

Pressemitteilung

BARMER Studie - Arztreport 2018

Junge Erwachsene vergleichsweise gesund, aber.... die Psyche leidet!

Dresden, 24. April 2018 – Psychische Erkrankungen sind auf dem Vormarsch. Depressionen, Angststörungen und Panikattacken nehmen auch in der vermeintlich gesündesten Altersgruppen der jungen Erwachsenen zu. So sind in Sachsen über 73.000 junge Erwachsene zwischen 18 und 25 Jahren von psychischen Störungen betroffen. Das ist jeder Vierte. Auch vor der sehr privilegierten Gruppe der Studierenden, junge Leute mit viel Spaß am Leben, guten beruflichen Perspektiven machen diese Diagnosen nicht Halt. Rund 10.300 Studierende in Sachsen mussten sich wegen psychischer Probleme behandeln lassen. Zu diesen Ergebnissen kam die BARMER in ihrem jüngsten Arztreport 2018. „Zeit- und Leistungsdruck sowie Sorgen um die berufliche und finanzielle Zukunft hinterlassen deutliche Spuren, auch bei Studierenden. Vor allem mehr niedrigschwellige Angebote können hier vorbeugen und helfen, psychische Erkrankungen von vorn herein zu verhindern“, sagt Dr. Fabian Magerl, Landesgeschäftsführer der BARMER in Sachsen.

Mehr psychische Erkrankungen in Sachsen

Im Bundesvergleich liegt Sachsen mit rund 26,7 Prozent Betroffenenanteil in der Altersgruppe der 18-25-Jährigen über Bundesdurchschnitt (25,8 Prozent).

„Gerade in dieser Altersgruppe sind komplexe Entwicklungsaufgaben zu bewältigen, die für eine gesunde seelische Entwicklung notwendig sind, beispielsweise das Abnabeln von den Eltern und von Zuhause, eine eigene Identitätsentwicklung, Autonomiebestrebungen sowie der Aufbau fester Beziehungen. In so einem störungssensiblen Lebensabschnitt können außergewöhnliche körperliche und seelische Belastungen, aber auch ungünstige gesellschaftliche Bedingungen überfordern, zu Krisen und psychischen Erkrankungen führen“, erklärt Dipl. Psych. Margitta Wonneberger, praktizierende Psychotherapeutin und Vorstandsmitglied der Ostdeutschen Psychotherapeutenkammer. Bei rund 24.000 jungen Erwachsenen diagnostizierten die behandelnden Ärzte Somatoforme Störungen, bei rund 21.000 Schwere Belastung, Anpassungsstörung. Es folgt mit einer Anzahl von rund 19.000 Betroffenen die Affektive Störung. Zu dieser Gruppe gehören auch

**Landesgeschäftsstelle
Sachsen**

Zellescher Weg 21
01217-Dresden

www.bärmer.de/presse-sachsen
www.twitter.com/BARMER_SN

presse.sn@bärmer.de

Claudia Szymula
Tel.: 0800 333 004 152-231
claudia.szymula@bärmer.de

die Depressionen. Stetig mehr junge Erwachsene leiden darunter. Die Anzahl der Diagnosen stieg bundesweit von 2005 bis 2016 um 76 Prozent, die Anzahl der Verordnungen an Antidepressiva nahm im gleichen Zeitraum um 60 Prozent zu. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist davon auszugehen, dass sich die Anzahl der psychischen Erkrankten noch deutlich erhöhen wird. Laut ihrer Prognose werden Depressionen zukünftig in den Industrieländern die Hauptursache für vorzeitigen Tod sein, noch vor Alzheimer oder Diabetes.

Ältere Studierende sind besonders gefährdet

Der Arztreport zeigt, dass mit 18 Jahren die Studierenden ein nur halb so hohes Risiko für Depressionen haben, wie Nicht-Studierende. Im Alter von 29 und 30 Jahren hat sich das Bild gedreht. Jetzt wird Studierenden deutlich häufiger erstmals eine Depression attestiert als denjenigen, die nicht studieren. Bei den Nicht-Studierenden sinkt das Risiko ab dem 25. Lebensjahr sogar. So sind im 18. Lebensjahr 1,4 Prozent der Studierenden erstmals von einer Depression betroffen. Bei Nicht-Studierenden sind es 3,2 Prozent. Gut 10 Jahre später liegt der Anteil der Studierenden, die erstmalig an einer Depression erkranken, bei 3,9 Prozent und bei Nicht-Studierenden bei 2,7 Prozent. Ältere Studierende sind somit besonders gefährdet. „Mit jedem zusätzlichen Semester steigt die Sorge um den Arbeitsplatz und die berufliche Zukunft“, sagt Magerl.

Mehr niedrigschwellige Hilfsangebote erforderlich

Gerade im jungen Erwachsenenalter werden entscheidende Weichen für das spätere berufliche wie private Leben gestellt. Aus Sicht der BARMER sind mehr niedrigschwellige Angebote erforderlich. Diese sollten psychischen Erkrankungen vorbeugen, aber auch frühzeitig junge Erwachsene mit bereits vorhandenen Depressionen oder Angstzuständen erreichen. „Häufig meiden Betroffene aus Scham den Gang zum Arzt. Ein großes Potenzial sehen wir daher in Online-Angeboten, vor allem, wenn sie anonym sind und den Nutzungsgewohnheiten der Generation Smartphone entgegenkommen. Des Weiteren benötigen die jungen Menschen passenden Informationen zu richtigen Zeit“, betont Magerl.

Nicht immer ist gleich eine Psychotherapie erforderlich

Es kommt auf das richtige Zusammenspiel an. Bei psychischen Problemen stellen Online-Angebote eine wichtige Ergänzung dar. Sie sind leicht zugänglich, können aber auch eine bestehende Therapie sinnvoll ergänzen. Dabei verweist Wonneberger auf ein weiteres Angebot: „Psychotherapeuten haben die

Möglichkeit, seit einem Jahr mit der Einführung einer psychotherapeutischen Sprechstunde Patienten kurzfristig zu beraten und diagnostisch abzuklären, ob eine psychische Erkrankung vorliegt, Behandlungsbedürftigkeit besteht und mit einer Akutbehandlung in psychischen Krisen rasch zu helfen. Erste Ergebnisse zeigen, dass das Angebot gut angenommen wird und damit Psychotherapeuten mit den Hausärzten die wichtige Lotsenfunktion haben“.

Wichtige Lotsen an weiteren Schnittstellen

Neben dem Hausarzt und Psychotherapeut ist es auch wichtig, dass an den jeweiligen Einrichtungen, Universitäten, Hoch- und Berufsschulen psychologisch geschulte Experten als Ansprechpartner zur Verfügung stehen. Immer mehr Studierende nutzen die Psychosozialen Beratungsangebote im Hochschulbereich. „Studierende im Erstsemester benötigen häufiger Unterstützung bei der Bewältigung des universitären Alltags, da sich der Tagesablauf an einer Hochschule deutlich von dem bekannten, strukturierten Schulalltag unterscheidet. Zusätzlich kommen dann Prüfungsangst, Lernstress, aber auch andere psychische Probleme hinzu“, beschreibt Beatrix Stark, Psychosoziale Beraterin beim Student_innenRat der Universität Leipzig die aktuelle Situation. Sie sitzt an einer sehr wichtigen Schnittstelle. Die Chance zielgerichtete Präventions-, aber auch konkrete Hilfsangebote zu machen setzt voraus, dass neben dem Fachwissen auch ein vielseitiges Netzwerk und gute Kooperationspartner bereitstehen. „Die Onlineangebote der BARMER gehören genauso dazu, wie Seminare und Workshops, die wir selbst anbieten oder auch persönliche Kontakte zu professionellen Anlaufstellen sowie Hilfsangeboten vor Ort“, so Stark.

BARMER bietet Hilfe bei psychischen Problemen: PRO MIND und StudiCare

StudiCare

Die BARMER hat mit ihrem Partner, der Friedrich-Alexander Universität Erlangen-Nürnberg, das von der WHO unterstützte Projekt „StudiCare“ aufgelegt. Darin werden nicht nur zielgerichtete Maßnahmen für Studierende in ganz Deutschland entwickelt. Es wird auch erforscht, wie Betroffene möglichst frühzeitig erreicht werden können. „Denn wer mit einer psychischen Erkrankung zu spät Hilfe sucht, der muss damit rechnen, dass die Beschwerden chronisch werden“, so Dr. Fabian Magerl.

Mehr zu StudiCare: <http://www.studicare.com/>

PRO MIND

Darüber hinaus hat die BARMER im Jahr 2015 als erste Krankenkasse mit „PRO MIND“ ein Online-Training implementiert, das nachgewiesenermaßen Depressionen erfolgreich verhindert. Beispielsweise konnte das Risiko, innerhalb eines Jahres an einer Depression zu erkranken, um 40 Prozent reduziert werden. Das Online-Training haben bereits rund 2.100 Menschen genutzt. Mehr zum Online-Training PRO MIND unter www.barmer.de/g100069.

Weitere Angebote

Psychisch fit Studieren – Pilot: Uni Leipzig Irrsinnig Menschlich e.V.

www.barmer.de/g100702

FIDEO - BARMER und Stiftung Deutsche Depressionshilfe e.V.

<https://www.fideo.de/>

Diskussionsforum Depression - Stiftung Deutsche Depressionshilfe e.V.

<https://www.diskussionsforum-depression.de/>