

## **Pressemitteilung**

*Auch in Schleswig-Holstein:*

### **Immer mehr Männer leiden an Depressionen Mittlerweile jeder 7. im mittleren Alter betroffen**

Kiel, 08. August 2017 - Auch in Schleswig-Holstein müssen immer mehr Erwachsene wegen Depressionen zum Arzt. Das geht aus einer Analyse der BARMER hervor. Demnach waren im Jahr 2015 in Schleswig-Holstein rund 196.000 Personen zwischen 40 und 64 Jahren wegen einer depressiven Episode beim Arzt und damit 7,2 Prozent mehr als noch im Jahr 2012 (183.000). Während sich die Zahl der Betroffenen bei den Frauen um 4,6 Prozent von 118.600 auf 124.100 erhöhte, stieg die Fallzahl bei Männern von 64.100 auf 71.700 um 11,9 Prozent und damit deutlich stärker an.

„Depressionen sind längst eine Art Volkskrankheit, die so früh wie möglich behandelt werden sollten. Gerade Männer sollten nicht aus falscher Scham im Stillen leiden, sondern stattdessen professionelle Hilfe aufzusuchen“, sagt Schleswig-Holsteins BARMER Landesgeschäftsführer Thomas Wortmann.

#### **Rein medizinisch nicht erklärbare regionale Unterschiede**

Die Analyse zeigt außerdem deutliche regionale Unterschiede bei der Häufigkeit der Diagnose „depressive Episode“. In der Altersgruppe 40 bis 64 Jahre stellten Mediziner in Berlin und Hamburg im Jahr 2015 bei 29 Prozent der BARMER-versicherten Frauen und 16 Prozent der Männer eine Depression fest. In Sachsen hingegen traf dies in derselben Altersklasse nur auf 20 Prozent der Frauen und zehn Prozent der Männer zu. In Schleswig-Holstein lagen die Anteile mit 23 Prozent der Frauen und 14 Prozent der Männer im mittleren Bereich. „Der Geschlechterunterschied bei Depressionen ist schon länger bekannt. Frauen berichten eher von Symptomen, sie fühlen sich stärker belastet und suchen schneller nach Hilfe. Männer hingegen klagen häufiger über Schlaflosigkeit und reagieren manchmal mit höherer Gereiztheit. Sie geben eher berufliche Probleme als Grund ihrer Depressionen an. Frauen vermuten eher familiäre oder gesundheitliche Probleme als Ursache“, so Wortmann und ergänzt: „Die deutlichen regionalen Unterschiede bei der Diagnose ‚depressive Episode‘ sind rein medizinisch aber nicht erklärbare. Möglicherweise werden dort mehr Fälle diagnostiziert, wo es mehr Ärzte, Psychotherapeuten, und Psychologen gibt.“

**Landesvertretung**

**Schleswig-Holstein**

Briefanschrift:  
Postfach 1429  
24103 Kiel

Besucheranschrift:  
Hopfenstraße 1d  
24114 Kiel

[www.barmer.de/presse-sh](http://www.barmer.de/presse-sh)  
[www.twitter.com/BARMER\\_SH](http://www.twitter.com/BARMER_SH)  
[presse.sh@barmer.de](mailto:presse.sh@barmer.de)

Wolfgang Klink  
Tel.: 0800 333004 656-631  
[wolfgang.klink@barmer.de](mailto:wolfgang.klink@barmer.de)

## Online-Training vermittelt Kompetenzen

Mit ihrem Online-Programm „Pro Mind“ bietet die BARMER das einzige Training an, für das erfolgreich die Prävention von Depression nachgewiesen wurde. Bei „Pro Mind“ beschäftigen sich die Teilnehmer in sechs Lektionen mit dem Thema depressive Stimmung. Dabei bekommen sie Kompetenzen vermittelt wie den Aufbau positiver Aktivitäten und Problemlösestrategien in Abhängigkeit von Stimmung und Verhalten. „Für Menschen mit Depressionen kann es schwierig sein, sich an einen Arzt oder Psychotherapeuten zu wenden. Daher brauchen wir mehr niedrigschwellige Angebote, wie zum Beispiel unser Online-Training Pro Mind zur Stärkung der Psychischen Gesundheit. Sie können den Arzt oder Therapeuten zwar nicht ersetzen, wohl aber dazu beitragen, dass sich eine Depression nicht verschlimmert oder im besten Fall erst gar nicht entsteht“, erläutert BARMER Chef Wortmann. Informationen zu „Pro Mind“ finden Interessierte unter [www.barmer.de/q100069](http://www.barmer.de/q100069).

| Anteil BARMER-Versicherte (40 bis 64 Jahre) mit "depressiver Episode" |        |        |        |        |
|---|--------|--------|--------|--------|
| KV-Region   | 2012   | 2015   | 2012   | 2015   |
|   | männl. | männl. | weibl. | weibl. |
| Baden-Württemberg   | 14%    | 15%    | 24%    | 25%    |
| Bayern  | 15%    | 16%    | 26%    | 26%    |
| Berlin  | 15%    | 16%    | 28%    | 29%    |
| Brandenburg   | 10%    | 11%    | 22%    | 24%    |
| Bremen  | 12%    | 14%    | 25%    | 27%    |
| Hamburg   | 15%    | 16%    | 28%    | 29%    |
| Hessen  | 13%    | 14%    | 23%    | 24%    |
| Mecklenburg-Vorpommern  | 10%    | 11%    | 23%    | 24%    |
| Niedersachsen   | 12%    | 14%    | 23%    | 25%    |
| Nordrhein   | 13%    | 15%    | 22%    | 25%    |
| Rheinland-Pfalz   | 14%    | 15%    | 24%    | 25%    |
| Saarland  | 14%    | 16%    | 25%    | 27%    |
| Sachsen   | 9%     | 19%    | 19%    | 20%    |
| Sachsen-Anhalt  | 8%     | 10%    | 19%    | 23%    |
| Schleswig-Holstein  | 12%    | 14%    | 22%    | 23%    |
| Thüringen   | 10%    | 12%    | 22%    | 25%    |
| Westfalen-Lippe   | 14%    | 15%    | 24%    | 25%    |
| Bundesgebiet  | 13%    | 14%    | 23%    | 25%    |