

## Das „Tiroler Bündnis gegen Depression“ – eine Leistungsbilanz

Angela Ibelshäuser<sup>1</sup> und Ullrich Meise<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Gesellschaft für psychische Gesundheit – pro mente tirol

<sup>2</sup> Klinik für Allgemeinpsychiatrie- und Sozialpsychiatrie, Department für Psychiatrie und Psychotherapie, Medizinische Universität Innsbruck

### The „Tyrolean Alliance against Depression“ – a balance of activities

Das „Tiroler Bündnis gegen Depression“ ist Kooperationspartner des „Europäischen Bündnisses gegen Depression (EAAD) [1], das im Weißbuch zur Europäischen Ministeriellen WHO Konferenz für psychische Gesundheit- Helsinki 2005- [2] explizit als gelungenes Beispiel für die geforderten Aktivitäten zur psychischen Gesundheitsförderung (Mental Health Promotion und Mental Disorder Prevention) angeführt wird. Diesbezüglich weist auch Österreich einen Handlungsbedarf auf [3]. Ziele unserer Aktivitäten sind: eine Entstigmatisierung von Betroffenen, eine Verbesserung der Diagnose und der Behandlung depressiv erkrankter Menschen und dadurch auch eine Vorbeugung von Suiziden, eine Verbesserung des Verständnisses der Erkrankung Depression in der Bevölkerung und somit eine Veränderung des Bewusstseins in der Öffentlichkeit gegenüber psychischen Erkrankungen.

### Hintergrund

Depressive Störungen gehören zu den häufigsten und am meisten unterschätzten Erkrankungen unserer Zeit. In Tirol leiden zum heutigen Tag rund 5% der Bevölkerung – 35.000 Menschen – an einer behandlungsbedürftigen Depression.

Die WHO geht davon aus, dass die Depression bis zum Jahr 2020 in den entwickelten Ländern zur zweithäufigsten Erkrankung werden wird. Betrachtet man die Beeinträchtigung der Lebensqualität durch eine Depression oder die mit ihr vergesellschaftete Gefährdung, wird der Handlungsbedarf deutlich. Etwa 70% der Menschen, die sich das Leben nahmen, waren depressiv erkrankt (in Tirol über 100 Personen pro Jahr), wobei das Risiko für Männer, an einem Suizid zu versterben, deutlich höher ist als jenes für Frauen [4].

Das Thema „Depression“ wird von der Öffentlichkeit wenig wahrgenommen und oft missverstanden. Viele Betroffene erkennen selbst nicht, dass sie unter Depression leiden, sondern glauben, körperlich erkrankt zu sein. Andere trauen sich aus Scham und/oder Angst vor Stigmatisierung und Ausgrenzung nicht, Hilfsangebote wahrzunehmen.

Der Mehrzahl der Betroffenen könnte erfolgreich geholfen werden, aber nur eine Minderheit der Betroffenen erhält derzeit eine adäquate Behandlung. Das persönliche Leid für Betroffene, deren Angehörige und Freunde wäre vermeidbar.

### Methodik

Mit einem „4-Ebenen-Ansatz“, der mindestens über 10 Jahre verfolgt werden soll, müsste ein Großteil der Bevölkerung erreicht werden:

- **Öffentlichkeitsarbeit:** Durch eine intensive und breite Informations- und Aufklärungsarbeit mittels Plakate, Flyer, Broschüren, Videokassetten, CD-ROMs, Webseiten, Kinospot, Aktionstagen, Schulaktion, Vorträgen, Medienberichten soll die Bevölkerung für das Thema sensibilisiert werden. Die Kenntnisse über die Erkrankung Depression und somit die Einstellung zur Erkrankung und zu Betroffenen sollen dadurch auffällig verbessert werden.
- **Angebote für PatientInnen und Angehörige:** Betroffene werden gezielt über Hilfsangebote in Krisensituationen informiert; darüber hinaus werden bestehende oder neu zu gründende Selbsthilfegruppen unterstützt. Eine anonyme Email-Beratung für Betroffene steht zur Verfügung.
- **Kooperation mit MultiplikatorInnen:** Berufsgruppen wie LehrerInnen, SozialarbeiterInnen, SeelsorgerInnen, Pflegepersonal, PolizeibeamtInnen, die berufsbedingt viel mit Menschen und/oder depressiven PatientInnen zu tun haben, wirken als MultiplikatorInnen.

Sie erhalten Informationsmaterial zur Weitergabe und werden auf Wunsch in individuell zugeschnittenen Fortbildungsveranstaltungen informiert.

- **Kooperation mit ÄrztInnen für Allgemeinmedizin:**

ÄrztInnen soll die Möglichkeit angeboten werden, ihre Erfahrungen mit PatientInnen zu reflektieren; sie sollen – so gewünscht – Unterstützung bei persönlichen Fragen bekommen, denen sie in ihrer Arbeit mit depressiven PatientInnen begegnen.

- Video für Klinikfernsehen (Sendezeit 10 Min., 2 Monate, mehrfach täglich)
- Kinospot (4 Orte, 2 Monate, 11 Säle)
- Vorträge, Lesung, Aktionen in Innsbruck und Tiroler Bezirken (48)
- Beteiligung an Gesundheitstagen (5)
- Schulaktionen; Workshops für SchülerInnen (Schulklassen 80, 1850 Schülerinnen und Schüler), Evaluierung der Einstellungsänderung
- Informationsflyer, Inlay, Ankündigungsplakate, Handouts (insg. 20.000)

Seminare 26, 1300 Teilnehmer)

- Train the Trainer Seminar für ReferentInnen der Schulaktion (20 Teilnehmer)
- Dekane, Priester, SeelsorgerInnen (Vorträge 2, 40 Teilnehmer, Fachtagung Anfang Juni 08: „Seelsorge und psychische Gesundheit“)
- Führungskräfte (Vorträge 3, 80 Teilnehmer)
- Workshop für Tiroler MedienvertreterInnen (Berichterstattung bei Suizid - Der Beitrag der Medien zur Suizidprävention), Weiter-Verteilung des Medien-Leitfadens „Berichterstattung bei Suizid“ innerhalb der Medien, Nominierung für den Tiroler Medienpreis Tirolissimo 2007 im Bereich Pressearbeit, eingereichtes Projekt: „Suizidprävention“
- Fachtagung: „Tabu Suizid“ (s.o. für Hinterbliebene, Angehörige, Freunde) und Personen, die beruflich mit dem Thema konfrontiert sind (insg. ca. 130 Teilnehmer)
- 2 Medienschulungen für Bündnispartner

## Struktur des Projektes

Dem Tiroler Bündnis haben sich ca. 30 Organisationen und Personen als Partnerinnen und Partner angeschlossen, ca. 10 arbeiten aktiv in der Steuerungsgruppe zur Koordination der tirolweiten Aktivitäten. Dazu zählen u.a. Angehörigen- und Betroffenen-Selbsthilfe, Sozialpsychiatrische Vereine, Universitätsklinik für Psychiatrie Innsbruck und BKH Hall, FachärztInnen, Stadtmagistrat Innsbruck, Telefonseelsorge, Berufsverbände (Tiroler Landesverband für Psychotherapie), .... Auch ist es uns gelungen, dass sich in den Bundesländern Steiermark, Wien, Kärnten und Niederösterreich „Bündnisse“ formiert haben, die die Ziele und den Ansatz von EAAD in ihrer Region vertreten und umsetzen.

- **Angebote für Betroffene und ihre Angehörigen:**

- Homepage (www.buendnis-depression.at) und Emailberatung
- Förderung und Gründung neuer Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige (Gründung neuer Selbsthilfegruppen: 3)
- Medienarbeit zur Unterstützung der Arbeit der Selbsthilfegruppen
- Fachtagung: „Tabu Suizid“ für Hinterbliebene, Angehörige, Freunde (s.u. und Personen, die beruflich mit dem Thema konfrontiert sind) (insg. ca. 130 Teilnehmer)
- Vorträge „Depression betrifft die ganze Familie“ in Innsbruck und Tiroler Bezirken (10 gemeinsam mit HPE gestaltete Vorträge, ca. 1100 Zuhörer)

- **Kooperation mit ÄrztInnen für Allgemeinmedizin:**

In Planung - bisher eine Schulung (26 TNInnen)

Die *Gesellschaft für psychische Gesundheit- pro mente tirol*, die die Projektkoordination für das Projekt übernommen hat, bietet seit über 30 Jahren für Menschen mit psychischen Erkrankungen vielfältige Betreuungs- und Rehabilitationsangebote an und bemüht sich gleichzeitig um die Entstigmatisierung und Integration der Betroffenen (www.gpg-tirol.at). Ihnen sollen die Möglichkeiten eröffnet werden, von ihrer psychischen Erkrankung zu genesen, die Krankheitsfolgen zu bewältigen, ihre oft schwierigen Lebensumstände selbstbestimmt zu verbessern sowie neue Lebensperspektiven und gesellschaft-

## Aktivitäten

Die Auftaktveranstaltung fand am 24. Feber 2005 statt.

- **Öffentlichkeitsarbeit:**

- Intensive, kontinuierliche Medienarbeit (Pressekonferenzen 16, Medienpräsenz in Printmedien 80, TV und Radio 26, Fachmedien 4)

- **Kooperation mit MultiplikatorInnen:**

- Schulungen / Fachgespräche / Fachtagung z.B. für: Altenpflegepersonal (14 Schulungen, 150 Teilnehmer)
- Polizei (Vorträge 1, 15 Teilnehmer)
- MedizinstudenInnen, PsychologiestudentInnen (Vorträge,

liche Teilhabe zu entwickeln. Dabei sollen transkulturelle und geschlechtsspezifische Aspekte in Zukunft stärker berücksichtigt werden [4]. Ein soziales Klima, das die wichtigen Bedürfnisse der Menschen berücksichtigt und schützt, sich gegen Armut, Stigma und Ausgrenzung wendet, trägt Wesentliches zur psychischen Gesundheit bei.

## Literatur

- [1] Pfeiffer-Gerschel T., Wittmann M., Hegerl U.: Die „European Alliance Against Depression (EAAD)“ – Ein europäisches Netzwerk zur Verbesserung der Versorgung depressiv erkrankter Menschen. *Neuropsychiatr* 21, 51-58 (2007)
- [2] Meise U., Wancata J.: „Es gibt keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit“- Die Europäische Ministerielle WHO-Konferenz für Psychische Gesundheit; Helsinki 2005. *Neuropsychiatr* 19, 151-154 (2006)
- [3] Meise U., Sulzenbacher H., Eder B., Klug G., Schöny W., Wancata J.: Psychische Gesundheitsversorgung in Österreich – Eine Beurteilung durch unterschiedliche Gruppen von

Psychiatriebetroffenen auf Grundlage der Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation. *Neuropsychiatr* 20, 174-185 (2006).

- [4] Hausmann A., Rutz W., Meise U.: Frauen suchen Hilfe – Männer sterben! Ist die Depression wirklich weiblich? *Neuropsychiatr* 22, 43-48 (2008)

Gesellschaft für Psychische Gesundheit –  
*pro mente tirol*  
„Tiroler Bündnis gegen Depression“  
Univ.-Prof. Dr. Ullrich Meise,  
Mag. Angela Ibelshäuser  
Email: [eaad@gpg-tirol.at](mailto:eaad@gpg-tirol.at)  
URL: [www.buendnis-depression.at](http://www.buendnis-depression.at)