

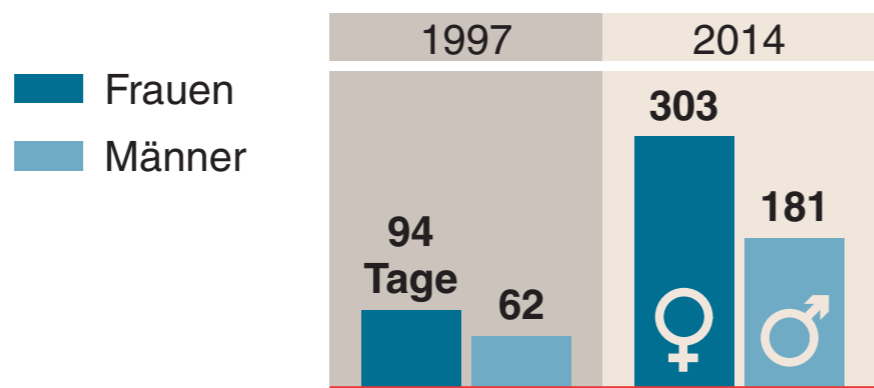
DAK-PSYCHOREPORT

Berufstätige öfter seelisch am Ende

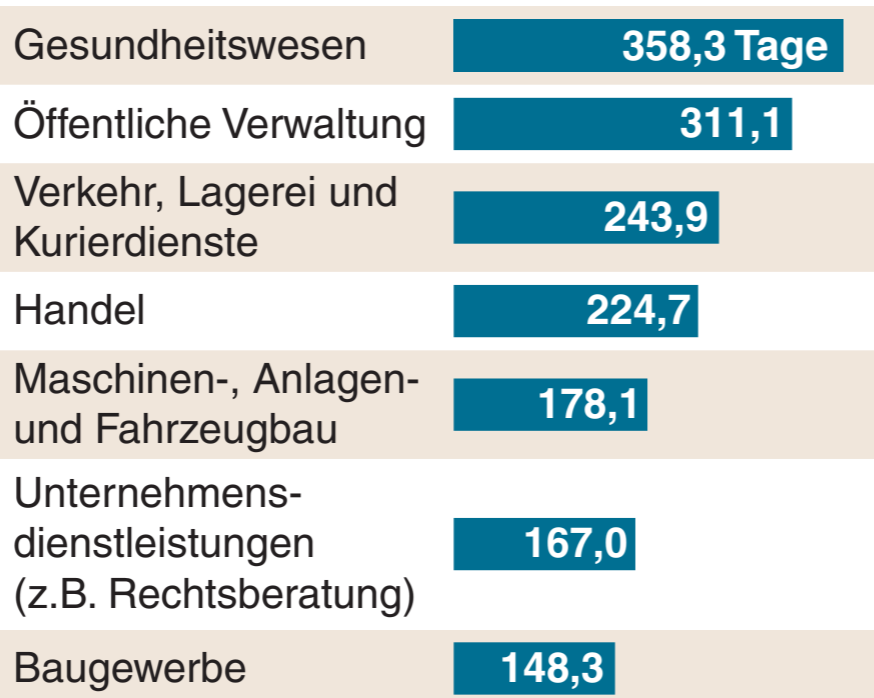
Bedrückt, antriebslos, müde: Bei immer mehr Berufstätigen werden Depressionen und andere seelische Erkrankungen festgestellt. Doch wie kommt das? Die Fakten.

Wenn die Psyche krank

Fehltage am Arbeitsplatz wegen psychischer Erkrankungen pro 100 Versicherte



...in ausgewählten Branchen 2014



Untersuchung auf Basis von 2,6 Millionen DAK-Versicherten
 Quelle: DAK-Psychoreport 2015
 dpa•23237

Wie viele Deutsche sind psychisch krank?
 Im vergangenen Jahr war hierzulande jeder 20. Arbeitnehmer wegen eines psychischen Leidens krankgeschrieben. Zu diesem Ergebnis kommt der DAK-Psychoreport. Ausgehend von den Daten der Versicherer sind hochgerechnet 1,9 Millionen Berufstätige betroffen. Seit 1997 hat sich die Zahl der Fehltage wegen solcher Diagnosen verdreifacht. Die meisten Arbeitnehmer fehlten wegen Depressionen.

Nehmen seelische Leiden tatsächlich zu?

Nach Einschätzung von Experten werden seelische Leiden besser erkannt. Dazu passt, dass psychische Erkrankungen dem Report zufolge 2014 zwar mehr Ausfalltage als in den Vorjahren verursachten, Arbeitnehmer aber zugleich seltener wegen anderer Krankheiten fehlten. „Es gibt heute nicht mehr psychisch kranke Menschen als vor zehn oder zwanzig Jahren“, sagt Hans-Peter Unger vom Zentrum für seelische Gesundheit der Asklepios Klinik Hamburg-Harburg. „Sie werden besser diagnostiziert und weniger stigmatisiert.“ Der Vizepräsident des Berufsverbands Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP), Michael Ziegelmayer, sieht auch ein Statistikproblem: „Die Krankenkassen zählen die Fälle – und nicht die Personen.“ Wiederkehrende Erkrankungen bei einem Patienten würden so möglicherweise mehrmals erfasst.

Wer ist besonders betroffen?

Ältere Menschen und Frauen. Zumindest ist die Zahl der Fehltage wegen Seelenleiden höher je älter die Berufstätigen sind. Auf 100 weibliche DAK-Versicherte, die über 60 Jahre alt waren, entfielen zuletzt 435 Ausfalltage – bei Männern waren es 293. Bei der jüngsten Gruppe der 15- bis 19-Jährigen waren es 115 Tage bei Frauen und 57 bei Männern. Anfälliger für Depressionen oder Angststörungen ist das weibliche Geschlecht aber nicht. Vielmehr gilt: „Es ist bei Männern immer noch nicht selbstverständlich, sich einzugesuchen, dass man ein Problem im psychischen Bereich hat“, sagt BDP-Vize Ziegelmayer.

Spendenaktion: Schenken Sie Würde

Bei der Aktion des Münchner Merkur und der Sparda-Bank München gegen Altersarmut können Sie eine Patenschaft für in Not geratene Senioren übernehmen. Eine Patenschaft kostet 35 Euro im Monat. Auch einmalige Spenden sind willkommen. Der Verein Lichtblick Seniorenhilfe leitet stets die volle Summe an die Bedürftigen weiter.

Überweisungen bitte auf folgendes Konto:
 IBAN: DE 307 0090 50 0000 4901010
 BIC: GENODEF1504

Weitere Informationen gibt es beim Verein: 089/67 97 10 10. Die E-Mail-Adresse lautet: info@lichtblick-sen.de.

Lichtblick Seniorenhilfe ist ein als gemeinnützig anerkannter Verein. Für Ihre Spenden erhalten Sie eine Spendenquittung; geben Sie bitte Ihre Anschrift an. Mehr Infos finden Sie auch bei uns im Internet unter www.merkur.de/spendenaktion.



Manchmal wird alles einfach zu viel: Laut einer Umfrage der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) war knapp jeder Dritte (32,2 Prozent) schon mal an einem Punkt, an dem er dachte: „Ich schaffe das alles nicht mehr!“ Sechs von zehn Befragten (62,3 Prozent) meinen, dass die heutige Zeit so derart beschleunigt und anspruchsvoll ist, dass die Menschen zwangsläufig irgendwann ausgebrannt und erschöpft sein müssen. Für einige (5,5 Prozent) scheint ein „Burnout“ sogar nicht mehr weit entfernt. Doch auch Unterforderung kann krank machen: Dabei können Betroffene, die unter einem „Boreout“ leiden, in Depressionen verfallen. DPA

Welchen Einfluss hat der Wohnort?

„Der Stresspegel ist in Großstädten höher“, sagt Fachmann Unger. „Außerdem ist in Städten das Gesundheitsbewusstsein größer.“ Psychische Probleme würden schneller erkannt. Zu einem ähnlichen Ergebnis kommt die Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS) vom Robert-Koch-Institut. Demnach hat die Wohnortgröße Einfluss auf die Häufigkeit von depressiven Symptomen; in kleinstädtischen Orten waren die wenigsten betroffen.

In welchen Branchen sind psychische Erkrankungen besonders häufig?

Die meisten Seelenleiden werden im Gesundheitswesen diagnostiziert. Die wenigsten lassen sich im Baugewerbe krankschreiben. „Das hat mit der Art der Belastung zu tun“, erklärt Psychologin Ziegelmayer. Sie sei auf dem Bau in der Regel körperlich – in der Gesundheitsbranche psychisch. Und: „Die Arbeitsbedingungen in der Pflege werden eher schlechter als besser.“

Welche Gründe haben die Seelenleiden?

Arbeitsbelastung, private Gründe oder eine körperliche Krankheit sind Expert Unger zufolge die Hauptursachen. Etwas häufiger seien aber berufsbedingte Erkrankungen. Auch BDP-Experte Ziegelmayer betont: „Wir dürfen die Augen nicht davor verschließen, dass die Belastung im Arbeitsleben zugenommen hat.“

Was ist mit dem vielzitierten „Burnout“?

Das ist eine Zusatzdiagnose. Seit 2012 hat sich die Zahl der Burnout-Fehltage fast halbiert, während andere Krankheiten öfter festgestellt wurden: „Die Ärzte diagnostizieren eher eine Depression, eine Anpassungsstörung oder eine Angststörung. Sie verzichten auf die Zusatzdiagnose Burnout“, sagt Expert Unger.

Warum ist das Bewusstsein für psychische Leiden aktuell so hoch?

Sie sind gewissermaßen salonfähig geworden: Für viele gehört der Satz „Ich bin gestresst“ zum guten Ton.

Wie groß sind die psychischen Probleme der Deutschen tatsächlich?

„Ich würde nicht sagen, dass die Zahl der Diagnosen besorgniserregend ist“, sagt Expert Ziegelmayer. „Daraus den Schluss zu ziehen, dass wir eine psychisch kranke Nation sind – das wäre verfehlt.“

Fragen & Antworten: **Antonia Lange**

MERKUR-SPRECHSTUNDE

„Würde geben auf dem letzten Weg“: Unter diesem Motto stand unsere Merkur-Sprechstunde. Bei der Veranstaltung ging es um Palliativmedizin – und um die Frage: Wie soll man sich auf den letzten Weg vorbereiten? Nachfolgend der letzte Teil unserer Nachlese mit den wichtigsten Stichworten.

Stichwort „Misstrauen“

Alleinstehende wissen oft nicht, wen sie im Fall des Falles als Bevollmächtigten angeben können – und sind daher misstrauischer, sagt Ludger Bornewasser, Fachanwalt in der Münchner Kanzlei „Advocatio“. Für diese Fälle sei die Vorsorgevollmacht nicht geeignet: „Wenn man schon an gesunden Tagen der Nachbarin oder Freundin nicht traut, dann wird das noch weniger, wenn man Hilfe braucht.“ Die Alternative sei eine Betreuungsvollmacht: Darin lege man nur fest, wer im Falle eines gerichtlichen Verfahrens zum Betreuer bestellt wird – dieser stehe unter einer gerichtlichen Kontrolle.

Stichwort „Betreuungsverein“

Wie findet man einen Betreuungsverein? Entweder via Internet oder, besser, über die Betreuungsstellen der Landratsämter und Städte, rät Bornewasser.

Stichwort „Patientenwille“

Wie bindend ist für Ärzte der Patientenwille? PD Dr. Dr. Berend Feddersen, Leiter der „Spezialisierten Ambulanten Palliativversorgung“ an der Ludwig-Maximilians-Universität München, sagt: Der Patientenwille sei kürzlich gestärkt worden. „Wenn ein Patient eine Therapie nicht mehr möchte, darf der Arzt diese nicht durchführen.“ Ansonsten käme dies womöglich einer Körperverletzung gleich.

Stichwort „Palliativstation“

Wie komme ich auf eine Palliativstation? „Wenn Sie im Krankenhaus liegend auf die Palliativstation möchten, kümmern sich die Ärzte um alles“, sagt Prof. Dr. Christian Stief, Direktor der Urologischen Klinik der LMU und den Lesern bekannt von „Stiefs Sprechstunde“. Hospizbetten gibt es auch in München – allerdings nur 28, die Warteliste ist lang und laufe nach gewissen Prioritäten, etwa Schwere der Krankheit. „Wenn ein Hospiz für einen guten Ort ist, sollte man sich daher frühzeitig anmelden“, rät Palliativmediziner Feddersen.

Stichwort „Kosten“

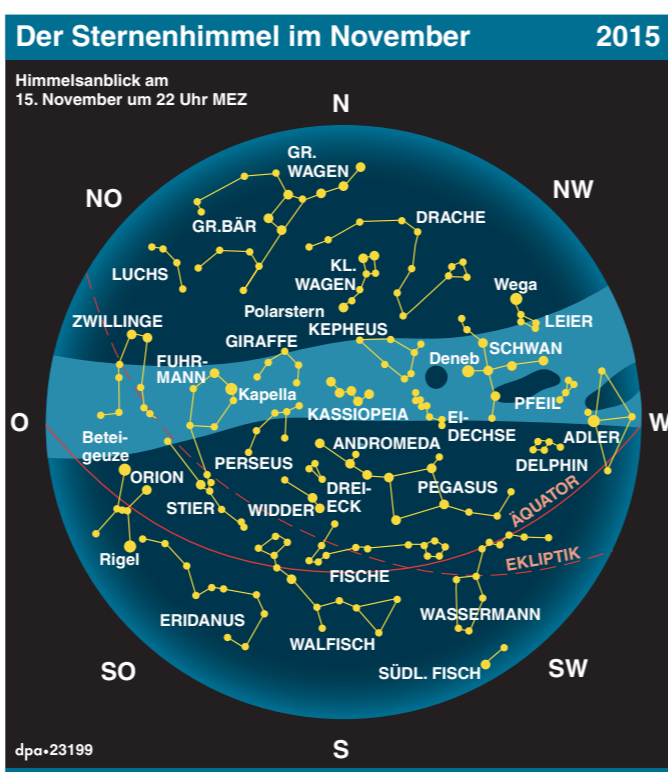
Wer zahlt die Palliativstation? Man bleibt dort durchschnittlich zehn Tage, der Aufenthalt wird von der Kasse übernommen. Mehr als 50 Prozent der Patienten gehen dann wieder nach Hause – oder in ein Hospiz. „Es ist also keine reine Sterbestation“, sagt Expert Feddersen. Das Hospiz werde von der Krankenkasse, Pflegeversicherung und mit Spenden finanziert. „Diese Finanzierungsform geht darauf zurück, dass man früher mit dem Sterben kein Geld verdienen wollte“, erklärt Feddersen.

Zusammenfassung: **A. Mayr**

Mars und Venus als Paar

Nachdem sich der Saturn vom Nachthimmel zurückgezogen hat, bleibt der Abendhimmel im November ohne helle Planeten. Der Ringplanet wird von der Sonne verfolgt, die ihn Ende November einholt. Er hält sich somit am Taghimmel auf und bleibt nachts unbeobachtbar unter dem Horizont – erst Anfang Januar 2016 wird sich Saturn wieder am Morgenhimmel zeigen. Die Sonne strebt der Wintersonnenwende entgegen. Ihre Mittagshöhe nimmt um sieben Grad ab, die Tageslänge schrumpft um rund eine Stunde und 20 Minuten. Am Abendhimmel sind lediglich die sonnenfernen Planeten Uranus und Neptun vertreten. Der grünliche Uranus hält sich im Sternbild Fische auf, der bläuliche Neptun ist im Sternbild Wassermann zu finden. Wegen ihren großen Sonnendistanzen sind

beide Planeten mit bloßen Augen nicht zu sehen. Um sie zu erspähen, ist ein lichtstarkes Fernglas oder ein Teleskop erforderlich. Drei helle Planeten schmücken den Morgenhimmel: Venus, Mars und Jupiter. Bei Weitem am hellsten strahlt Venus. Auch Jupiter im Sternbild Löwe leuchtet auffällig hell. Am lichtschwächsten erscheint der rötliche Mars. Er ist aber dennoch gut zu sehen. Seine Helligkeit nimmt im Lauf des Novembers leicht zu; im Mai nächsten Jahres wird der kalte Wüstenplanet zu einem auffälligen Gestirn und fast so hell wie Jupiter werden. Am 21. November passiert Mars seinen sonnenfernten Bahnpunkt, das Aphel, wobei ihn gut 249 Millionen Kilometer von der Sonne trennen. Das Sonnenlicht benötigt knapp 14 Minuten, um den roten Planeten zu erreichen.



Gleich zu Monatsbeginn kommt es zu einer engen Begegnung unserer beiden Nachbarplaneten: Venus zieht am 3. knapp südlich an Mars vorbei. Ein besonders hübscher Himmelsanblick ergibt sich am 7. November, wenn sich die Sichel des abnehmenden Mondes zu Mars und Venus gesellt. Die beste Beobachtungszeit ist die Stunde von 5 Uhr bis 6 Uhr morgens. Einen Tag vorher wandert der abnehmende Mond bereits am Jupiter vorbei. Das kosmische Schauspiel ist am Osthimmel in mittlerer Höhe zu verfolgen. Mit den Sternschnuppen des Leonidenschwarms ist von Mitte bis Ende November zu rechnen. Die Leonidenmeteore treten am Morgenhimmel in Aktion. Ihr Ausstrahlungspunkt liegt rund zehn Grad östlich von Regulus, dem Hauptstern des Löwen.

Das Maximum der Leonidenaktivität ist in der Nacht vom 17. auf 18. November gegen 3 Uhr zu erwarten. Am 7. erreicht der Mond mit 405 720 Kilometern seine größte Erdferne. Neumond tritt vier Tage später, am 11., um 18.47 Uhr ein. Vollmond wird am 25. um 23.44 Uhr erreicht, wobei der hellglänzende Mond vor dem Sternhaufen der Hyaden im Stier steht. Im Lauf der Nacht nähert er sich dem orangen Stern Aldebaran. Zwei Tage vor Vollmond kommt der Mond mit 362 820 Kilometer in Erdnähe. Die Bilder Kassiopeia, Andromeda, Pegasus, Perseus und Widder stehen hoch im Süden und prägen den typischen Herbstcharakter des Fixsternhimmels. Im Osten kündigt sich der Winter durch eine Reihe heller Sterne an – allen voran Kapella im Fuhrmann. **HANS-ULRICH KELLER**