



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

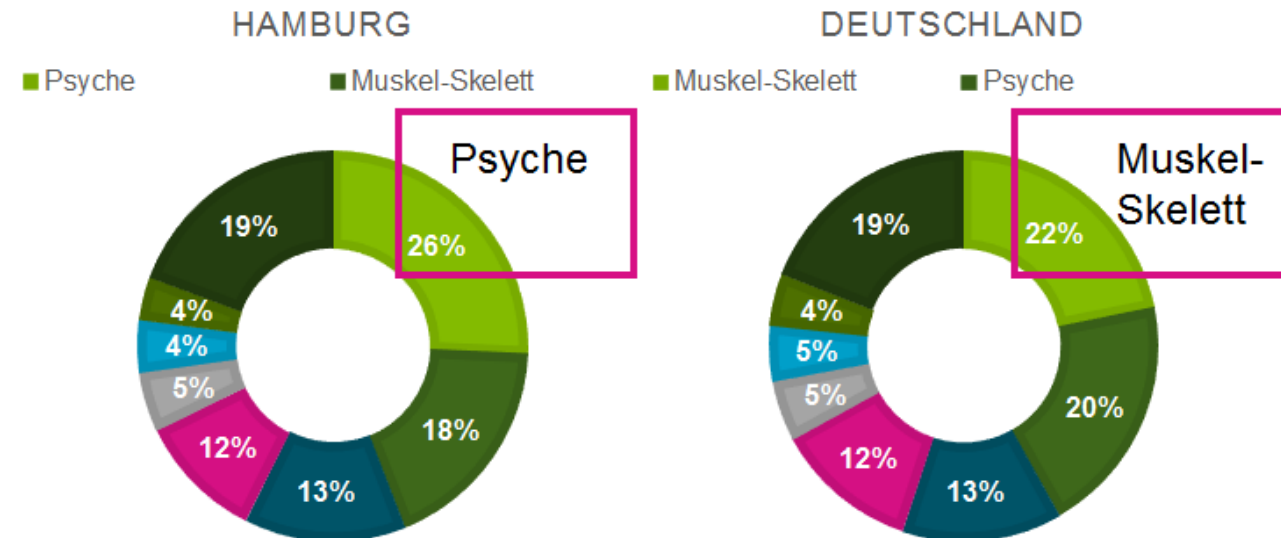
~ **85.800 der Hamburger** hatten im Jahr 2018 **Kontakt zu einem Psychotherapeuten**

➔ **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)

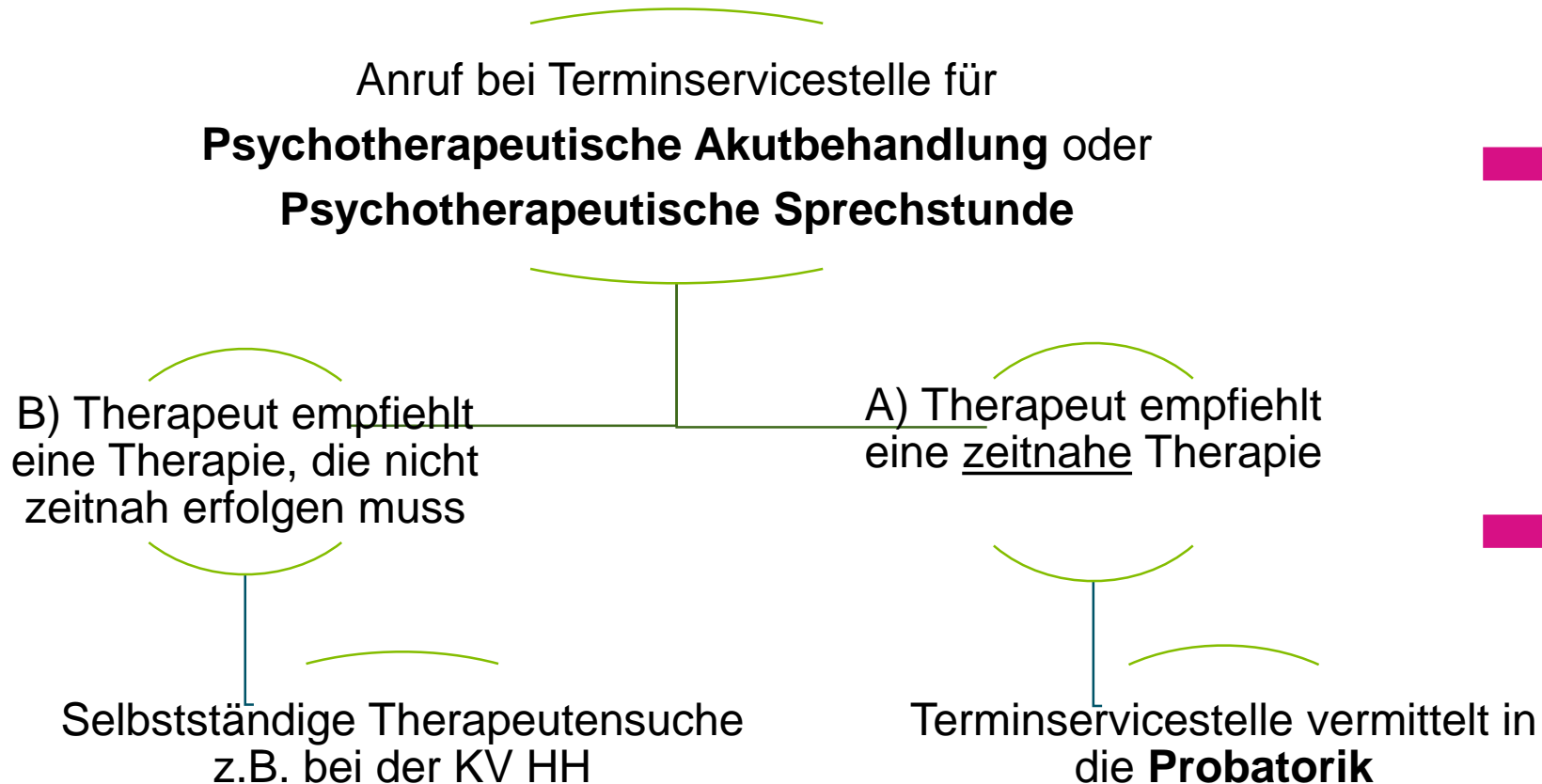
AU-Tage nach Krankheitsarten
Anteilige Verteilung der Fehlzeiten nach Krankheitsarten 2019



Quelle: BARMER-Gesundheitsreport 2020

Veränderter Zugang zur Psychotherapie seit 2017

Neu: Kürzere Wartezeiten auf ein erstes Gespräch



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**

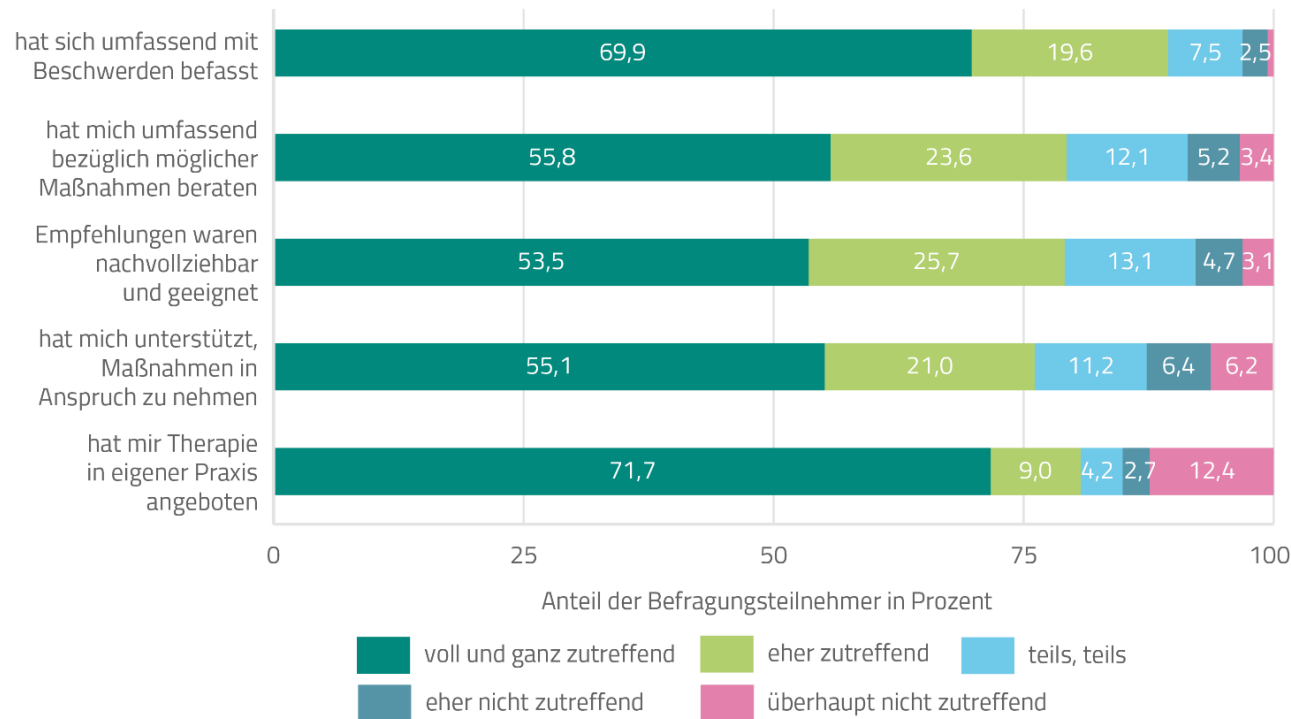
Probatorische Sitzung
mind. 2 Stunden

BARMER

Bundesweite BARMER-Befragung:

Zufriedenheit bei psychotherapeutischer Sprechstunde

Psychotherapeutische Sprechstunde – Einschätzungen des Zutreffens bestimmter Aussagen zu Handlungen und Empfehlungen der Therapeutin / des Therapeuten aus Patientensicht



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

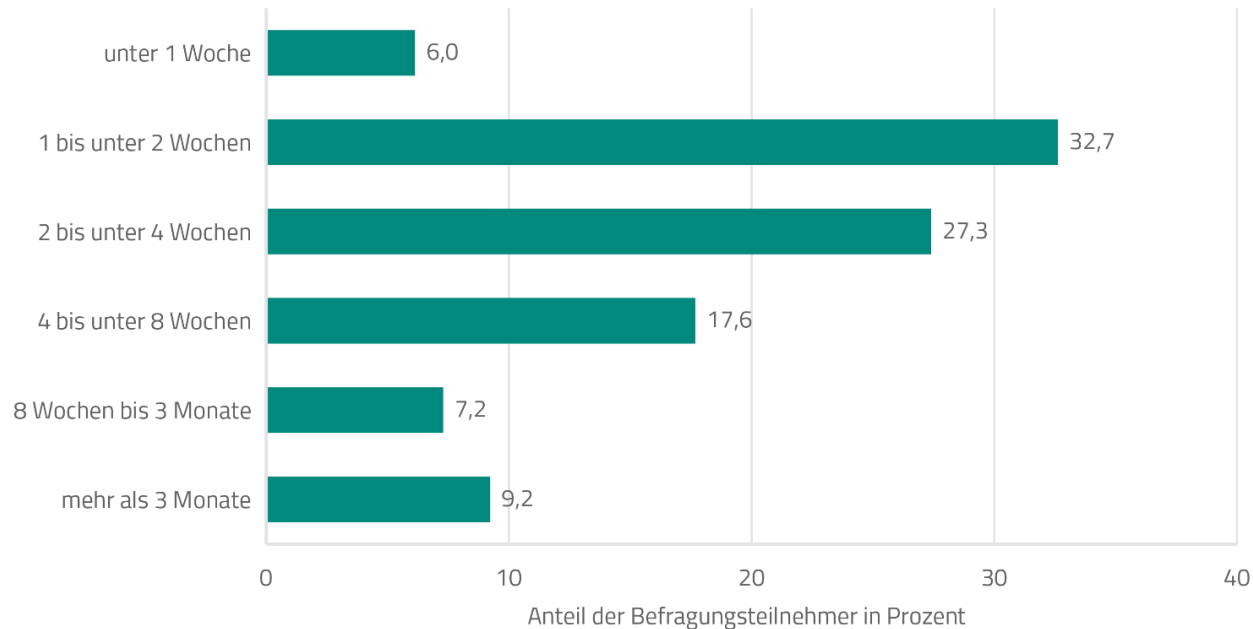
- **durchschnittlich 18 Wochen = 4,5 Monate in Hamburg**
bis zum Beginn einer Richtlinienpsychotherapie
laut Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK)
- Bundesweit dauert es annähernd 5 Monate!



Bundesweite BARMER-Befragung:

Wartezeit bis zum Beginn einer Therapie

Psychotherapie – Zeit bis zum Beginn seit der Psychotherapeutischen Sprechstunde



Quelle: BARMER-Versichertenbefragung 2019 (gewichtete Ergebnisse)

Wartezeiten durch Reform verkürzt aber:

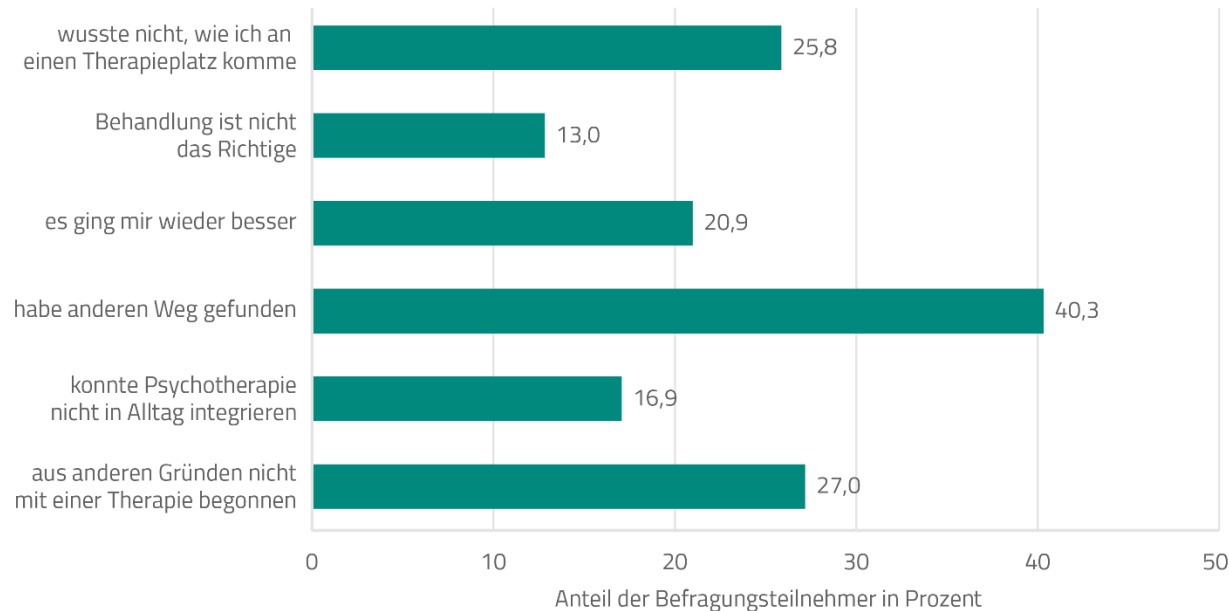
- **Jeder dritte** Patient wartet mindestens **einen Monat**
- **Jeder zehnte** Patient wartet **ein Vierteljahr**

BARMER

Bundesweite BARMER-Befragung:

Keine Therapie begonnen, weil ...

Psychotherapeutische Sprechstunde – Gründe für die Nichtaufnahme einer nachfolgend empfohlenen Psychotherapie



Quelle: BARMER-Versichertenbefragung 2019 (nur Befragte ohne Hinweis auf nachfolgende Psychotherapie, Anteile gegebenenfalls inklusive von Mehrfachnennungen, gewichtete Ergebnisse)

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

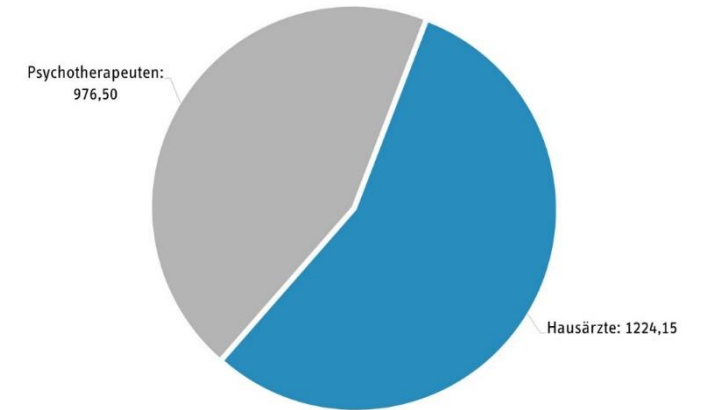
Mehr Psychotherapeuten in Hamburg?

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)

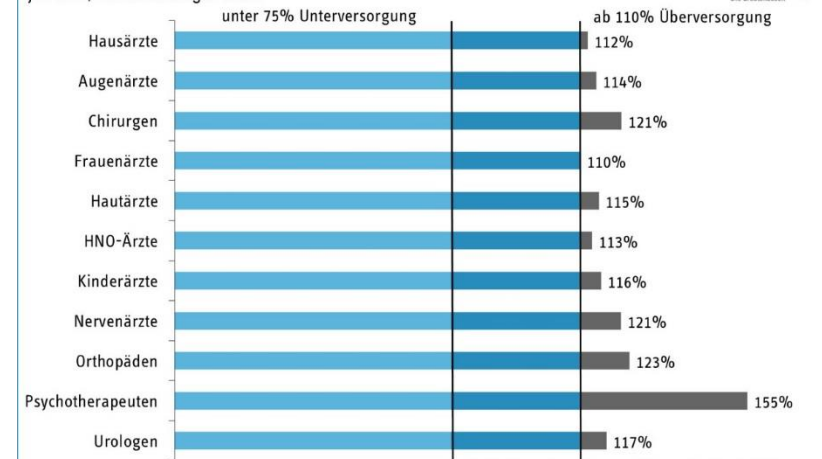
Arztsitze der Psychotherapeuten und Hausärzte in Hamburg
2018



Quelle: Eigene Darstellung nach: Vertragsärztliche Bedarfsplanung in Hamburg

Versorgungsgrade ausgewählter Arztgruppen in Hamburg

Juli 2018, inkl. ermächtigter Ärzte



Quelle: Eigene Darstellung nach: Vertragsärztliche Bedarfsplanung

Psychotherapeutenanzahl in Hamburg gestiegen

1.067 psychologische Psychotherapeuten im Jahr 2018

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

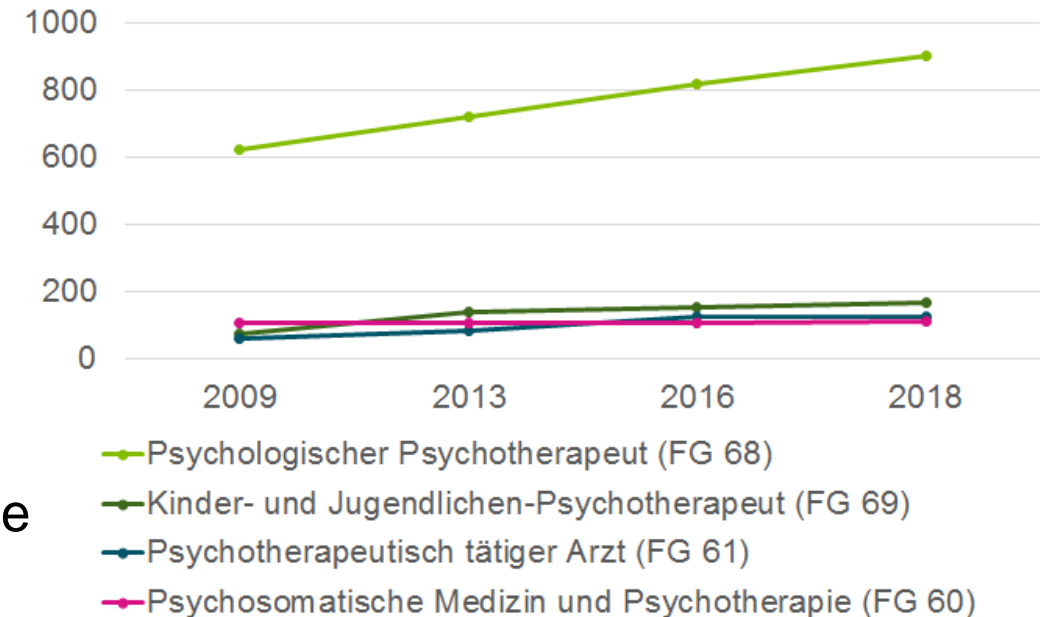
39 Prozent mehr als im Jahr vor der Reform
(12 % Anstieg bundesweit)

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)

Psychotherapeuten in Hamburg
Ausgewählte Fachgruppen, die in den Jahren 2009 bis 2018 an der vertragsärztlichen Versorgung beteiligt waren



Viele Psychotherapeuten ≠ kurze Wartezeit in Hamburg

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

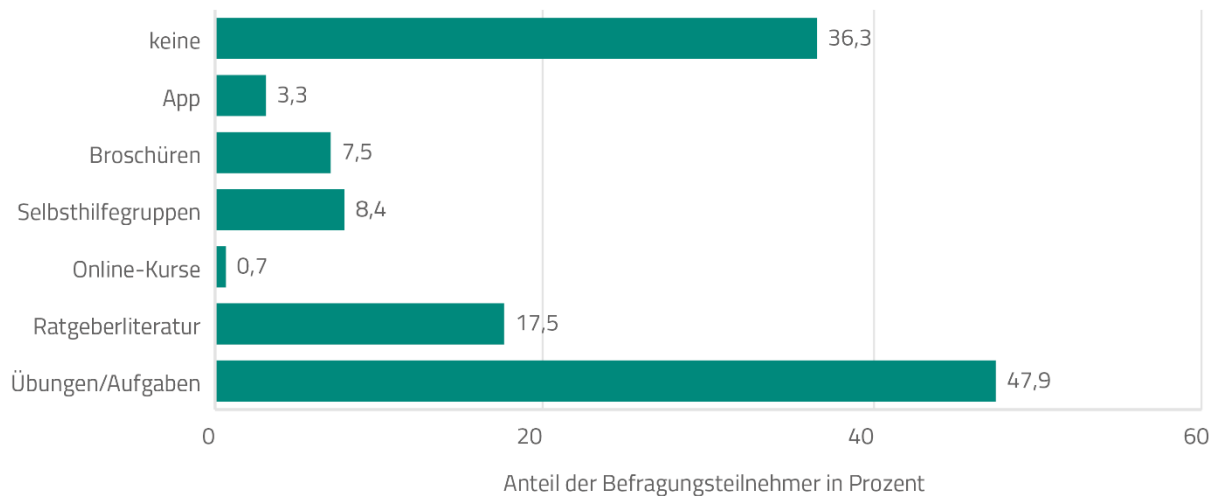
 **15 Prozent kommen aus dem Umland**
(davon 74 Prozent aus Schleswig-Holstein)

- 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)

Bundesweite BARMER-Befragung:

Zusätzliche Angebote empfohlen?

Psychotherapie – vom Therapeuten empfohlene zusätzliche Angebote



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

- Klassische Angebote wie Ratgeber oder Übungen & Aufgaben



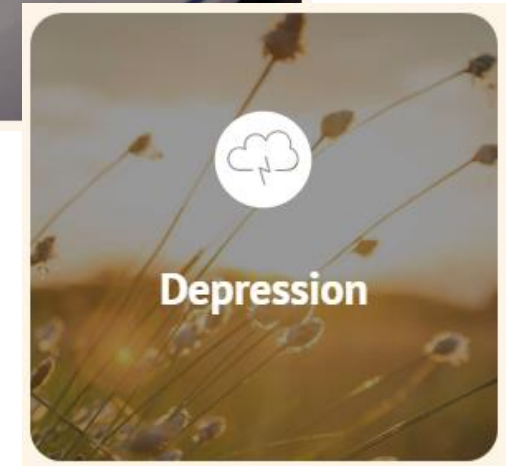
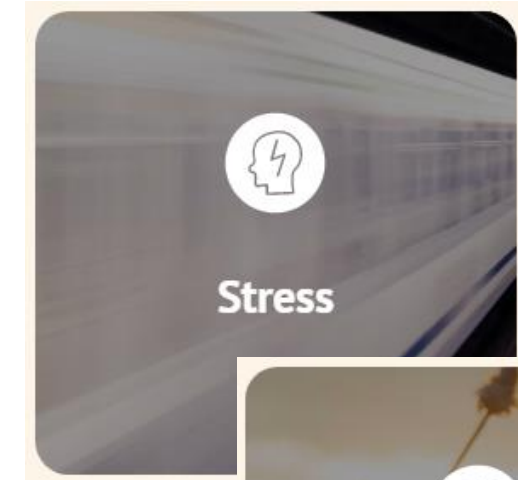
Kaum Onlineangebote wie Apps oder Kurse

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 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 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 empfiehlt:



- ✓ **Transparenz:** Übersichtlichkeit über das System schaffen
- ✓ **Online-Angebote** für niedrighschwelligen 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)