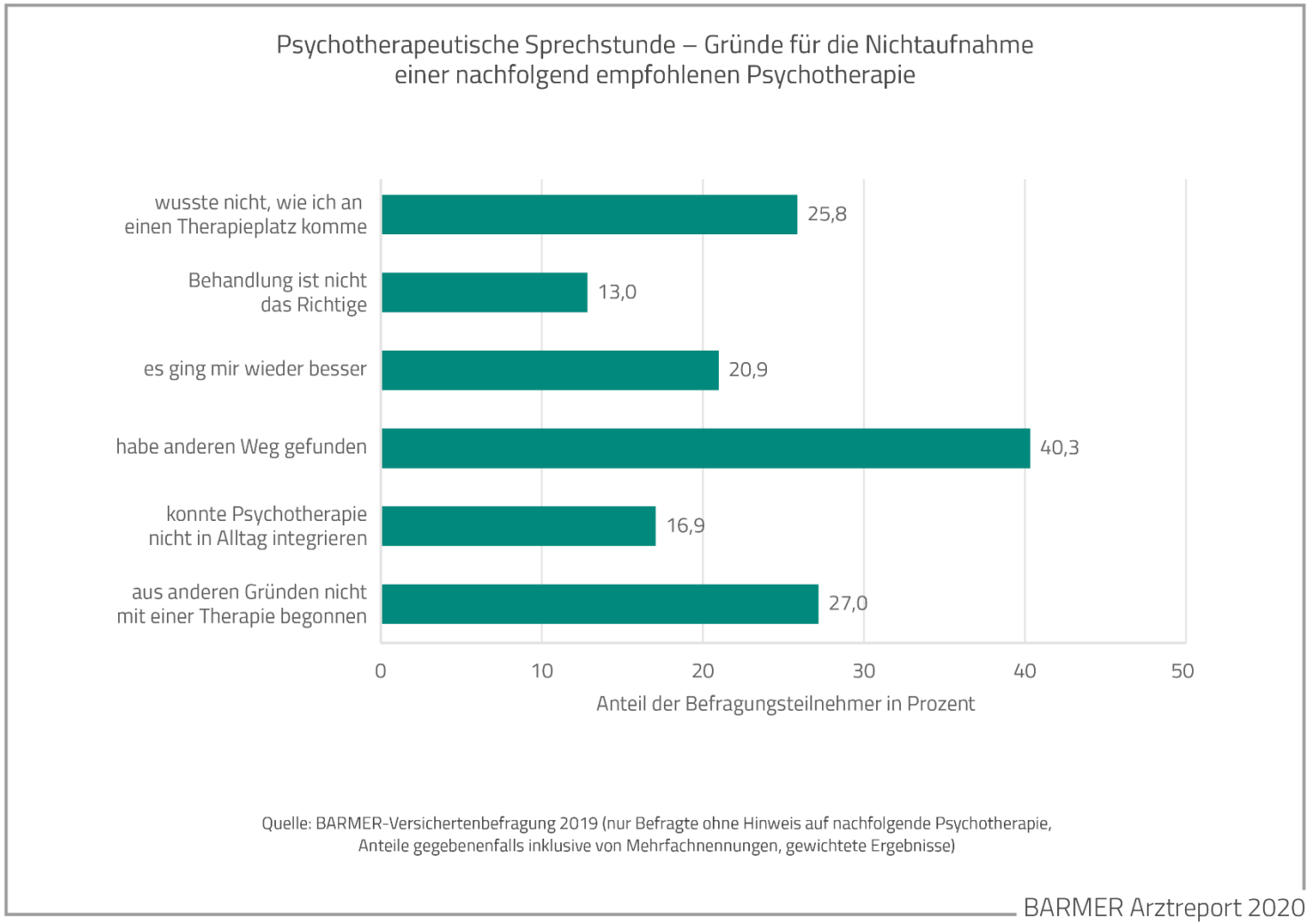
Wartezeiten durch Reform verkürzt aber:

- **Jeder dritte** Patient wartet mindestens **einen Monat**
- **Jeder zehnte** Patient wartet **ein Vierteljahr**

BARMER

Bundesweite BARMER-Befragung:

Keine Therapie begonnen, weil …



Kleiner Teil der Befragten gab an:

~ 26 Prozent wussten nicht, wie sie an einen Therapieplatz kommen

- 40 Prozent haben anderen Weg gefunden
- 21 Prozent ging es besser
- 17 Prozent Therapie nicht alltagstauglich
- 13 Prozent nicht die richtige Behandlung

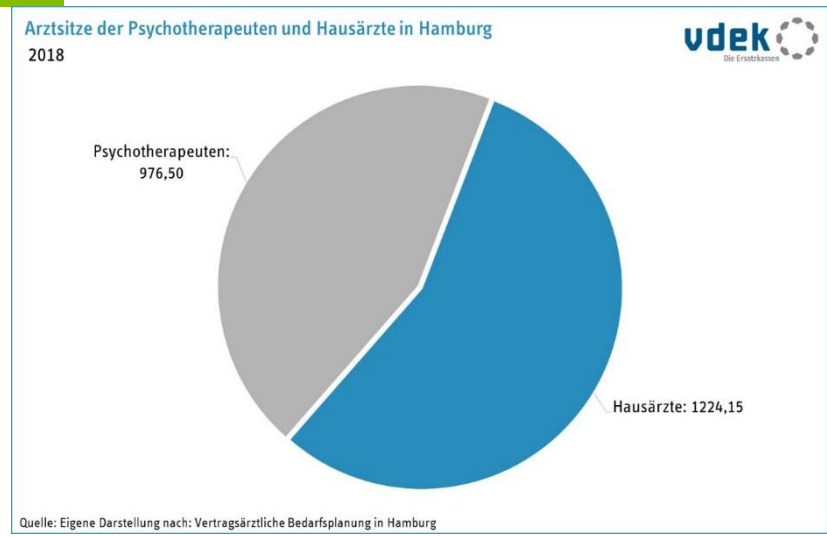
BARMER

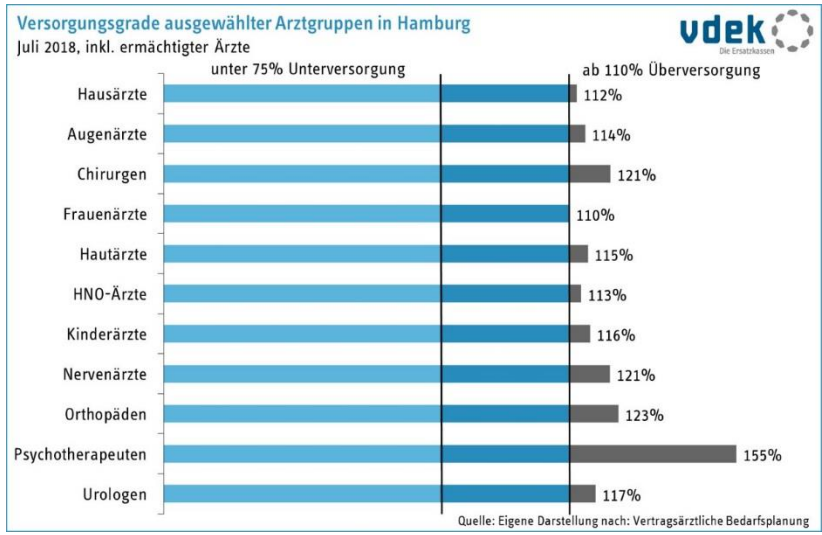
Mehr Psychotherapeuten in Hamburg?

Arztsitze im Jahr 2018 (Quelle: vdek Hamburg)

- In etwa so viele Arztsitze für Psychotherapeuten wie für Hausärzte (976 Psychotherapeuten vs. 1.224 Hausärzte)
- 155 Prozent Versorgungsgrad
  (max. 110 Prozent nötig laut Bedarfsplanung)
- Jeder dritte Psychotherapeut oberhalb dieser Versorgungsgrenze

- 45 Fälle behandelt ein Psychotherapeut pro Quartal
  (Hausarzt: 841 Fälle)





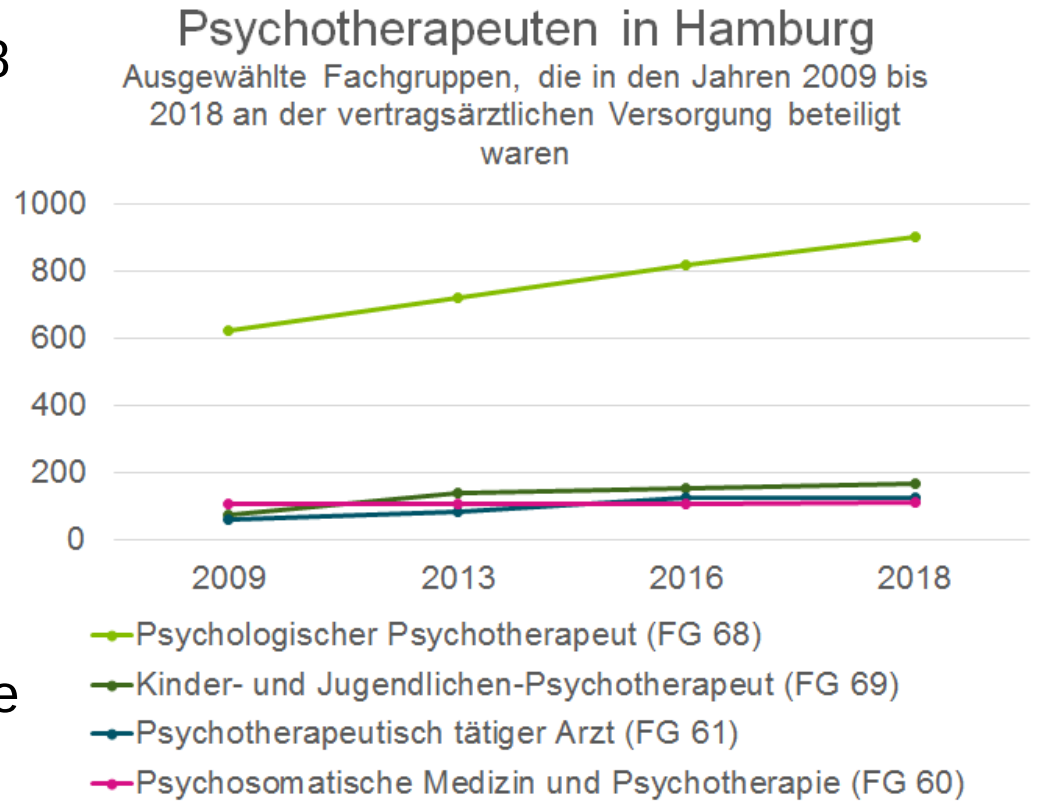
BARMER

Psychotherapeutenanzahl in Hamburg gestiegen

1.067 psychologische Psychotherapeuten im Jahr 2018

- **53 Prozent mehr als im Jahr 2009**
  (54 % Anstieg bundesweit)

- **39 Prozent mehr als im Jahr vor der Reform**
  (12 % Anstieg bundesweit)



Therapeutendichte

- ~ **50 psychologische Psychotherapeuten je 100.000 Einwohner**, nur Berlin hat mehr (53 Th. je 100.000 EW)

- **3x höher** als in Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen-Anhalt & Thüringen (15 Th. je 100.000 EW)

BARMER

Viele Psychotherapeuten ≠ kurze Wartezeit in Hamburg

- **Hohe Nachfrage**, auch von Betroffenen aus dem Umland, die die Distanz zum eigenen Wohnort schätzen und bevorzugen.

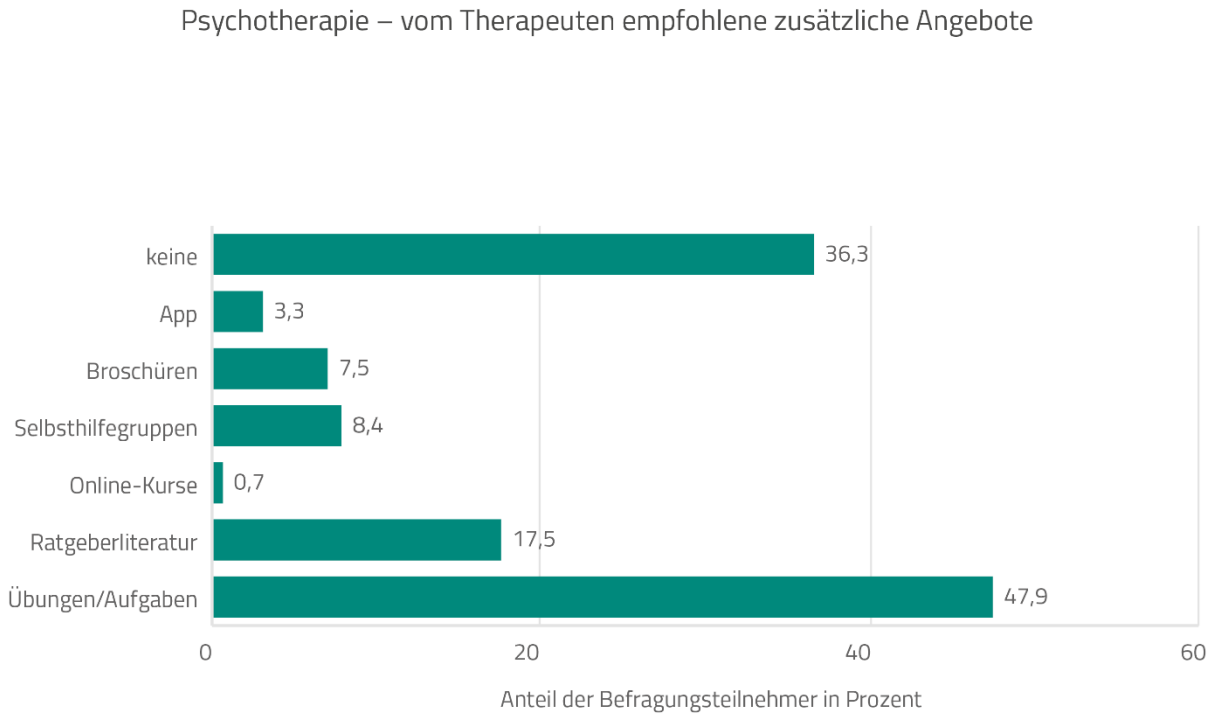
➡ **15 Prozent kommen aus dem Umland**
(davon 74 Prozent aus Schleswig-Holstein)

- Immer mehr Therapeuten **reduzieren** ihre **Arbeitszeit**:
  Im Jahr 2013 arbeiteten 89 Prozent in Vollzeit – im Jahr 2018 nur 73 Prozent.
- Psychotherapeuten teilen sich Praxen und Arztsitze
- **Keine geeigneten Räumlichkeiten** für Gruppentherapien
  (ca. 97 Prozent der Psychotherapien finden als Einzeltherapie statt)

BARMER

Bundesweite BARMER-Befragung:

Zusätzliche Angebote empfohlen?



Quelle: BARMER-Versichertenbefragung 2019 (Anteile gegebenenfalls inklusive Mehrfachnennungen, gewichtete Ergebnisse)

- Klassische Angebote wie Ratgeber oder Übungen & Aufgaben

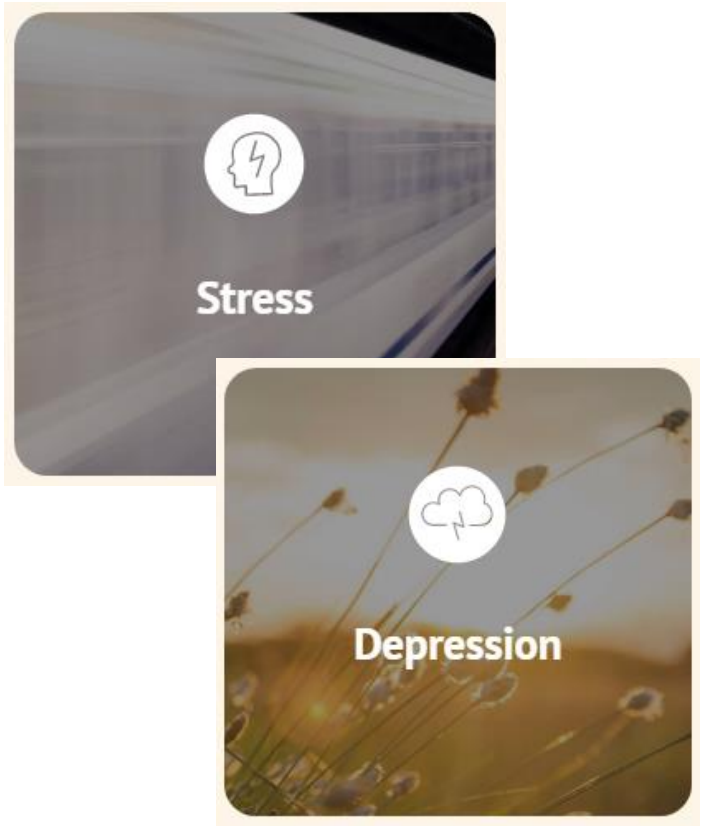
Kaum Onlineangebote wie Apps oder Kurse

BARMER

BARMER unterstützt bei psychischen Problemen

Wartezeit überbrücken mit Online-Kurs

- **GET.ON Stress:**
  Ist ein **weltweit am besten evaluiertes Stresstraining**.
  Es hilft dabei, chronischen Stress und andere Folgeerkrankungen, z. B. Burnout, zu vermeiden.
- **GET.ON Stimmung:**
  Hilft Betroffenen mit niedergeschlagener Stimmung, Interessensverlust oder **ersten depressiven Symptomen**, mit bewährten **Methoden** der **Kognitiven Verhaltenstherapie**



Vorteile der Online-Trainings: maximale Flexibilität, orts- und zeitunabhängig, individuell, persönlich betreut, schneller Zugang, einfache Nutzbarkeit, wissenschaftlich evaluiert und effektiv.

BARMER

BARMER unterstützt bei psychischen Problemen

Zum Beispiel Online-Kurs

- **MindDoc:**
  Psychotherapie bei **Depressionen**, **Essstörungen**, **Angststörungen** oder **Zwangsstörungen**;
  - Die erste Therapiesitzung findet innerhalb von zwei bis vier Wochen nach dem Erstkontakt statt.
  - Das **Erstgespräch** findet **persönlich** bei einem psychologischen Psychotherapeuten vor Ort statt.
  - **Nach der Diagnostik** erfolgt die **Therapie per Video-Chat** nach vereinbarten Terminen, auch abends.
  - Zudem gibt es eine Krisenhotline rund um die Uhr.

BARMER

BARMER unterstützt:

- ✓ Für eine notwendige psychotherapeutische Behandlung übernimmt die BARMER die Kosten. Bei Kindern wie bei Erwachsenen.
- ✓ **Transparenz über das System schaffen:** Große Online-Seite mit Erklärvideo "Zugang zur Psychotherapie: einfach erklärt“ https://www.barmer.de/gesundheit-verstehen/psychische-gesundheit
- ✓ **Wartezeit überbrücken: App Get.On**
- ✓ **Videosprechstunden: App Mind Doc**

BARMER

BARMER empfiehlt:

- ✓ **Transparenz:** Übersichtlichkeit über das System schaffen
- ✓ **Online-Angebote** für niedrigschwelligen Zugang
- ✓ **Angebot erweitern:** Gruppentherapie anbieten, bei wem es medizinisch sinnvoll ist. So könnte Wartezeit zusätzlich verringert werden
- ✓ **Videosprechstunde ausbauen**

Hilfe für Menschen mit Depressionen

Sozialpsychiatrischer Dienst in den Bezirksämtern, Adressen unter www.hamburg.de **Psychosoziale Beratungsstellen** Hamburg (sechs Standorte): www.psk-hamburg.de **Psychiatrische und psychosomatische Ambulanzen** der Asklepios Kliniken. Weitere Ambulanzen: Albertinen, UKE, Bethesda Krankenhaus, Ev. Krankenhaus Alsterdorf, Schön Klinik Eilbek. Adressen unter www.hamburg.de **Niedergelassene Fachärzte und Psychotherapeuten:** www.aerztekammer-hamburg.org, www.psychotherapiesuche.de, www.bptk.de **Telefonseelsorge** Tel. 0800/11 10-111 oder -222 (kostenfrei). **Moderiertes-Online-Forum** zum Erfahrungsaustausch: www.diskussionsforum-depression.de **Deutschlandweites Info-Telefon** Depression: Tel. 0800/ 334 45 33 (kostenfrei) **www.psychenet.de** (mit Selbsttest)

BARMER