

25. Mai 2020

Stress, Angst, Trauer: Immer mehr Menschen mit Depressionen

Isolation, Streit in der Familie, Existenzängste durch Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit, Insolvenz: In der Corona-Krise haben Menschen besonders stark mit psychischen Problemen zu kämpfen. Was sich durch die Pandemie jetzt noch einmal zuspitzt, ist bereits seit Jahren ein ernstzunehmendes Problem. Laut Daten der KKH Kaufmännische Krankenkasse leiden immer mehr Menschen an Depressionen: 2018 haben Ärzte bei rund 220.000 KKH-Versicherten bundesweit eine depressive Episode diagnostiziert. Gegenüber 2008 bedeutet das ein Plus von rund 40 %. Den im Ländervergleich größten Anstieg verzeichnet die KKH mit mehr als 66 % in Sachsen-Anhalt, das geringste Plus von 25 % hingegen im Saarland.

Bundesweit ist mittlerweile jeder 8. an einer Depression erkrankt, in Baden-Württemberg und Berlin sogar jeder 7.. Vor allem Frauen sind gefährdet, denn sie sind etwa doppelt so häufig betroffen wie Männer. Allerdings registriert die KKH bei den Männern einen etwa doppelt so großen Anstieg als bei den Frauen. Darüber hinaus erhalten immer mehr Versicherte ein Rezept über ein Antidepressivum: 2018 haben Ärzte mittlerweile jedem 12. KKH-Versicherten ein solches Medikament verschrieben. Im Vergleich zu 2008 ist das ein Plus von bundesweit knapp 26 %. Auch hier liegt Sachsen-Anhalt mit einem Anstieg von rund 43 % an der Spitze, Hamburg bildet mit knapp 16 % das Schlusslicht.

Die Ursachen für eine Depression sind vielfältig. Neben genetischen und neurobiologischen Faktoren können traumatische Erlebnisse wie Gewalt und Missbrauch, Krisen wie Jobverlust und Trennungen oder schwere Krankheiten eine Rolle spielen. Die Betroffenen fühlen sich extrem niedergeschlagen, sind erschöpft und antriebslos, verlieren ihre Interessen und können darüber hinaus von Schlaflosigkeit, Selbstzweifeln, Schuldgefühlen und Konzentrationsstörungen geplagt sein.

Bei Männern zeigen sich Depressionen oftmals anders als bei Frauen, deshalb werden sie häufig nicht gleich erkannt. Depressive Männer sind eher gereizt und neigen zu Aggressionen, wohingegen bei Frauen Erschöpfung und Traurigkeit im Vordergrund stehen. Männer geben darüber hinaus meist berufliche Konflikte als Grund für depressive Stimmungen an. Bei Frauen spielen eher familiäre oder gesundheitliche Probleme eine Rolle. Männern fällt es zudem häufig schwer, über seelische Leiden zu sprechen, meist aufgrund der gesellschaftlichen Erwartungen an sie. Frauen fühlen sich in der Regel stärker belastet und suchen schneller nach Hilfe. Eine Depression ist eine schwere Krankheit, die im schlimmsten Fall tödlich enden kann. Deshalb muss sie so früh wie möglich behandelt werden. Bei einem Verdacht führt der erste Weg zum Hausarzt. Er überweist dann an einen Psychiater oder einen Psychotherapeuten.

KKH - Kaufmännische Krankenkasse