

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressemitteilung

Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg erschreckend weit verbreitet

Potsdam, 21. Juni 2018 – Mehr als jeder vierte junge Erwachsene in Brandenburg leidet an einer psychischen Erkrankung. Dies teilte die BARMER heute auf einer Pressekonferenz mit. Demnach waren 40.200 junge Erwachsene zwischen 18 bis 25 Jahren wegen einer psychischen Erkrankung im Jahr 2016 in ärztlicher Behandlung. Das entspricht einem Anteil von rund 28 Prozent. „Vor allem in den Bereichen Prävention und Entstigmatisierung haben wir Nachholbedarf. Erst wenn wir in einem Klima leben und arbeiten, in dem sich niemand für psychische Erkrankungen schämen muss, werden Ursachenbekämpfung und Prävention erfolgreich sein“, sagte Gabriela Leyh, Landesgeschäftsführerin der BARMER.

Depressive Erkrankungen haben sich mehr als verdoppelt

Insbesondere depressive Erkrankungen haben laut BARMER zugenommen. Die Diagnoserate verdoppelte sich bei jungen Erwachsenen in Brandenburg von 3,16 Prozent im Jahr 2006 auf rund 6,6 Prozent im Jahr 2016. Das entspricht rund 9.500 Betroffenen. Besonders hoch sei der Anteil depressiver junger Erwachsener in Potsdam (7,5 Prozent), Oberhavel (7,14 Prozent) und Brandenburg an der Havel (7,08 Prozent). Noch häufiger als depressive Erkrankungen wurden bei jungen Erwachsenen in Brandenburg Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen mit 11.900 Diagnosen festgestellt und somatoforme Störungen mit rund 11.400 Diagnosen.

Psychische Erkrankungen in Kindheit reduzieren Chance auf Studium

„Gerade im Jugendalter, wenn sich die Weichen für das künftige Leben stellen, können psychische Erkrankungen fatale Folgen haben“, sagte Leyh. So hätten die Analysen der BARMER gezeigt, dass junge Erwachsene, die im Lauf ihrer Kindheit psychisch krank waren, seltener ein Studium aufnahmen. Unter den 15-Jährigen eines Jahrgangs litten diejenigen, die im späteren Leben kein Studium aufnehmen, fast doppelt so häufig an einer psychischen Erkrankung, wie diejenigen, die später zur Universität gingen.

Landesvertretung
Berlin
Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 333004 998-035
markus.heckmann@barmer.de

Statement

von Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

anlässlich der Pressekonferenz

Von Depressionen bis Angststörungen

Psychische Erkrankungen bei jungen Menschen in Brandenburg

Potsdam, 21. Juni 2018

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Fast jeder vierte junge Erwachsene in Brandenburg leidet an einer psychischen Erkrankung

Im jungen Erwachsenenalter, wenn sich maßgeblich die Weichen für das künftige Leben stellen, können psychische Erkrankungen schwere Folgen haben. Der BARMER-Arztreport widmet sich in diesem Jahr der psychischen Gesundheit dieser Altersgruppe. Die Ergebnisse sind erschreckend. Bundesweit sind psychische Erkrankungen in der Altersgruppe der 18- bis 25-Jährigen zwischen den Jahren 2005 und 2016 um 38 Prozent gestiegen, von rund 1,4 Millionen Diagnosen auf 1,9 Millionen Diagnosen. In Brandenburg wurde im Jahr 2016 bei rund 40.200 jungen Erwachsenen eine psychische Erkrankung festgestellt. Das entspricht einem Anteil von rund 28 Prozent. Bundesweit liegt Brandenburg damit an vierter Stelle hinter Berlin mit 30,2 Prozent, Bremen mit 30,1 Prozent, Mecklenburg-Vorpommern mit 29,5 Prozent und Hamburg mit 28,9 Prozent.

Depressionen sind oft mit ernsthaften Begleiterkrankungen verbunden

Sorge bereitet uns insbesondere die steigende Diagnoserate bei depressiven Erkrankungen. In Brandenburg hat sich der Anteil junger Erwachsener mit mindestens einer Depressionsdiagnose von 3,16 Prozent im Jahr 2006 auf rund 6,6 Prozent im Jahr 2016 mehr als verdoppelt. Dies ist insbesondere deshalb besorgniserregend, weil Menschen mit depressiven Erkrankungen oft auch an ernsthaften Begleiterscheinungen leiden. Sie sind zum Beispiel doppelt so häufig von Bluthochdruck und sechs Mal so häufig von Schlafstörungen betroffen. Außerdem werden bei ihnen häufiger Selbstverstümmelungen diagnostiziert, was auf ein hohes Selbstgefährdungspotenzial hinweist. Laut Statistischem Bundesamt gehen ein Fünftel der Todesursachen bei den 20- bis 25-Jährigen auf Selbsttötungen zurück. Noch häufiger als depressive Erkrankungen sind in Brandenburg somatoforme Störungen, also Schmerzen, die keine organische, sondern psychische Ursachen haben, mit 11.400 Betroffenen (8,02 Prozent) verbreitet und Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen mit 11.900 Betroffenen (8,28 Prozent). Erfasst sind hier nur die ärztlichen Diagnosen. Die Dunkelziffer dürfte weit höher liegen, da sich nicht Jeder mit psychischen Problemen in ärztliche Behandlung begibt. Dies birgt das Risiko, dass sich psychische Leiden chronifizieren und später schwerer zu behandeln sind. Wir raten deshalb, schon frühe Anzeichen ernst zu nehmen.

Psychische Erkrankungen in der Kindheit und Jugend mindern Wahrscheinlichkeit eines Studiums

Unsere Analysen haben ergeben, dass junge Erwachsene, die nicht studieren, 1,3- bis 1,9-mal häufiger an psychischen Erkrankungen leiden, als Gleichaltrige, die zur Universität gehen. Besonders deutlich ist dies zum Beispiel bei der Diagnose „Reaktion auf psychische Belastungen und Anpassungsstörungen“. Hierunter litten im Jahr 2015 bundesweit rund 7,4 Millionen Nicht-Studierende und rund 3,9 Millionen Studierende. Wir vermuten, dass der Druck der Arbeitswelt und insbesondere prekäre Beschäftigungsverhältnisse hier ihre Spuren hinterlassen. Arbeitgeber sollten deshalb Aspekte der seelischen Gesundheit stärker in ihr Betriebliches Gesundheitsmanagement aufnehmen. Allerdings treten bei vielen jungen Menschen psychische Erkrankungen schon in der Schulzeit auf, also bevor sich der Berufsweg in Ausbildung oder Studium gabelt. Wir haben im Arztreport die psychische Gesundheit jungen Erwachsenen des Jahrgangs 1996 genauer analysiert. Im Alter von 15 Jahren ist der Anteil psychisch Kranker bei der Gruppe, die im späteren Lebensverlauf kein Studium aufnehmen wird, fast doppelt so hoch, wie bei der Gruppe, die später studieren wird. In anderen Worten, eine psychische Erkrankung in der Kindheit oder Jugend reduziert die Wahrscheinlichkeit eines Studiums. Es ist also wichtig, dass Kinder, die schon in einer frühen Lebensphase psychische Probleme haben, entsprechende Hilfe bekommen. Hier haben die schulpsychologischen Beratungsstellen der Schulämter eine wichtige Funktion. Vor allem Kinder von psychisch kranken Eltern benötigen gezielte Unterstützung.

Prävention ist auch bei psychischen Erkrankungen möglich

Die Ergebnisse des Arztreports sind erschreckend aber nicht hoffnungslos. Niemand ist psychischen Erkrankungen ausgeliefert. Zwar spielen genetische Veranlagungen bei einigen psychischen Erkrankungen eine wichtige Rolle. Wie für andere Krankheiten gibt es auch gegen psychische Erkrankungen Präventionsangebote. Im vergangenen Monat wurde im „American Journal of Psychiatry“ eine internationale Studie vorgestellt, die bewiesen hat, dass Menschen, die sich körperlich fit halten, ein deutlich geringeres Risiko haben, eine Depression zu entwickeln. Es gibt vielfältige Präventionsangebote zur Stärkung der seelischen Gesundheit. Wir laden Schulen, Universitäten und Ausbildungsbetriebe herzlich dazu ein, gemeinsam mit den Kassen geeignete Präventionskonzepte aufzulegen.

Nachholbedarf bei der Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen

Wer als junger Mensch psychisch krank ist, muss dies nicht sein ganzes Leben lang bleiben. Klar ist, eine Depression lässt sich nicht so schnell auskurieren, wie eine Grippe, sondern begleitet einen meist über Jahre. Dennoch gibt es erfolgreiche Therapien, die allerdings ein Mitwirken nicht nur des Betroffenen sondern oft auch seines sozialen Umfeldes bedarf. Vielen psychisch kranken Menschen wäre schon geholfen, wenn sie wegen ihres Leidens weniger stigmatisiert würden. Erst wenn wir in einem Klima arbeiten und leben, in dem sich niemand für psychische Erkrankungen schämen muss, werden Ursachenbekämpfung und Prävention erfolgreich sein.

Von Angststörungen bis Depressionen

**Psychische Erkrankungen
bei jungen Erwachsenen in Brandenburg**

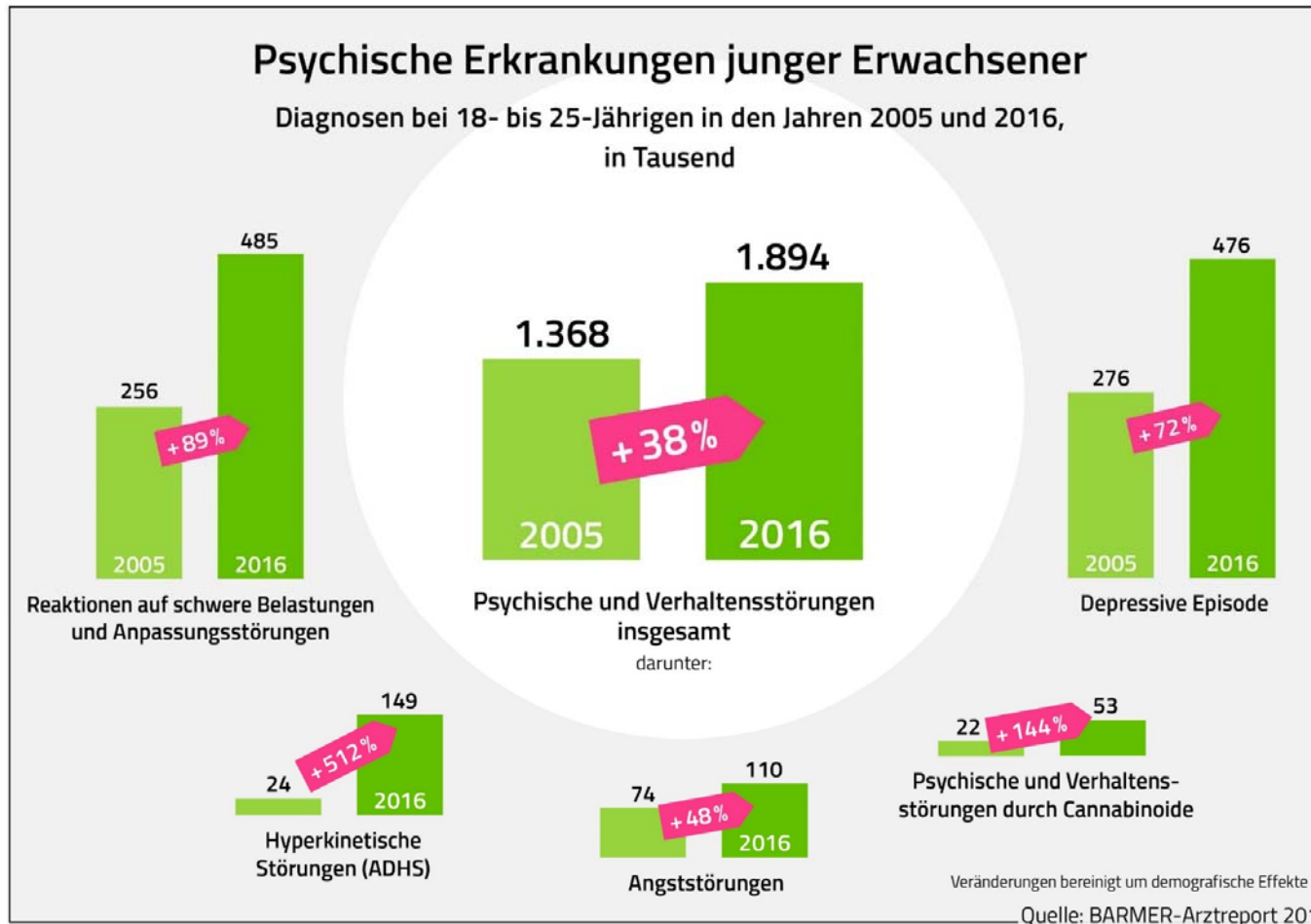
**Pressekonferenz der BARMER-Landesvertretung Berlin/Brandenburg
Potsdam, 21. Juni 2018**

Kernbotschaften

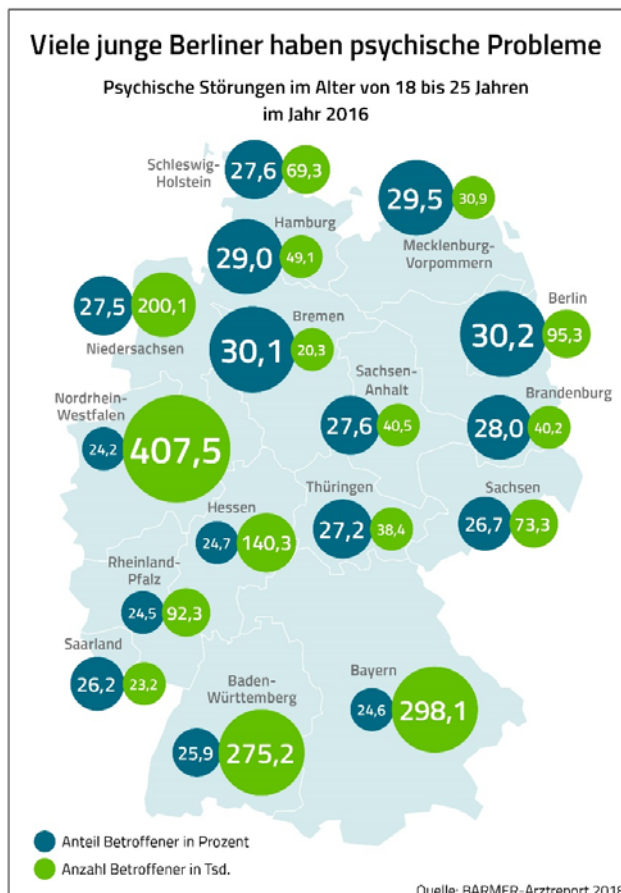
Im jungen Erwachsenenalter erfolgen die maßgeblichen Weichenstellungen für das weitere Leben. Psychischen Erkrankungen kommen bei dieser Altersgruppe deshalb eine besondere Bedeutung zu.

- In den vergangenen Jahren sind psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen bundesweit gestiegen.
- Mehr als jeder vierte junge Erwachsene in Brandenburg ist wegen einer psychischen Erkrankung in ärztlicher Behandlung.
- Die Anzahl junger Erwachsener mit einer depressiven Erkrankung hat sich in den vergangenen zehn Jahren verdoppelt.
- Menschen mit depressiven Erkrankungen sind häufig mit Begleiterkrankungen konfrontiert.
- Psychische Erkrankungen in Kindheit und Jugend reduzieren die Wahrscheinlichkeit für ein späteres Studium.

Starker Anstieg psychischer Erkrankungen



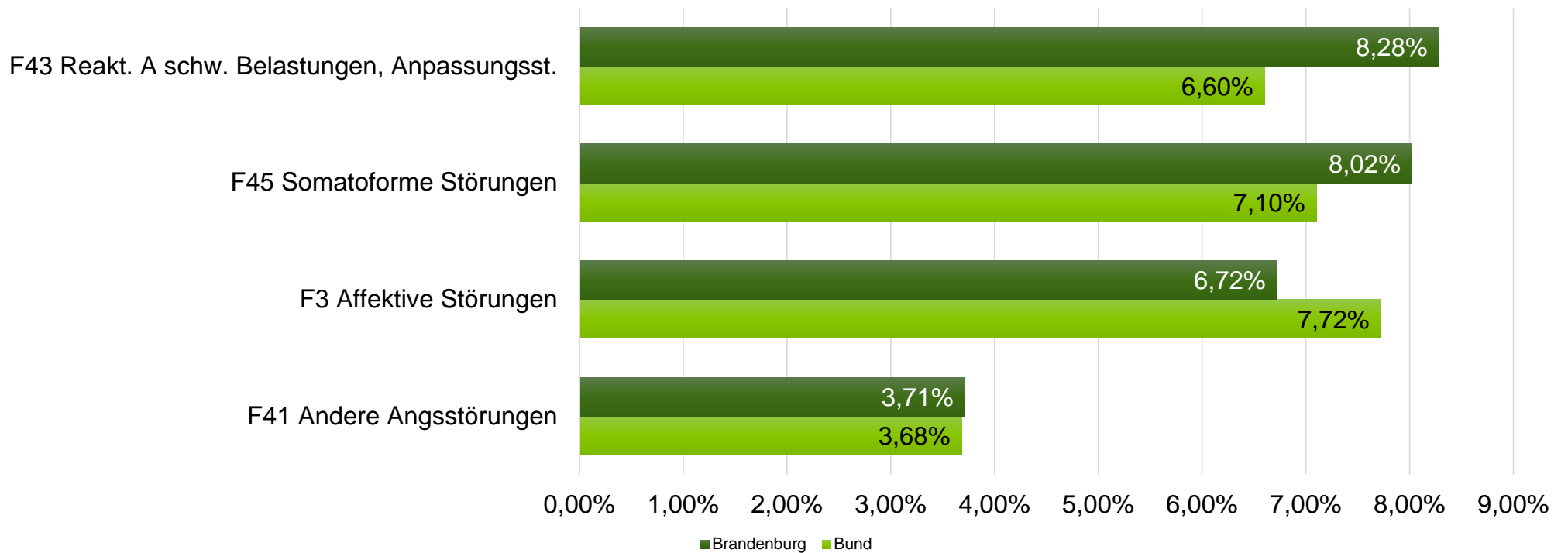
Diagnosen psychischer Erkrankungen im Ländervergleich



- In Brandenburg war im Jahr 2016 mehr als jeder Vierte zwischen 18 und 25 Jahren wegen einer psychischen Erkrankung in ärztlicher Behandlung, nämlich 27,99 Prozent, das sind rund 40.200 junge Erwachsene.
- Brandenburg liegt mit seiner Betroffenenrate hinter Berlin (30,2 Prozent), Bremen (30,12 Prozent), Mecklenburg-Vorpommern (29,52 Prozent) und Hamburg (28,99 Prozent).

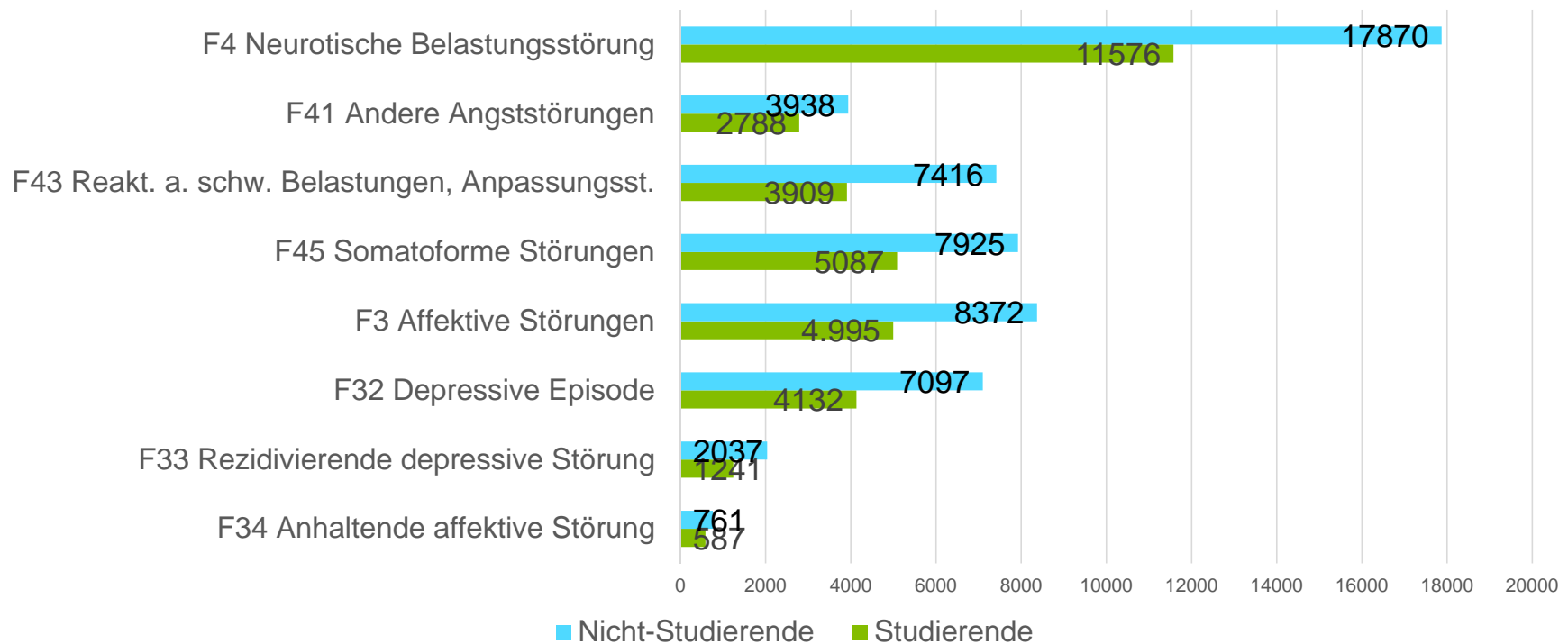
Diagnosen psychischer Erkrankungen in Brandenburg

Diagnosen psychischer Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg und im Bundesdurchschnitt

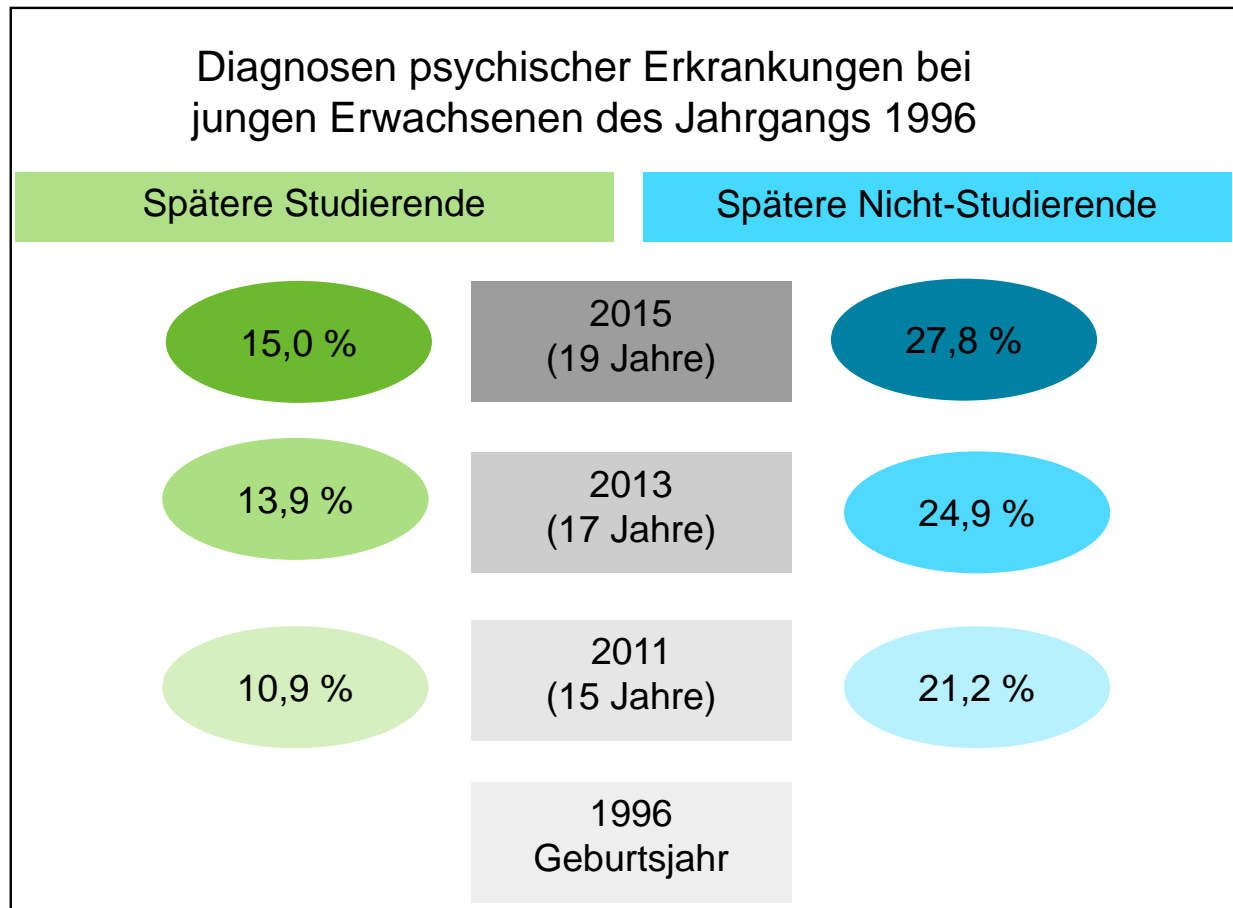


Studierende versus Nicht-Studierende

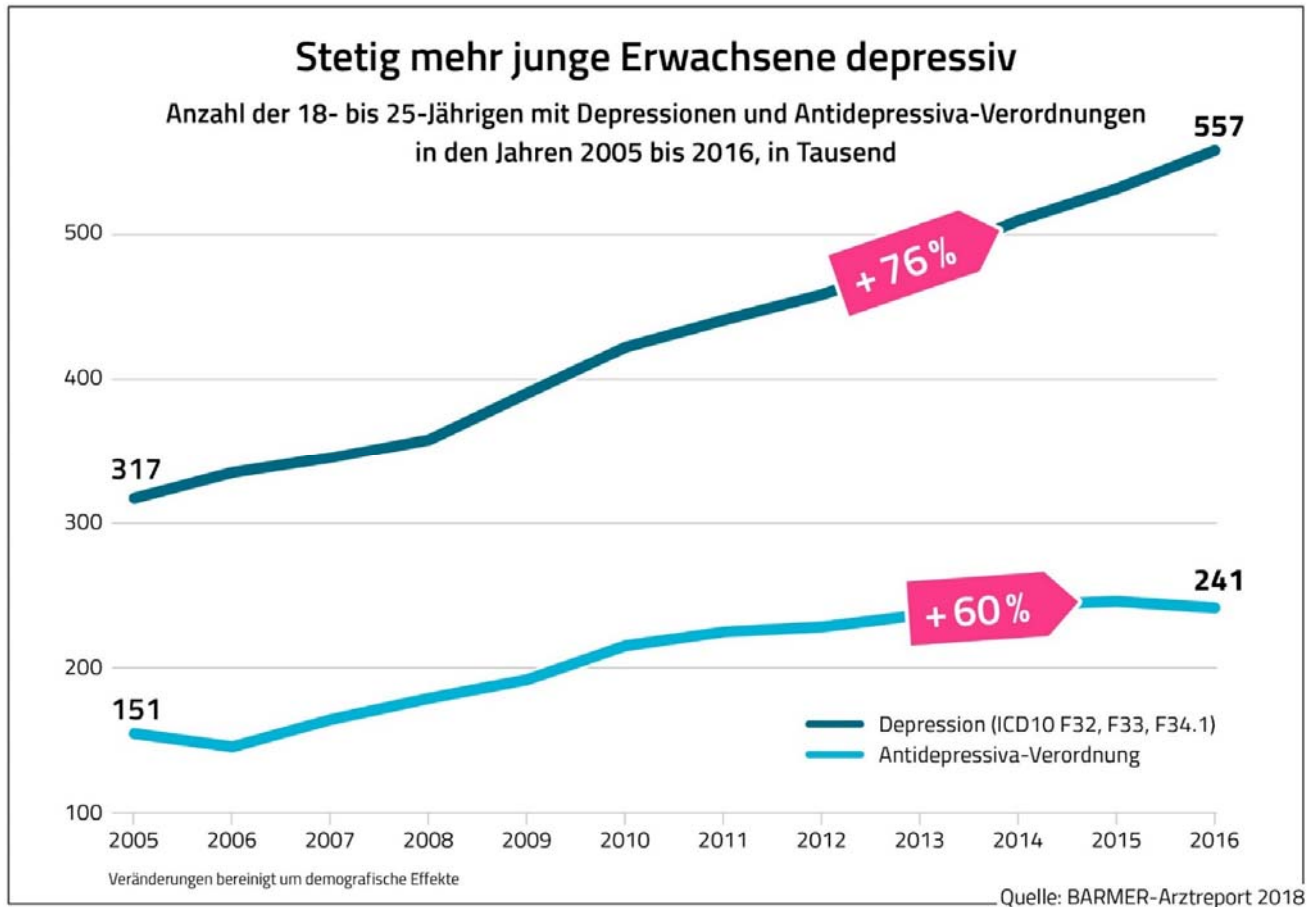
Diagnose psychischer Erkrankungen je 100.000 im Jahr 2015 bundesweit



Psychische Gesundheit und Studienwahrscheinlichkeit

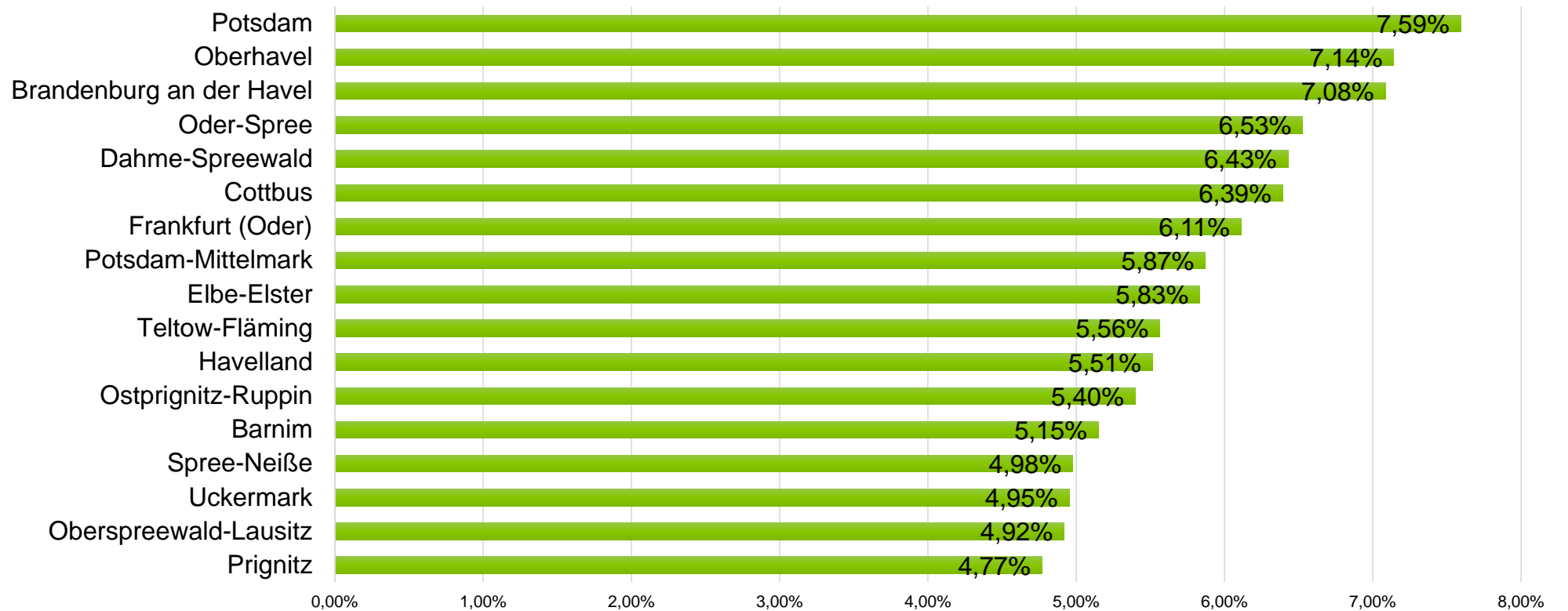


Diagnose Depression 2005 bis 2016 bundesweit



Diagnosen depressiver Erkrankungen in Brandenburg

Durchschnittlicher Anteil der 18- bis 25-Jährigen mit Diagnose einer depressiven Erkrankung im Zeitraum 2013 bis 2016



Häufige Begleiterkrankungen bei Depressionen

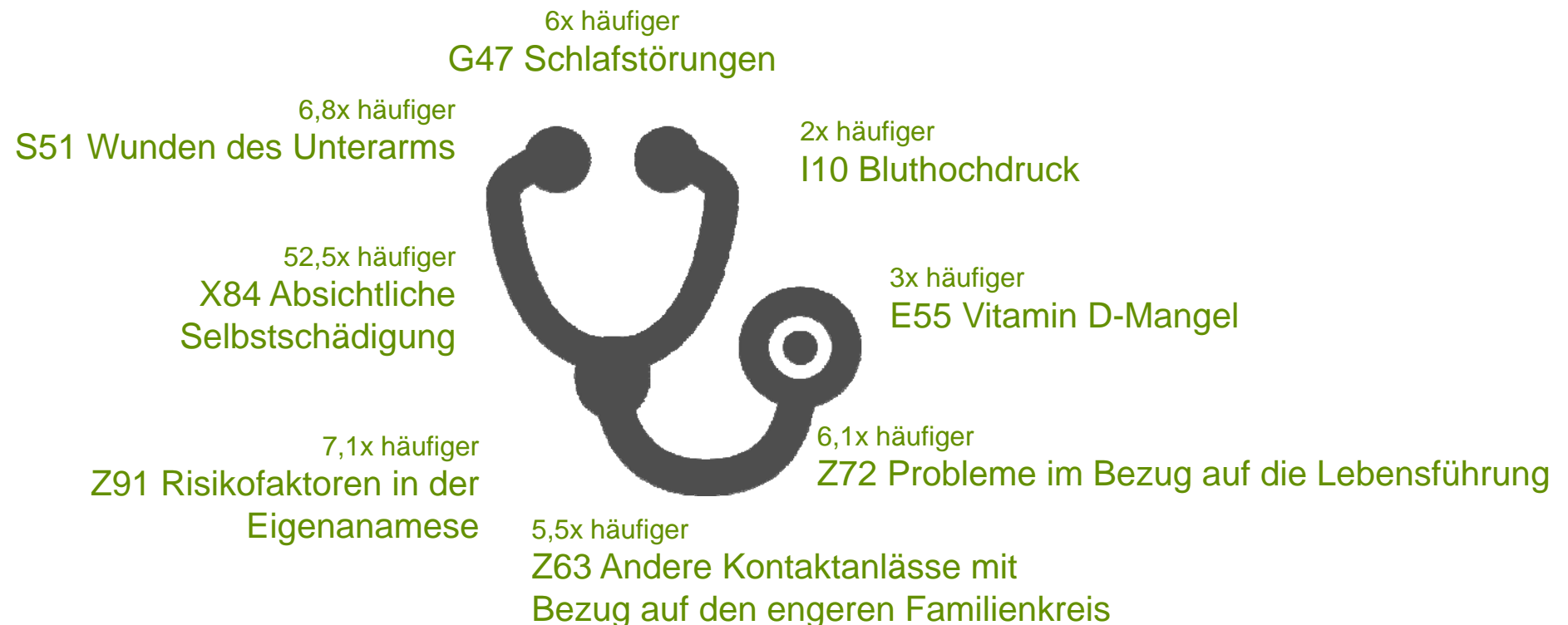


Bild: ©fotolia/utemov

Fazit

- Niemand ist psychischen Erkrankungen ausgeliefert. Zwar spielen genetische Veranlagungen eine wichtige Rolle. Wie für andere Krankheiten gibt es auch gegen psychische Erkrankungen Präventionsangebote.
- Wer als junger Mensch psychisch krank ist, muss dies nicht sein ganzes Leben lang bleiben. Wie bei anderen Krankheiten gibt es aber auch bei psychischen Erkrankungen Heilungschancen.
- Psychische Erkrankungen dürfen kein Stigma sein. Erst wenn wir in einem Klima arbeiten und leben, in dem sich niemand für psychische Erkrankungen schämen muss, werden Ursachenbekämpfung und Prävention erfolgreich sein.
- Schulen, Universitäten und Ausbildungsbetriebe müssen viel stärker die Möglichkeiten ergreifen, in die seelische Gesundheit ihrer Schüler, Studierenden und Mitarbeiter zu investieren.

Präventionsangebote

Prävention in Kitas und Schulen

- „Papilio“ zur Gewaltprävention und Stärkung der seelischen Gesundheit von Kindern.



Online-Trainings

- „Pro Mind“ – Evidenzbasiertes Online-Training zur Verbesserung und Erhaltung der psychischen Gesundheit.

Betriebliches Gesundheitsmanagement

- Workshops und Impulsvorträge zu Achtsamkeit, Entspannungstechniken.
- Check-Ups zur Analyse der individuellen Stressbelastung und Regenerationsfähigkeit.



Vielen Dank

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

**Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische
Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg**

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

**Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische
Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg**

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

**Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische
Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg**

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

**Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische
Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg**

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

**Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische
Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg**

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

SPERRFRIST: 21. Juni 2018, 12 Uhr

Pressekonferenz

Von Angststörungen bis Depressionen – Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg

Vorstellung des BARMER-Arztreports 2018

Donnerstag | 21. Juni 2018 | 11.00 Uhr

BARMER-Geschäftsstelle Potsdam | Konferenzraum 2. OG

Friedrich-Ebert-Straße 8 | 14467 Potsdam

Teilnehmer:

Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

Moderation:

Markus Heckmann

Pressesprecher der BARMER Berlin/Brandenburg

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Pressemitteilung

Psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg erschreckend weit verbreitet

Potsdam, 21. Juni 2018 – Mehr als jeder vierte junge Erwachsene in Brandenburg leidet an einer psychischen Erkrankung. Dies teilte die BARMER heute auf einer Pressekonferenz mit. Demnach waren 40.200 junge Erwachsene zwischen 18 bis 25 Jahren wegen einer psychischen Erkrankung im Jahr 2016 in ärztlicher Behandlung. Das entspricht einem Anteil von rund 28 Prozent. „Vor allem in den Bereichen Prävention und Entstigmatisierung haben wir Nachholbedarf. Erst wenn wir in einem Klima leben und arbeiten, in dem sich niemand für psychische Erkrankungen schämen muss, werden Ursachenbekämpfung und Prävention erfolgreich sein“, sagte Gabriela Leyh, Landesgeschäftsführerin der BARMER.

Depressive Erkrankungen haben sich mehr als verdoppelt

Insbesondere depressive Erkrankungen haben laut BARMER zugenommen. Die Diagnoserate verdoppelte sich bei jungen Erwachsenen in Brandenburg von 3,16 Prozent im Jahr 2006 auf rund 6,6 Prozent im Jahr 2016. Das entspricht rund 9.500 Betroffenen. Besonders hoch sei der Anteil depressiver junger Erwachsener in Potsdam (7,5 Prozent), Oberhavel (7,14 Prozent) und Brandenburg an der Havel (7,08 Prozent). Noch häufiger als depressive Erkrankungen wurden bei jungen Erwachsenen in Brandenburg Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen mit 11.900 Diagnosen festgestellt und somatoforme Störungen mit rund 11.400 Diagnosen.

Psychische Erkrankungen in Kindheit reduzieren Chance auf Studium

„Gerade im Jugendalter, wenn sich die Weichen für das künftige Leben stellen, können psychische Erkrankungen fatale Folgen haben“, sagte Leyh. So hätten die Analysen der BARMER gezeigt, dass junge Erwachsene, die im Lauf ihrer Kindheit psychisch krank waren, seltener ein Studium aufnahmen. Unter den 15-Jährigen eines Jahrgangs litten diejenigen, die im späteren Leben kein Studium aufnehmen, fast doppelt so häufig an einer psychischen Erkrankung, wie diejenigen, die später zur Universität gingen.

Landesvertretung
Berlin
Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 333004 998-035
markus.heckmann@barmer.de

Statement

von Gabriela Leyh

Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg

anlässlich der Pressekonferenz

Von Depressionen bis Angststörungen

Psychische Erkrankungen bei jungen Menschen in Brandenburg

Potsdam, 21. Juni 2018

Landesvertretung

Berlin

Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de

Fast jeder vierte junge Erwachsene in Brandenburg leidet an einer psychischen Erkrankung

Im jungen Erwachsenenalter, wenn sich maßgeblich die Weichen für das künftige Leben stellen, können psychische Erkrankungen schwere Folgen haben. Der BARMER-Arztreport widmet sich in diesem Jahr der psychischen Gesundheit dieser Altersgruppe. Die Ergebnisse sind erschreckend. Bundesweit sind psychische Erkrankungen in der Altersgruppe der 18- bis 25-Jährigen zwischen den Jahren 2005 und 2016 um 38 Prozent gestiegen, von rund 1,4 Millionen Diagnosen auf 1,9 Millionen Diagnosen. In Brandenburg wurde im Jahr 2016 bei rund 40.200 jungen Erwachsenen eine psychische Erkrankung festgestellt. Das entspricht einem Anteil von rund 28 Prozent. Bundesweit liegt Brandenburg damit an vierter Stelle hinter Berlin mit 30,2 Prozent, Bremen mit 30,1 Prozent, Mecklenburg-Vorpommern mit 29,5 Prozent und Hamburg mit 28,9 Prozent.

Depressionen sind oft mit ernsthaften Begleiterkrankungen verbunden

Sorge bereitet uns insbesondere die steigende Diagnoserate bei depressiven Erkrankungen. In Brandenburg hat sich der Anteil junger Erwachsener mit mindestens einer Depressionsdiagnose von 3,16 Prozent im Jahr 2006 auf rund 6,6 Prozent im Jahr 2016 mehr als verdoppelt. Dies ist insbesondere deshalb besorgniserregend, weil Menschen mit depressiven Erkrankungen oft auch an ernsthaften Begleiterscheinungen leiden. Sie sind zum Beispiel doppelt so häufig von Bluthochdruck und sechs Mal so häufig von Schlafstörungen betroffen. Außerdem werden bei ihnen häufiger Selbstverstümmelungen diagnostiziert, was auf ein hohes Selbstgefährdungspotenzial hinweist. Laut Statistischem Bundesamt gehen ein Fünftel der Todesursachen bei den 20- bis 25-Jährigen auf Selbsttötungen zurück. Noch häufiger als depressive Erkrankungen sind in Brandenburg somatoforme Störungen, also Schmerzen, die keine organische, sondern psychische Ursachen haben, mit 11.400 Betroffenen (8,02 Prozent) verbreitet und Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen mit 11.900 Betroffenen (8,28 Prozent). Erfasst sind hier nur die ärztlichen Diagnosen. Die Dunkelziffer dürfte weit höher liegen, da sich nicht Jeder mit psychischen Problemen in ärztliche Behandlung begibt. Dies birgt das Risiko, dass sich psychische Leiden chronifizieren und später schwerer zu behandeln sind. Wir raten deshalb, schon frühe Anzeichen ernst zu nehmen.

Psychische Erkrankungen in der Kindheit und Jugend mindern Wahrscheinlichkeit eines Studiums

Unsere Analysen haben ergeben, dass junge Erwachsene, die nicht studieren, 1,3- bis 1,9-mal häufiger an psychischen Erkrankungen leiden, als Gleichaltrige, die zur Universität gehen. Besonders deutlich ist dies zum Beispiel bei der Diagnose „Reaktion auf psychische Belastungen und Anpassungsstörungen“. Hierunter litten im Jahr 2015 bundesweit rund 7,4 Millionen Nicht-Studierende und rund 3,9 Millionen Studierende. Wir vermuten, dass der Druck der Arbeitswelt und insbesondere prekäre Beschäftigungsverhältnisse hier ihre Spuren hinterlassen. Arbeitgeber sollten deshalb Aspekte der seelischen Gesundheit stärker in ihr Betriebliches Gesundheitsmanagement aufnehmen. Allerdings treten bei vielen jungen Menschen psychische Erkrankungen schon in der Schulzeit auf, also bevor sich der Berufsweg in Ausbildung oder Studium gabelt. Wir haben im Arztreport die psychische Gesundheit jungen Erwachsenen des Jahrgangs 1996 genauer analysiert. Im Alter von 15 Jahren ist der Anteil psychisch Kranker bei der Gruppe, die im späteren Lebensverlauf kein Studium aufnehmen wird, fast doppelt so hoch, wie bei der Gruppe, die später studieren wird. In anderen Worten, eine psychische Erkrankung in der Kindheit oder Jugend reduziert die Wahrscheinlichkeit eines Studiums. Es ist also wichtig, dass Kinder, die schon in einer frühen Lebensphase psychische Probleme haben, entsprechende Hilfe bekommen. Hier haben die schulpsychologischen Beratungsstellen der Schulämter eine wichtige Funktion. Vor allem Kinder von psychisch kranken Eltern benötigen gezielte Unterstützung.

Prävention ist auch bei psychischen Erkrankungen möglich

Die Ergebnisse des Arztreports sind erschreckend aber nicht hoffnungslos. Niemand ist psychischen Erkrankungen ausgeliefert. Zwar spielen genetische Veranlagungen bei einigen psychischen Erkrankungen eine wichtige Rolle. Wie für andere Krankheiten gibt es auch gegen psychische Erkrankungen Präventionsangebote. Im vergangenen Monat wurde im „American Journal of Psychiatry“ eine internationale Studie vorgestellt, die bewiesen hat, dass Menschen, die sich körperlich fit halten, ein deutlich geringeres Risiko haben, eine Depression zu entwickeln. Es gibt vielfältige Präventionsangebote zur Stärkung der seelischen Gesundheit. Wir laden Schulen, Universitäten und Ausbildungsbetriebe herzlich dazu ein, gemeinsam mit den Kassen geeignete Präventionskonzepte aufzulegen.

Nachholbedarf bei der Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen

Wer als junger Mensch psychisch krank ist, muss dies nicht sein ganzes Leben lang bleiben. Klar ist, eine Depression lässt sich nicht so schnell auskurieren, wie eine Grippe, sondern begleitet einen meist über Jahre. Dennoch gibt es erfolgreiche Therapien, die allerdings ein Mitwirken nicht nur des Betroffenen sondern oft auch seines sozialen Umfeldes bedarf. Vielen psychisch kranken Menschen wäre schon geholfen, wenn sie wegen ihres Leidens weniger stigmatisiert würden. Erst wenn wir in einem Klima arbeiten und leben, in dem sich niemand für psychische Erkrankungen schämen muss, werden Ursachenbekämpfung und Prävention erfolgreich sein.

Von Angststörungen bis Depressionen

**Psychische Erkrankungen
bei jungen Erwachsenen in Brandenburg**

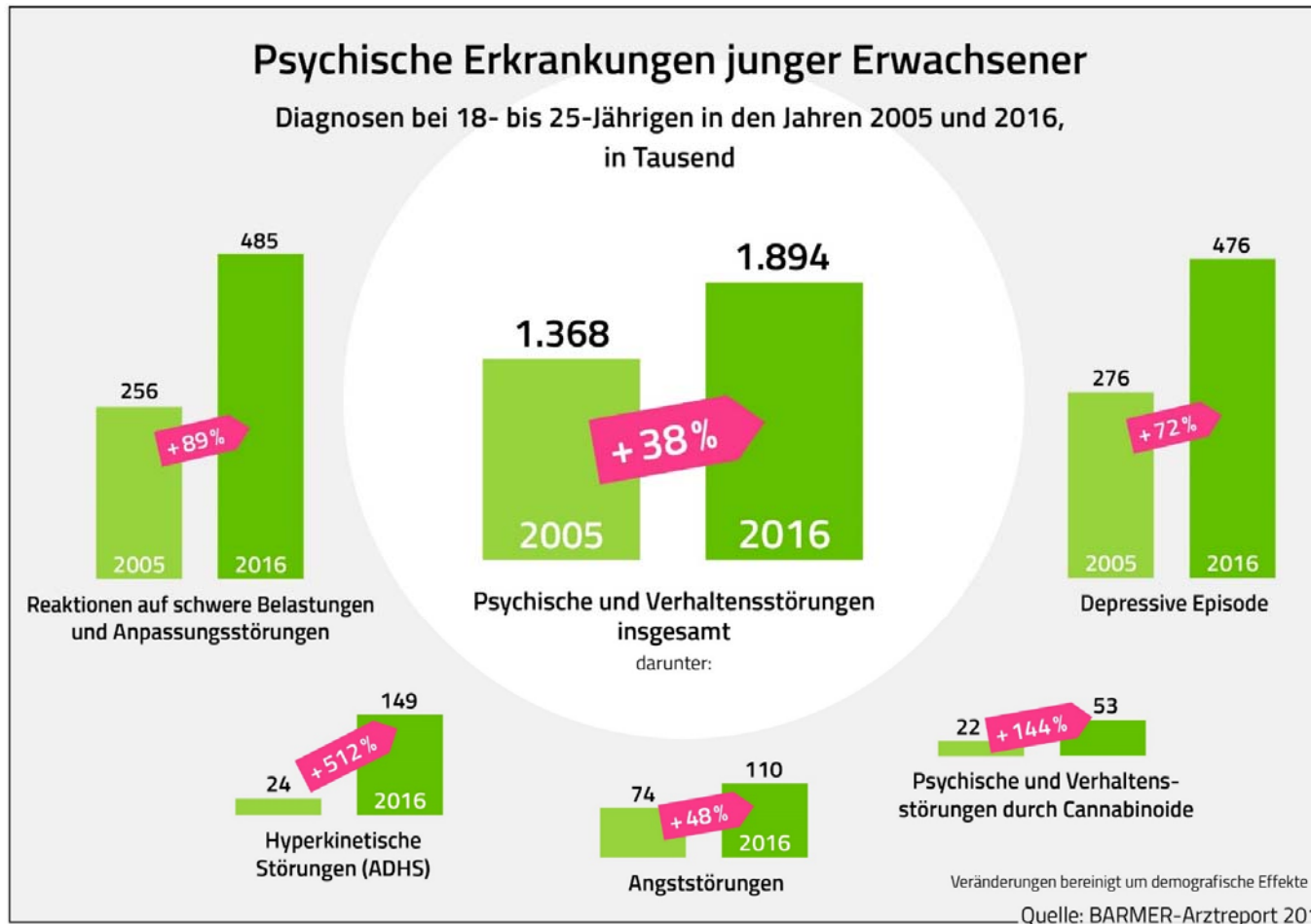
**Pressekonferenz der BARMER-Landesvertretung Berlin/Brandenburg
Potsdam, 21. Juni 2018**

Kernbotschaften

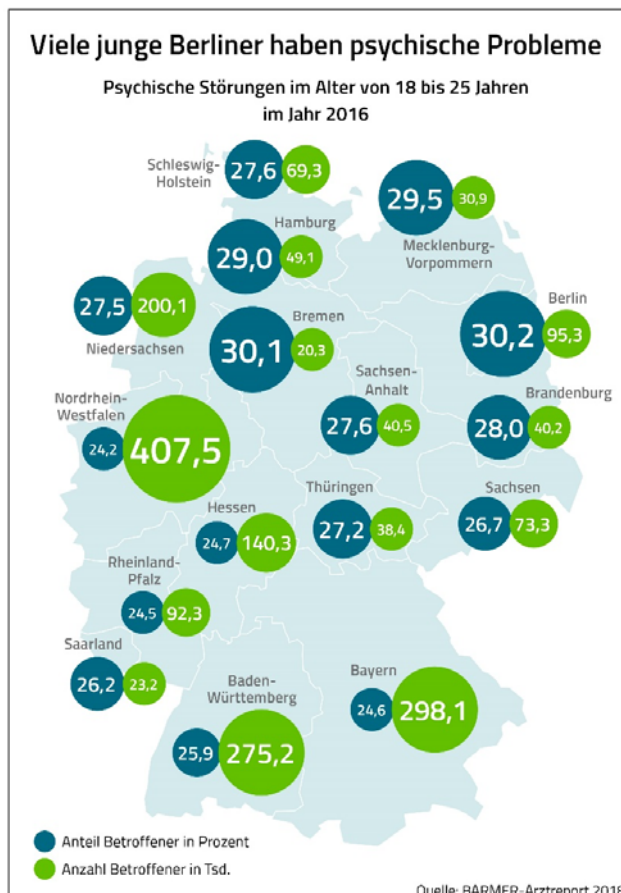
Im jungen Erwachsenenalter erfolgen die maßgeblichen Weichenstellungen für das weitere Leben. Psychischen Erkrankungen kommen bei dieser Altersgruppe deshalb eine besondere Bedeutung zu.

- In den vergangenen Jahren sind psychische Erkrankungen bei jungen Erwachsenen bundesweit gestiegen.
- Mehr als jeder vierte junge Erwachsene in Brandenburg ist wegen einer psychischen Erkrankung in ärztlicher Behandlung.
- Die Anzahl junger Erwachsener mit einer depressiven Erkrankung hat sich in den vergangenen zehn Jahren verdoppelt.
- Menschen mit depressiven Erkrankungen sind häufig mit Begleiterkrankungen konfrontiert.
- Psychische Erkrankungen in Kindheit und Jugend reduzieren die Wahrscheinlichkeit für ein späteres Studium.

Starker Anstieg psychischer Erkrankungen



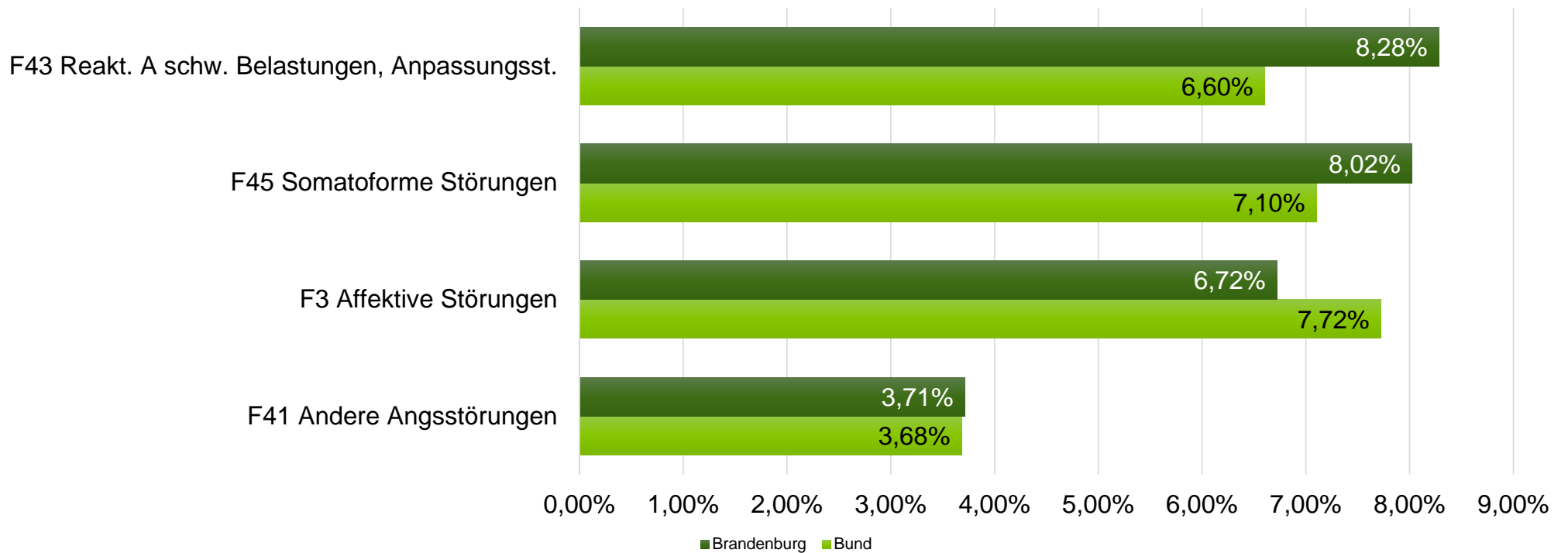
Diagnosen psychischer Erkrankungen im Ländervergleich



- In Brandenburg war im Jahr 2016 mehr als jeder Vierte zwischen 18 und 25 Jahren wegen einer psychischen Erkrankung in ärztlicher Behandlung, nämlich 27,99 Prozent, das sind rund 40.200 junge Erwachsene.
- Brandenburg liegt mit seiner Betroffenenrate hinter Berlin (30,2 Prozent), Bremen (30,12 Prozent), Mecklenburg-Vorpommern (29,52 Prozent) und Hamburg (28,99 Prozent).

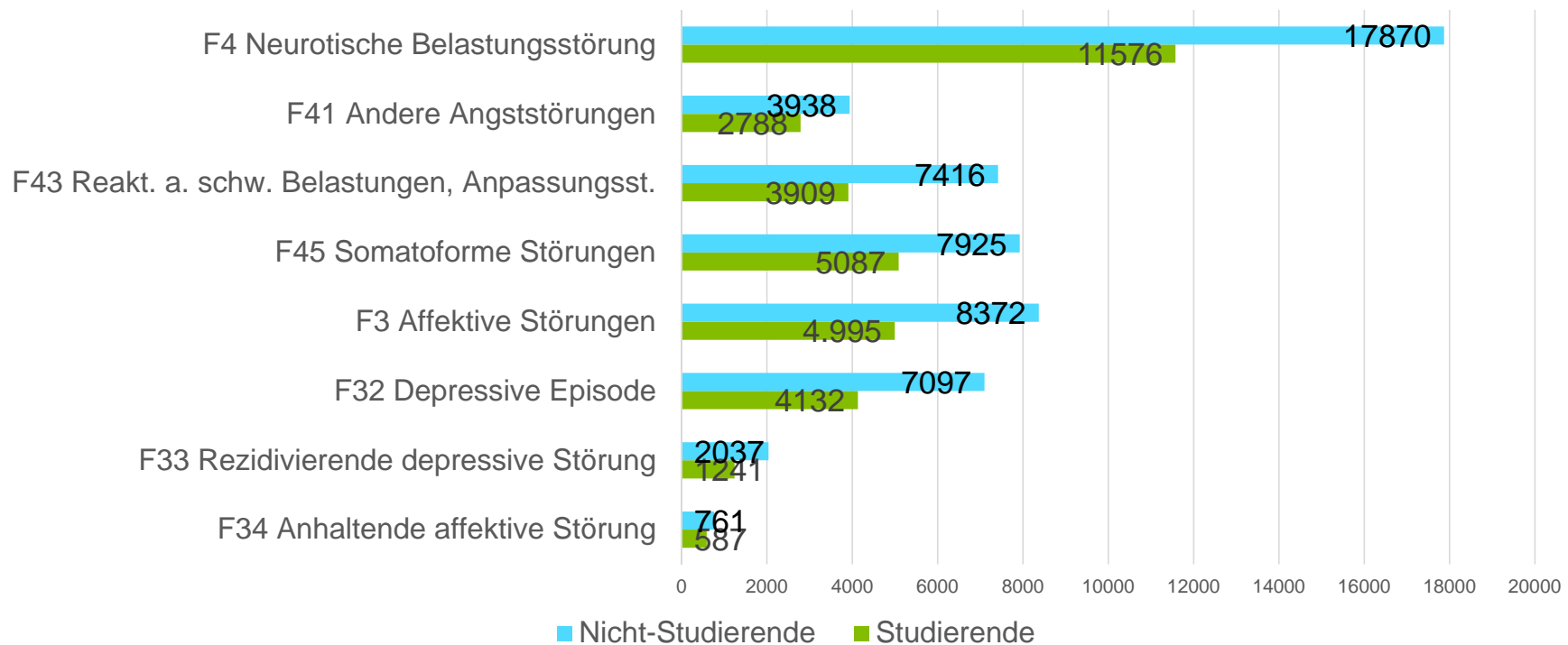
Diagnosen psychischer Erkrankungen in Brandenburg

Diagnosen psychischer Erkrankungen bei jungen Erwachsenen in Brandenburg und im Bundesdurchschnitt

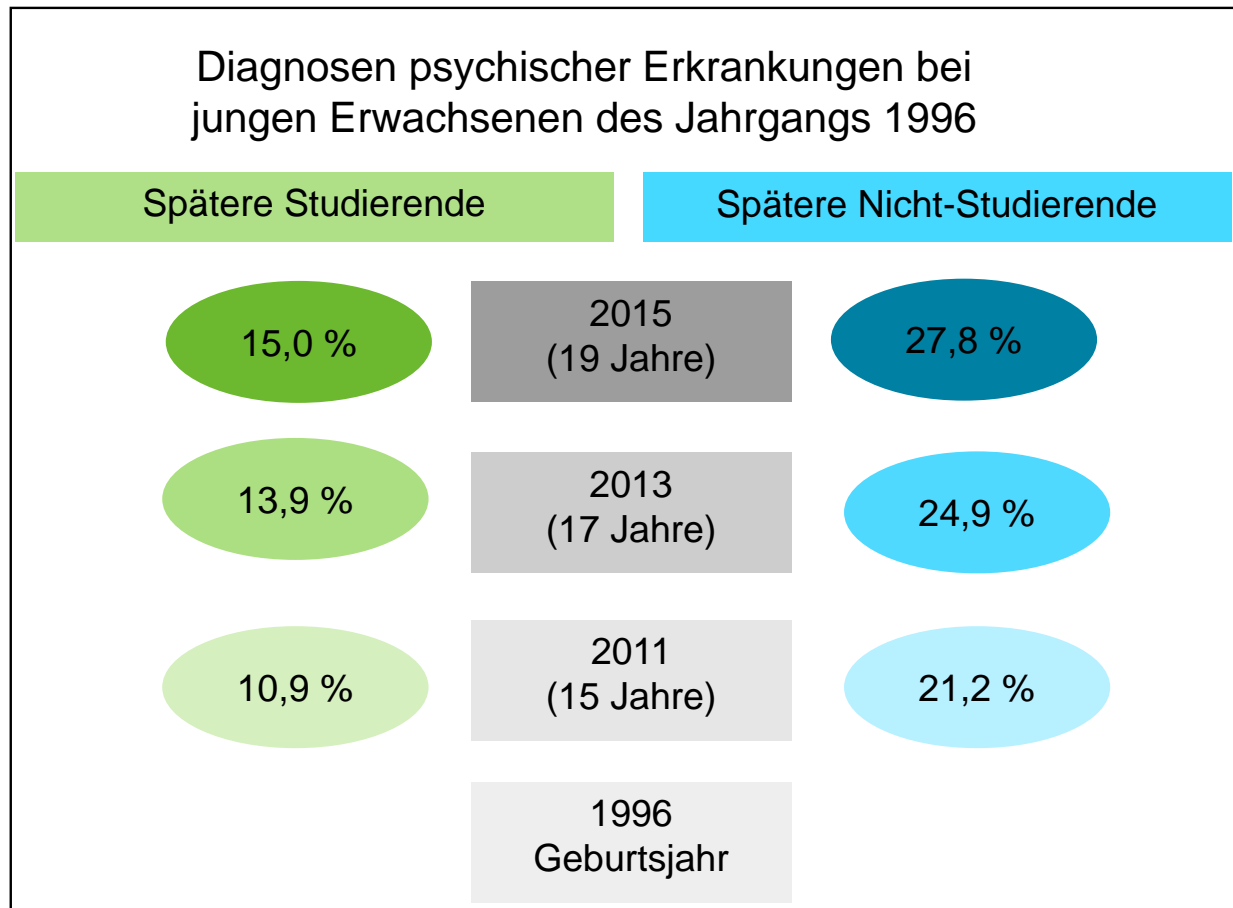


Studierende versus Nicht-Studierende

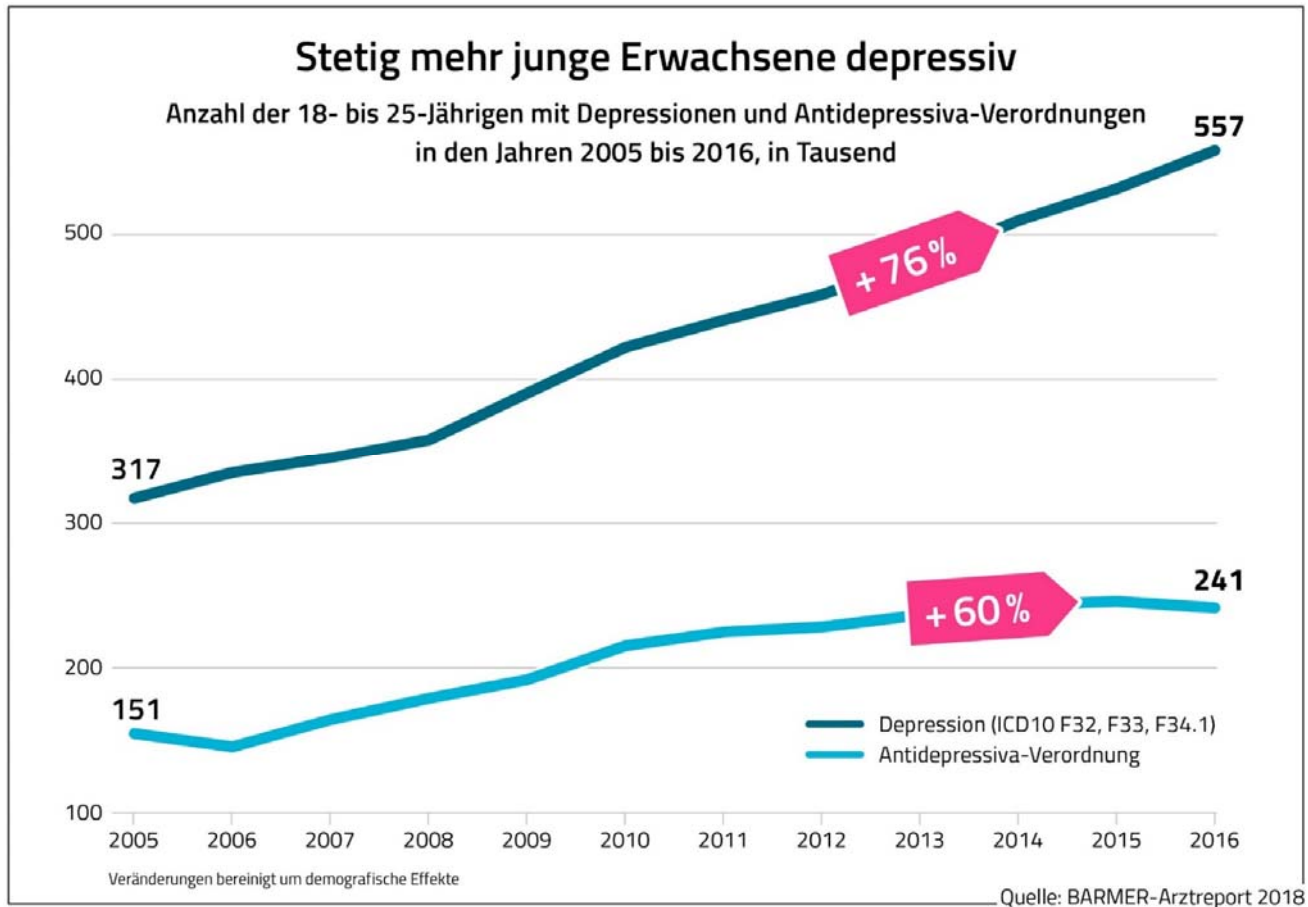
Diagnose psychischer Erkrankungen je 100.000 im Jahr 2015 bundesweit



Psychische Gesundheit und Studienwahrscheinlichkeit

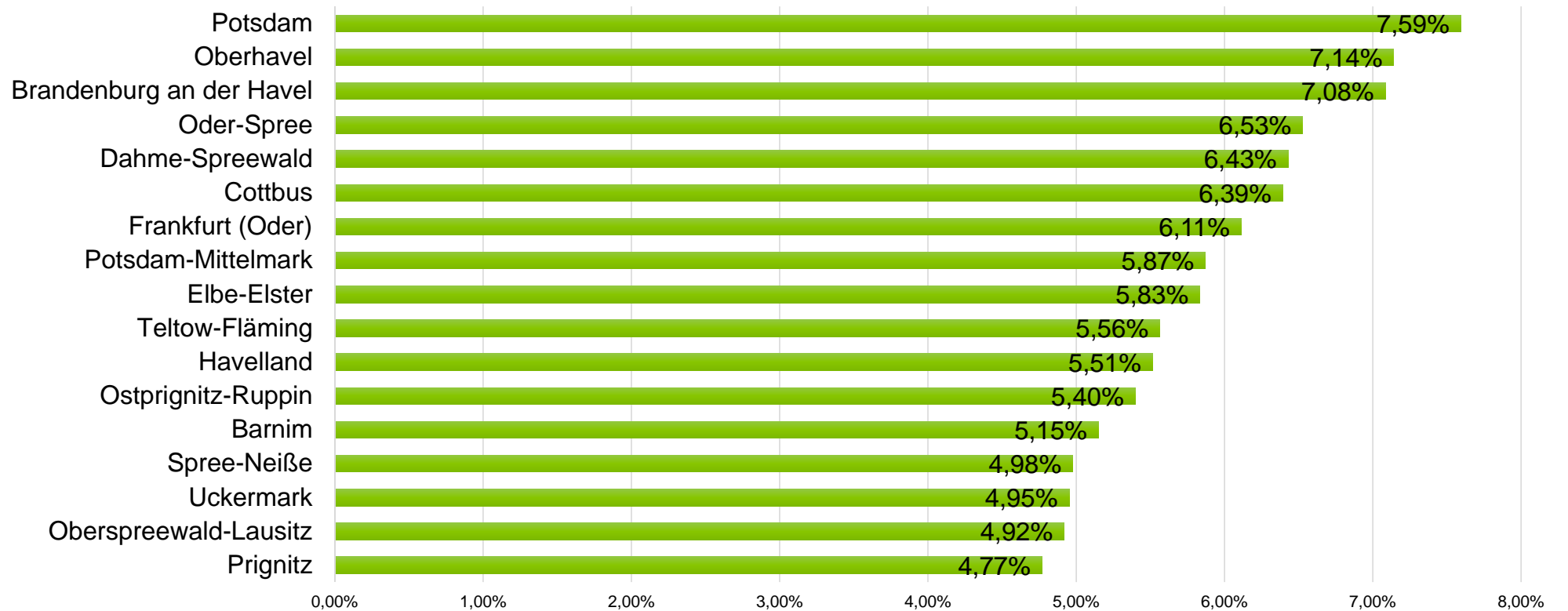


Diagnose Depression 2005 bis 2016 bundesweit



Diagnosen depressiver Erkrankungen in Brandenburg

Durchschnittlicher Anteil der 18- bis 25-Jährigen mit Diagnose einer depressiven Erkrankung im Zeitraum 2013 bis 2016



Häufige Begleiterkrankungen bei Depressionen

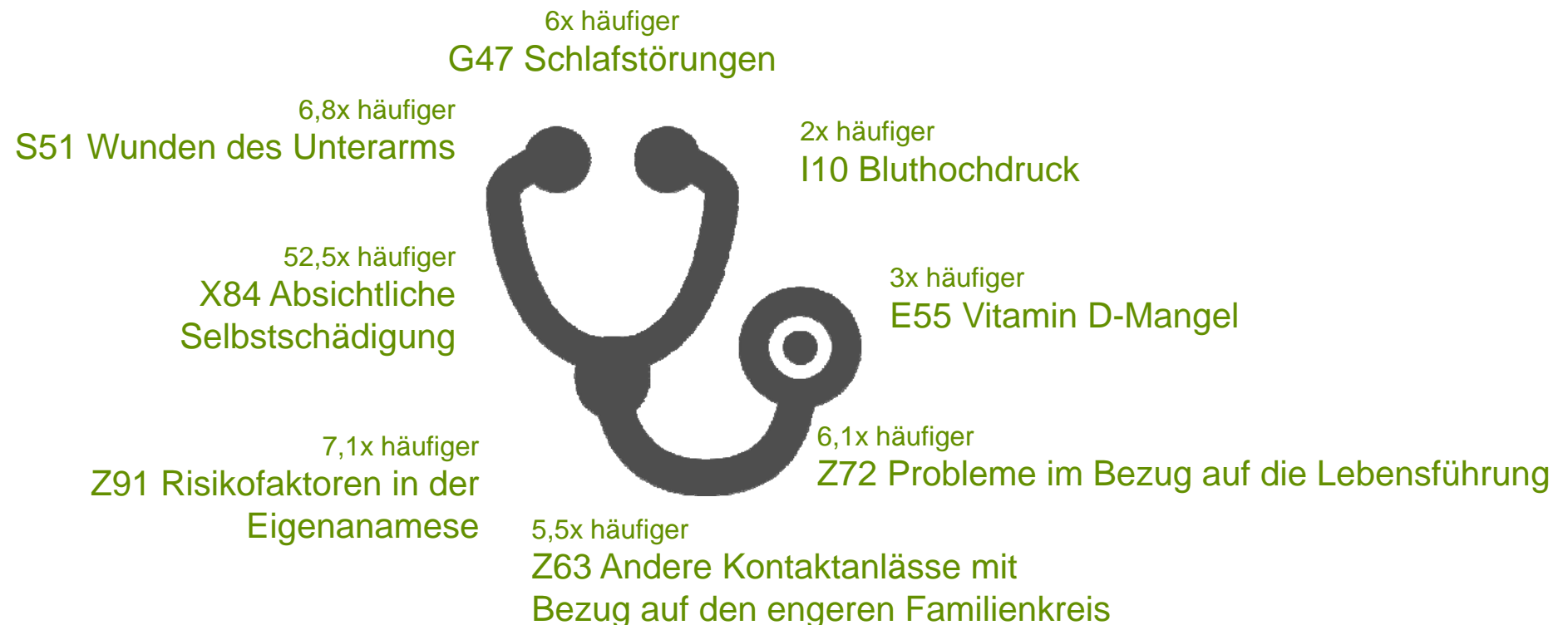


Bild: ©fotolia/utemov

Fazit

- Niemand ist psychischen Erkrankungen ausgeliefert. Zwar spielen genetische Veranlagungen eine wichtige Rolle. Wie für andere Krankheiten gibt es auch gegen psychische Erkrankungen Präventionsangebote.
- Wer als junger Mensch psychisch krank ist, muss dies nicht sein ganzes Leben lang bleiben. Wie bei anderen Krankheiten gibt es aber auch bei psychischen Erkrankungen Heilungschancen.
- Psychische Erkrankungen dürfen kein Stigma sein. Erst wenn wir in einem Klima arbeiten und leben, in dem sich niemand für psychische Erkrankungen schämen muss, werden Ursachenbekämpfung und Prävention erfolgreich sein.
- Schulen, Universitäten und Ausbildungsbetriebe müssen viel stärker die Möglichkeiten ergreifen, in die seelische Gesundheit ihrer Schüler, Studierenden und Mitarbeiter zu investieren.

Präventionsangebote

Prävention in Kitas und Schulen

- „Papilio“ zur Gewaltprävention und Stärkung der seelischen Gesundheit von Kindern.



Online-Trainings

- „Pro Mind“ – Evidenzbasiertes Online-Training zur Verbesserung und Erhaltung der psychischen Gesundheit.

Betriebliches Gesundheitsmanagement

- Workshops und Impulsvorträge zu Achtsamkeit, Entspannungstechniken.
- Check-Ups zur Analyse der individuellen Stressbelastung und Regenerationsfähigkeit.



Vielen Dank