

## **„Eine psychische Erkrankung kann jeden treffen“**

20 bis 30 Prozent aller Menschen erfüllen pro Jahr in Deutschland die Kriterien einer psychischen Erkrankung – und viele müssen gegen Vorurteile kämpfen. Im Interview erläutert Prof. Dr. Arno Deister, Chefarzt des Zentrums für Psychosoziale Medizin am Klinikum Itzehoe und Vorsitzender des bundesweiten Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit, warum der Umgang mit psychischen Problemen so schwierig ist und was sich durch die Corona-Pandemie verändert hat.



### ***Seit 15 Jahren gibt es das Aktionsbündnis, zum 12. Mal findet gerade die bundesweite Aktionswoche Seelische Gesundheit statt. Trägt die Arbeit Früchte?***

Es hat sich viel getan in den letzten Jahren. Aber Vorbehalte, Stigmatisierung und manchmal auch Diskriminierung sind leider immer noch alltägliche Realität für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Es wird weiter wichtig sein, darüber zu reden, zu informieren und explizit um Verständnis zu werben.

### ***Warum tun sich Menschen denn so schwer im Umgang mit Betroffenen?***

Körperliche Erkrankungen kann man leichter begreifen, sich ein Bild davon machen, sie vielleicht sogar wirklich anfassen. Psychische Erkrankungen dagegen kann man sich schwer vorstellen, sie sind ganz nah in der Persönlichkeit, das macht es schwieriger, damit umzugehen. Und das macht den Menschen auch Angst.

### ***Betroffene leiden also doppelt: Unter der Krankheit – und unter den sozialen Folgen?***

Ja. Psychische Erkrankungen greifen so tief in das Leben ein wie kaum eine andere Erkrankung. Sie sind nicht nur ein medizinisches Problem, sondern auch ein soziales. Sie verändern das Leben nachhaltig – und sie verändern die Teilhabe an der Gesellschaft. Es ist die Aufgabe von allen, die (noch) keine psychische Erkrankung haben, Verantwortung zu übernehmen, damit Betroffene inkludiert werden. Das Leiden ist oft sehr groß. Wenn man jemanden hat, der einen unterstützt, ist das viel wert. Reden hilft.

### ***Aber über ein Tabu-Thema redet man nicht so gerne...***

Man redet nicht darüber oder es wird abgetan mit Sprüchen wie „Ach, das wird schon wieder“ oder „denk doch mal positiv“. Dann kommt für Betroffene der Gedanke dazu, dass man der einzige ist, der es nicht schafft. Man ist überzeugt, dass man versagt hat und fühlt sich bestätigt: Ich wusste doch, dass mich keiner versteht. Das ist immer eine gefährliche Situation. Und dann liest man vielleicht noch ein Buch, in dem steht, dass man sich nur ablenken muss

.....

Das Klinikum Itzehoe ist eines der größten Krankenhäuser in Schleswig-Holstein und Lehrkrankenhaus der Universitäten Kiel, Lübeck und Hamburg. Unseren Patienten bieten wir innovative medizinische Versorgung auf hohem Niveau und individuelle Pflege nach neuesten Standards. Als Unternehmen mit rund 2.400 Mitarbeitern, davon mehr als 200 Auszubildende, sind wir effizient und zukunftsorientiert aufgestellt. Wirtschaftlicher Erfolg bestätigt unsere Arbeit. Wir sind Mitglied des Krankenhausverbundes 6K mit über 11.000 Mitarbeitern. Weitere Infos unter: [www.klinikum-itzehoe.de](http://www.klinikum-itzehoe.de)

– das klappt aber nicht. Es sind Krankheiten, die man sich nicht ausgesucht hat. Man kann sie nicht einfach wegdenken. Und dabei geht es nicht um *nicht wollen*, sondern um *nicht können*.

***Oft steckt hinter so einer Reaktion ja keine böse Absicht, sondern Hilflosigkeit.***

Deshalb bin ich dafür, Erste-Hilfe-Kurse für die Seele zu etablieren. So, wie man lernt, wie man am Unfallort Erste Hilfe leistet, sollte man es auch für Krisen-Situationen lernen. Eine psychische Erkrankung kann jeden treffen. Niemand sollte die Erfahrung machen, dass man nicht darüber reden kann. Denn das erhöht auch das Risiko, dass die Krankheit nicht erkannt und somit nicht behandelt wird.

***Hat die Corona-Pandemie den Umgang mit psychischen Problemen verändert?***

Corona hat die Sicht darauf beeinflusst: Wir haben durch die Pandemie gesehen, dass jeder mit psychischen Problemen auf eine Situation reagieren kann, es ist niemand frei davon. Unsere Patienten haben teilweise gesagt: Jetzt seht ihr auch mal wie es ist, in einer Krise zu sein. Die Pandemie ist das erste Ereignis, das wirklich jeden irgendwie betrifft. Und es ist eine völlig unsichtbare Bedrohung, anders als zum Beispiel ein Krieg. Dazu kommt die umfassende Kommunikation, die es heute gibt: Wir können uns jederzeit über alles informieren, alles sehen. Und: Kein Mensch hatte Erfahrung damit, wir mussten alle improvisieren und üben. Deshalb kann man es auch niemanden vorwerfen, falls er etwas falsch gemacht hat. Man kann es uns nur vorwerfen, wenn wir nicht daraus lernen.

***Das klingt, als ob auch eine Chance darin liegen könnte?***

Es sind durchaus Chancen durch die Pandemie entstanden, aber wir müssen sie auch ergreifen, müssen die richtigen Lehren daraus ziehen. Auf der Ebene des Gesundheitssystems heißt das zum Beispiel: Gesundheit ist ein Thema von staatlicher Daseinsfürsorge und darf nicht den frei spielenden Märkten überlassen werden. Auf persönlicher Ebene hat die Pandemie aufgedeckt, wie man Dinge wertschätzt: Was ist mir wichtig? Was brauche ich wirklich? Das sind Fragen, die man sich jetzt stellen muss.

- Im Rahmen der bundesweiten Woche der Seelischen Gesundheit hält Prof. Dr. Arno Deister am Freitag, 15. Oktober, um 18.30 Uhr in der Klinikum Itzehoe Akademie einen Vortrag zum Thema "Psychiatrie und Gesellschaft". Dabei geht es um die Fragen: Wie gehen wir als Gesellschaft mit psychischen Erkrankungen um – und welche Schwierigkeiten haben Menschen mit psychischen Problemen? Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung ist jedoch zwingend notwendig an [i.ulzhoefler@kh-itzehoe.de](mailto:i.ulzhoefler@kh-itzehoe.de), da die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Es gelten 3G-Bedingungen. Viele der bundesweiten Veranstaltungen finden auch online statt. Info: [www.seelischegesundheits.net](http://www.seelischegesundheits.net)

.....

Das Klinikum Itzehoe ist eines der größten Krankenhäuser in Schleswig-Holstein und Lehrkrankenhaus der Universitäten Kiel, Lübeck und Hamburg. Unseren Patienten bieten wir innovative medizinische Versorgung auf hohem Niveau und individuelle Pflege nach neuesten Standards. Als Unternehmen mit rund 2.400 Mitarbeitern, davon mehr als 200 Auszubildende, sind wir effizient und zukunftsorientiert aufgestellt. Wirtschaftlicher Erfolg bestätigt unsere Arbeit. Wir sind Mitglied des Krankenhausverbundes 6K mit über 11.000 Mitarbeitern. Weitere Infos unter: [www.klinikum-itzehoe.de](http://www.klinikum-itzehoe.de)