Zeitschrift: SuchtMagazin
Herausgeber: Infodrog
Band: 29 (2003)
Heft: 5

Artikel: Das Bündnis gegen Depression
Autor: Althaus, David / Hegerl, Ulrich
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-800905

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 05.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Das Bündnis gegen Depression

Unzureichend behandelte Depressionen gehören zu den wichtigsten Ursachen für Suizid. Das «Bündnis gegen Depression e.V.» versucht, durch gleichzeitige Intervention auf mehreren Ebenen die Versorgungssituation für depressiv erkrankte Menschen zu verbessern und auf diese Weise auch Suizide zu verhindern.

Das «Bündnis gegen Depression e.V.» entstand im Rahmen des Kompetenznetzes «Depression, Suizidalität» und wird vom Bundesforschungsministerium gefördert. Unzureichend behandelte Depressionen gehören zu den wichtigsten Ursachen für Suizid. Dieses Aktionsprogramm versucht, durch gleichzeitige Intervention auf mehreren Ebenen die Versorgungssituation für depressiv erkrankte Menschen zu verbessern und auf diese Weise auch Suizide zu verhindern. Das Projekt wurde erstmals in Nürnberg getestet. Erste Ergebnisse während der Pilotphase waren viel versprechend und weisen auf einen Rückgang der Suizidalität hin. Das «Bündnis gegen Depression» startet im Jahr 2003 in zahlreichen weiteren Regionen in Deutschland und Europa.

DAVID ALTHAUS, ULRICH HEGERL*

Neuere Untersuchungen der Weltgesundheitsorganisation[1] zeigen die herausragende Bedeutung von Depressionen in den Industrieländern (Abb.1). Berücksichtigt man die Schwere der Beeinträchtigung und die Dauer der Erkrankung, liegt sie vor allen anderen körperlichen und psychiatrischen Volkskrankheiten.

Warum ein Bündnis gegen Depression?

Schätzungen zu Folge leiden ca. 5% der Bevölkerung an einer behandlungsbedürftigen Depression. 15% der an schweren Depressionen leidenden Menschen nehmen sich das Leben. Psychologische Autopsiestudien zeigen, dass bei 40-70% aller Suizide Depression zu den Hauptursachen zählte. Der Mehrzahl der Betroffenen könnte durch spezielle Medikamente (Antidepressiva) und/oder Psychotherapie erfolgreich geholfen werden. Nur eine Minderheit der Betroffenen (Schätzungen gehen von ca. 4 Millionen betroffenen Personen in Deutschland aus) erhält adäquate Behandlung (vgl. Abb.2). Depressionen werden selbst von Fachleuten noch immer zu häufig übersehen. Viele erkennen selbst nicht, dass sie unter einer Depression leiden, sondern glauben, körperlich erkrankt zu sein. Andere trauen sich aus Scham und Angst vor Stigmatisierung nicht, Hilfsangebote wahrzunehmen.

Das Thema «Depression» wird von der Öffentlichkeit wenig wahrgenommen und aus Unkenntnis oft missverstanden. Häufig wird den Betroffenen selbst die Schuld für ihr Leiden gegeben («der/die soll sich zusammenreissen»). Aber genauso wenig wie Diabetes oder Bluthochdruck ist eine Depression Ausdruck persönlichen Versagens, sondern eine Erkrankung, die jeden treffen kann – unabhängig von Beruf, Alter und sozialem Stand. Das vermeidbare persönliche Leid für Betroffene und Angehörige ist nicht hinnehmbar. Der wirtschaftliche Schaden, der mit oft langen krankheitsbedingten Ausfallzeiten, Unterversorgung und Chronifizierung von depressiven Erkrankungen einhergeht, ist beträchtlich.

Wer gehört zum Bündnis gegen Depression?

Das Bündnis gegen Depression ist ein bundesweit tätiger Verein mit dem Ziel einer besseren Versorgung für psychisch kranke Menschen. Unterstützt werden wir dabei durch die Schirmherrschaft der Bundesministerin Renate Schmidt und des Bayerischen Staatsministers Günter Beckstein. Innerhalb dieses Projekts arbeiten unterschiedlichste Institutionen und Personen zusammen, die primär oder sekundär in die Versorgung depressiv erkrankter Menschen eingebunden sind. Zum «Bündnis gegen Depression» gehören Ärzten/-innen, Psychotherapeuen/-innen, Beratungsstellen, Kliniken, Schulen, Apotheken, Kirchen, Selbsthilfe- und Angehörigengruppen und viele weitere Einrichtungen.

Die Ausgangssituation: Das «Nürnberger Bündnis gegen Depression»:

Als Modellprojekt wurde das «Nürnberger Bündnis gegen Depression» vom Kompetenznetz «Depression» initiiert. Das Programm wurde in den Jahren 2001 und 2002 auf lokaler Ebene durchgeführt. Durch einen Mehr-Ebenen-Ansatz (Abb. 4) wurde versucht, auf unterschiedlichen Ebenen des Versorgungssystems gleichzeitig anzusetzen. Dadurch sollten Synergieeffekte erreicht werden, die die Effekte einer

* Dipl.-Psych. David Althaus, Prof. Dr. Ulrich Hegerl, Bündnis gegen Depression e.V., Nußbaumstr. 7, 80336 München, T: 0049 (0)89 51605754, Email: david.althaus@psy.med.uni-muenchen.de

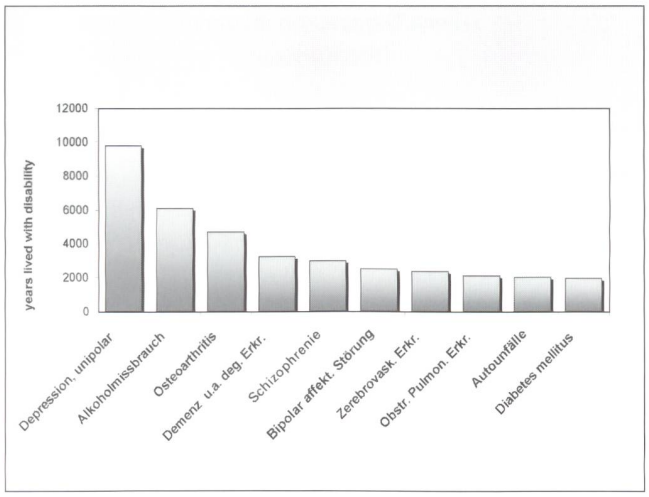

Abb. 1: WHO Studie «Global Burden of Disease», Murray & Lopez 1997)

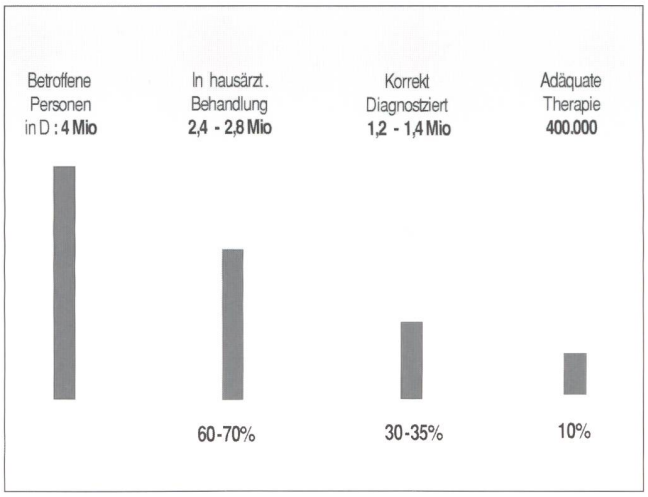

Abb. 2: Diagnostisches und therapeutisches Defizit; Optimierungsspielraum der Versorgung

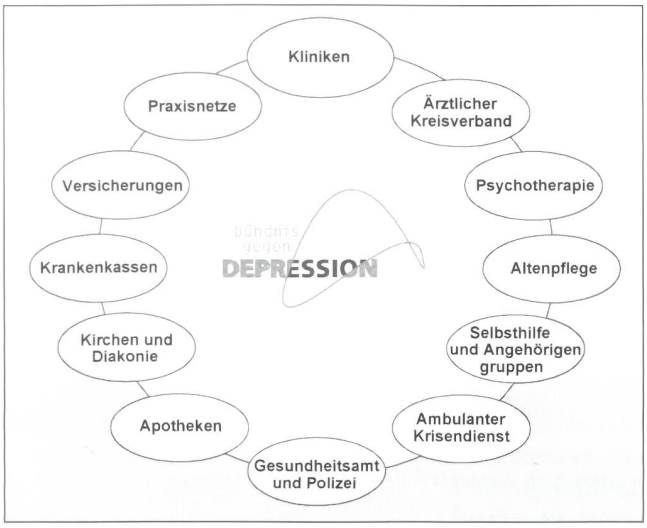

Abb. 3: Partner innerhalb des «Bündnis gegen Depression»

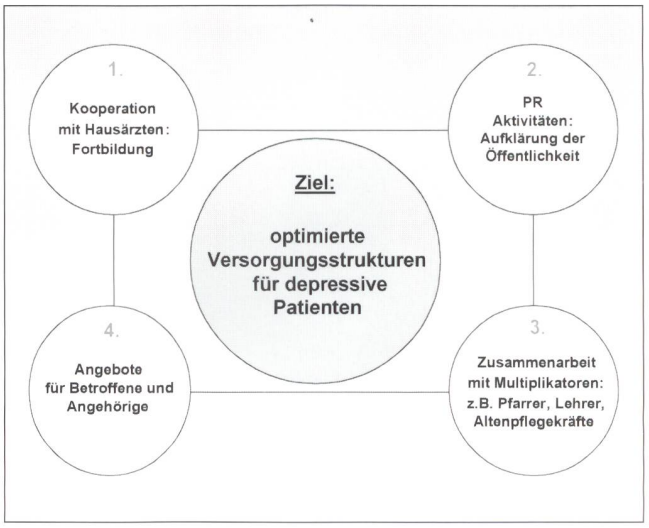

Abb. 4: Mehr-Ebenen-Ansatz des «Nürnberger Bündnis gegen Depression»

Einzelmassnahme deutlich übersteigen. Die Kernbotschaften der Kampagne lauteten:

- «Depression kann jede/n treffen»
- «Depression hat viele Gesichter»
- «Depression ist erfolgreich behandelbar»

Des weiteren wurden die nachfolgend beschriebenen Ebenen in Nürnberg miteinbezogen.

Kooperation mit Hausärzten

PatientInnen suchen bei Beschwerden zuerst ihre/n Hausarzt/Hausärztin auf. Die Fähigkeit, Depressionen als solche zu erkennen, ist entscheidend für den weiteren Versorgungsweg der PatientInnen. In den vergangenen zwei Jahren fanden zahlreiche Fortbildungen statt, den Ärzten/innen wurden Screeningbögen angeboten, um zukünftig schneller und leichter Depression erkennen zu können. Ein Lehrvideo wurde erstellt, das über Diagnose und Pharmakotherapie informiert. Den Ärzten/innen wurden zudem vielfältige Informationsmaterialien zur Weitergabe an PatientInnen angeboten.

Aufklärung der Öffentlichkeit

Erklärtes Ziel war die Aufklärung über die Krankheit Depression und die Enttabuisierung der Thematik. Es wurden dazu verschiedene Informationsmaterialien entwickelt und über die verschiedenen Kooperationspartner (vgl. Abb.3) an die Öffentlichkeit weitergegeben. Unter anderem wurden 100 000 Flyer, 20 000 Ratgeberbroschüren und 4 000 Informationsvideos distribuiert. Auf die Thematik wurde immer wieder mit Plakaten (Beispiel siehe Abb.5) und durch einen Kinospot hingewiesen. Darüber hinaus wurde in rund 40

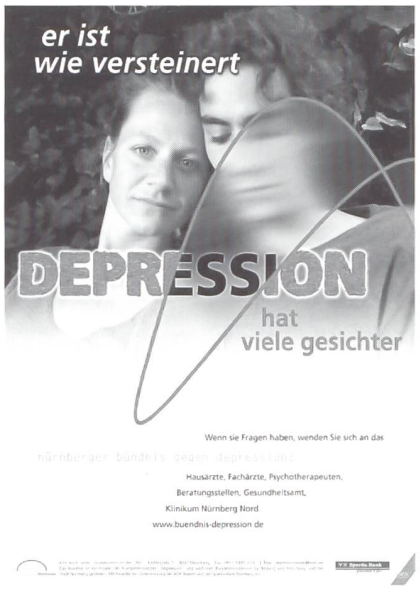

Abb. 5: Beispiel für Postermotiv

öffentlichen Veranstaltungen auf die Thematik aufmerksam gemacht (Vor-

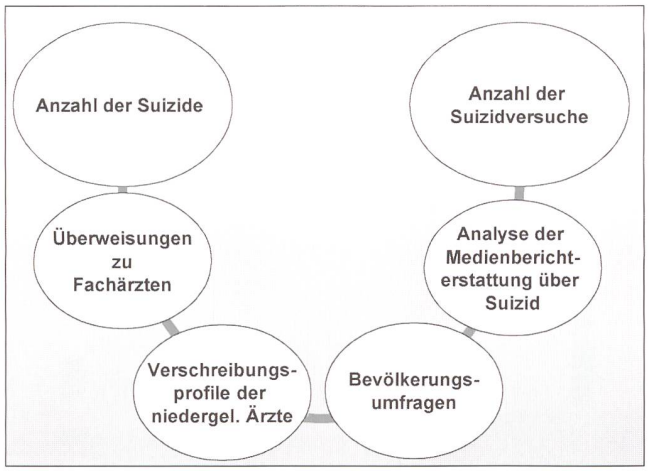

Abb. 6: Evaluationskriterien der Studie

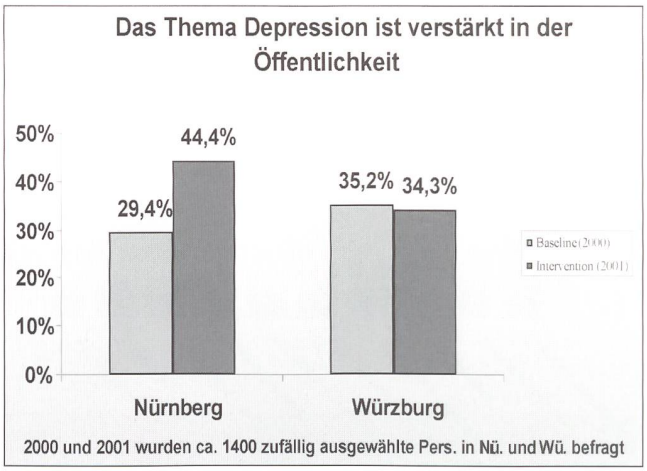

Abb. 7: Veränderungen in der öffentlichen Wahrnehmung der Thematik

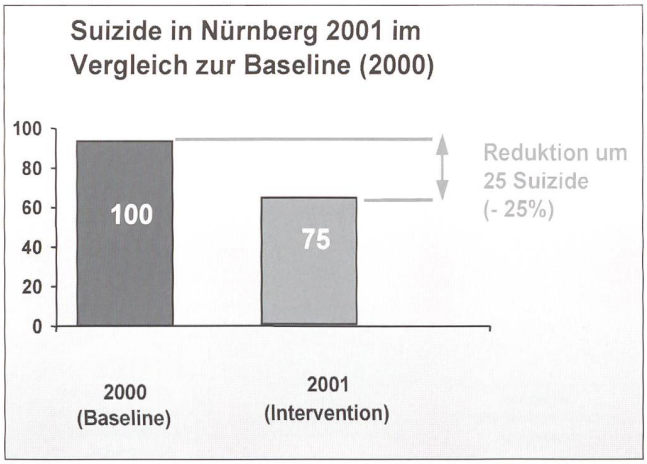

Abb. 8. Suizide in Nürnberg vor und nach Intervention

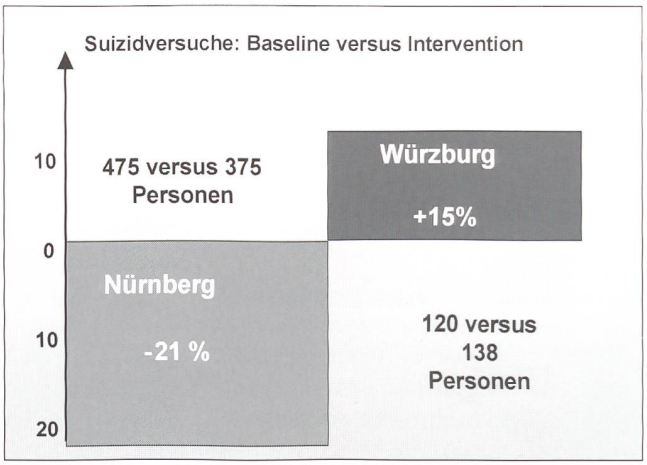

Abb. 9.Rückgang ($p<0,05$ Fisher's exact) der Suizidversuche in Nürnberg im Vergleich zur Kontrollregion Würzburg

träge, Podiumsdiskussionen, Aktionstage etc.). Zudem fand eine enge Zusammenarbeit mit Funk, Fernsehen und Printmedien statt, um die Präsenz der Thematik in der öffentlichen Diskussion zu stärken. Ein Medienguide zur Berichterstattung über Suizid wurde erstellt, der auf den «Werther-Effekt» (Nachahmungseffekt) hinweist und für eine moderatere Berichterstattung plädiert, um Nachahmungssuizide zu verhindern.

Einbeziehung unterschiedlicher Multiplikatoren

In den vergangenen 2 Jahren wurden in Nürnberg unter anderem 1500 LehrerInnen, Beratende, PfarrerInnen, Altenpflegekräfte, PolizistInnen und ApothekerInnen zum Thema «Depression» und «Suizidalität» in über 80 Fortbildungen weiterqualifiziert. Vernetzung und Erfahrungsaustausch zwischen den verschiedenen Institutionen wurden vorangetrieben, und es fanden zahlreiche gemeinsame Veranstaltungen für die Öffentlichkeit statt.

Angebote für Betroffene und Angehörige

Für PatientInnen nach Suizidversuch wurde eine spezielle Hotline eingerichtet. Auf diese Art soll im Falle einer Krise ein schneller und unbürokratischer Zugang zu einer fachärztlichen Betreuung hergestellt werden. Zudem wurden Selbsthilfeaktivitäten gefördert. Mit Hilfe der Koordination des «Bündnisses gegen Depression» ist es gelungen, zahlreiche neue Selbsthilfegruppen ins Leben zu rufen.

Die Evaluation des «Nürnberger Bündnisses gegen Depression» nach 12 Monaten

Die Akzeptanz bei den professionellen VersorgerInnen und deren Kooperationsbereitschaft waren gross (Abb.6). In den ersten 12 Monaten der Kampagne haben in enger Zusammenarbeit mit den Institutionen vor Ort rund 60 Fortbildungsveranstaltungen und über 30 öffentliche Veranstaltungen stattgefunden. Das Bündnis wurde von Betroffenen und Angehörigen fast «überrollt», öffentliche Veranstaltungen waren stets bestens besucht, wenn nicht überfüllt. Ein «Antidepressionstag» mit mehr als 1000 Besuchern dokumentierte das grosse öffentliche Interesse. Das Aktionsprogramm wird im Vergleich zu einer Kontrollregion ausgewertet. Bei repräsentativen Bevölkerungsumfragen (Abb.7) zeigte sich, dass es gelungen ist, das öffentliche Bewusstsein bezüglich des Themas «Depression» deutlich zu erweitern: Depression wird ernster genommen als zuvor. Zudem konnte im Vergleich zur Baseline ein Rückgang der Suizide um 25% (Abb.8) und der Suizidversuche um

21% (Abb.9) gezeigt werden. Auch wenn weitere Auswertungen notwendig sind, um den Erfolg des Ansatzes zu untermauern, werden bereits jetzt klare Erfolge sichtbar.

Überregionale Ausdehnung der Aktivitäten

Das «Bündnis gegen Depression» hat vor 2 Jahren einen gemeinnützigen Verein gegründet und somit die Voraussetzungen für eine überregionale Ausdehnung der Aktivitäten geschaffen. Andere Regionen zeigten von Anfang an Interesse, das Nürnberger Konzept oder Teile davon zu übernehmen und umzusetzen. Das «Bündnis gegen Depression» hat in Kooperation mit Fachleuten umfangreiche Materialien und Konzepte erstellt, die anderen Regionen zur Verfügung gestellt werden können. Dazu gehören:

- das Logo «Bündnis gegen Depression»
- Plakate (Gross- und Kleinplakate)
- Flyer
- Patientenaufklärungsvideos (2)
- Ärztevideo
- CD-ROM mit Informationen für Patienten und Angehörige
- Kinospot
- Internetseiten www.buendnis-depression.de
- Informationsmaterialien für Fortbildungszwecke (Leitfäden, Foliensammlungen, etc.)
- Manuale für Therapeuten und Patienten für Gruppentherapie
- Materialien zur Evaluation
- Notfallkarte

Daher ist es für andere Regionen möglich, dieses Modell oder Teile davon auch mit moderaten Mitteln umzusetzen. Die Kooperationspartner erhalten dabei vom «Bündnis gegen Depression e.V.» umfangreiche Unterstützung. Dies bedeutet konkret, dass bei der Projektplanung, bei der Planung der Öffentlichkeitsarbeit und den einzelnen Modulen der Kampagne Unterstützung durch einen überregionalen Koordinator angeboten wird. Der Koordinator wird, wenn gewünscht, bei Planung, Kampagnenstart und Kampagnendurchführung, sowie bei Konzeptualisierung der Öffentlichkeitsarbeit, Durchführung von «Train-the-Trainer»-Seminaren und Evaluation zur Verfügung stehen.

Ausblick

Damit sind sehr gute Voraussetzungen geschaffen, auf regionaler Ebene zahlreiche Aktivitäten zu initiieren. Gleichzeitig wird unter dem gemeinsamen Dach des «Bündnisses gegen Depression e.V.» bundesweite Lobbyarbeit für das Anliegen einer besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen geleistet.

Dies bedeutet auch, die konkreten Erfahrungen einzelner Regionen in einen «Wissens-Pool» einbringen zu können und einzelne Bausteine des Modells fortwährend weiter zu entwickeln. Das «Bündnis gegen Depression» plant regelmässige gemeinsame Treffen, um Erfahrungen zu diskutieren, die einzelnen Kräfte überregional zu bündeln und damit effektiver nach aussen vertreten zu können.

Insbesondere hinsichtlich übergeordneter Themenbereiche soll das «Bündnis gegen Depression e.V.» auch dazu dienen, durch eine gemeinsame Öffentlichkeits- und Pressearbeit überregional zu bestimmten Fragestellungen als Ansprechpartner zur Verfügung zu stehen und ein grösseres Gewicht in der öffentlichen Wahrnehmung zu erhalten. Vor allem kleineren Regionen soll damit auch die Möglichkeit gegeben werden, auf Elemente professioneller Öffentlichkeitsarbeit zurückgreifen zu können oder Unterstützung bei der Arbeit mit lokalen Medien zu erhalten.

Zur Bündelung gemeinsamer Kräfte gehört auch die gemeinsame Suche nach Förderern für das «Bündnis gegen Depression». Es ist zu erwarten, dass die Unterstützung des Bündnisses als Repräsentanz einer grossen Zahl regional organisierter Initiativen, die ein gemeinsames Konzept und Ziel vorantreiben, auch für überregional engagierte Sponsoren von grossem Interesse ist. ■

Das «Zuger Bündnis gegen Depression»

Im Kanton Zug wird durch den Verein EQUILIBRIUM gegenwärtig mit finanzieller Unterstützung von Bund, Kanton und Mithilfe von Fachpersonen ein sehr ähnliches (Pilot-) Projekt wie die Aktion gegen die Depression in der Stadt Nürnberg vorbereitet.

EQUILIBRIUM wird in den nächsten beiden Jahren zur Ausführung kommen. Zu diesem Zweck wird mit Nürnberg eng zusammengearbeitet. EQUILIBRIUM soll anschliessend auch für andere Regionen in der Schweiz federführend sein.
Einerseits werden Menschen, die in ihrer täglichen Arbeit mit Depressionsbetroffenen in Kontakt kommen über die Depressionskrankheiten informiert, so z.B. Lehrpersonen, Jugendarbeitende, TherapeutInnen aller Art, Pflegepersonal in Spitälern und Altersheimen, PfarrerInnen, Polizei etc. Andererseits werden Hausärzten/innen auch Weiterbildungskurse über Diagnose und Therapien der Depressionskrankheiten angeboten.
Für die Öffentlichkeit werden Informationsveranstaltungen mit teilweise interaktivem Theater vorbereitet; daneben soll Depressionsaufklärung in den Medien, wenn möglich auch in Kinos, sicher aber in Apotheken stattfinden, zudem werden Plakataktionen im Freien betrieben.
Eine wissenschaftlich abgestützte Evaluation des ganzen Projekts ist vorgesehen.
Unter anderem hofft man, dass die Suizid- und Suizidversuchsrate abnehmen. Ebenso wird eine Abnahme des Stigmas der Krankheit und der Ausgrenzung der Betroffenen angestrebt. Da der «Stress am Arbeitsplatz» einer der wichtigsten Auslöser dieser Krankheit darstellt, ist auch der Einbezug von Handel, Gewerbe und Industrie in diesem Projekt geplant. Durch die Aufklärung in den Betrieben, erhoffen wir uns einen Rückgang des Mobbing.

Kontakt: John P. Kummer, Gründerpräsident und Beirat, Verein EQUILIBRIUM zur Bewältigung von Depressionen, Zimmelstrasse 48, CH-6414 Unteraegeri, T: 0041 (0) 41 750 00 04F: 0041 (0) 41 750 02 45, Email: john@jpkummer.com

Fussnote

[1] Murray & Lopez 1997, WHO-Studie