

## **Kickoff Bündner Bündnis gegen Depression**

von Regierungsrätin Barbara Janom Steiner, Vorsteherin DJSG

### **Volkskrankheit Depression**

Gemäss der nationalen Gesundheitsbefragung 2002 leiden knapp 15% der Bevölkerung unter leichten depressiven Symptomen und über 3% beziehungsweise rund 200'000 Personen an mittleren bis starken oder gar gravierenden depressiven Symptomen. Werden diese Zahlen auf den Kanton Graubünden übertragen, würden aktuell fast 6'000 Personen mittlere bis starke oder gar gravierende und weitere 28'500 Personen leichte depressive Symptome aufweisen.

Die Problematik besteht darin, dass nur jede vierte Person mit mittleren bis starken Symptomen, beziehungsweise jede zweite mit gravierenden Symptomen, sich in ärztliche Behandlung begibt.

Ein wesentlicher Grund dafür, dass depressiv kranke Menschen nur zu einem beschränkten Teil medizinisch behandelt werden, ist neben dem Umstand, dass eine psychische Erkrankung oft nicht einfach erkennbar ist, die Angst psychisch Kranker, durch die Bevölkerung stigmatisiert zu werden. So sind etwa 40% der Schweizerischen Bevölkerung davon überzeugt, dass depressive Menschen sich einfach zusammenreissen sollten, um wieder gesund zu werden. Diese tiefgreifenden Vorurteile hindern die Betroffenen, Hilfe zu suchen, aus Angst, abgestempelt und ausgegrenzt zu werden.

In der Schweiz werden depressive Störungen immer noch stigmatisiert und tabuisiert. Die Symptome werden demzufolge bagatellisiert oder die Betroffenen schämen sich so stark, dass sie keine fachliche Hilfe aufsuchen. Die Sensibilisierung und Aufklärung der Öffentlichkeit ist daher unerlässlich, wenn man die Entstigmatisierung der Krankheit anstrebt. Depression ist eine Erkrankung wie jede andere auch und kein Ausdruck eines persönlichen Versagens.

Die Auswirkungen depressiver Erkrankungen sind vielfach schwer. Sie führen zu persönlichem und familiärem Leid, sozialer Ausgrenzung und leider in einzelnen Fällen sogar zu Tod durch Suizid. Psychisch bedingte Suizide und Suizidversuche sind in der Schweiz überdurchschnittlich hoch. In der Schweiz begehen jährlich rund 1000 Männer und 400 Frauen Suizid, wobei Suizidversuche und -gedanken weitaus häufiger sind. In Graubünden wurden im Jahr 2007 30 vollendete Suizide von der Polizei ermittelt; dies entspricht fast 2% aller Todesfälle im Kanton, wobei die Dunkelziffer noch grösser ausfällt. Etwa 90% aller Suizide liegt eine Depression oder eine andere psychische Störung zugrunde.

Depressive Erkrankungen sind auch in volkswirtschaftlicher Hinsicht von erheblicher Tragweite, indem sie zu krankheitsbedingten Arbeitsausfällen, Invalidisierung oder zu frühzeitigem Tod durch Suizid führen können. In diesem Zusammenhang ist darauf hinzuweisen, dass sich die Zahl der Invalidisierungen aus psychischen Gründen in der Schweiz in den letzten zehn Jahren beinahe verdoppelt hat und dass depressive Menschen eine deutlich höhere Rate an Fehltagen am Arbeitsplatz aufweisen als nicht depressive Menschen.

### **Bündner Bündnis gegen Depression**

Die Regierung ist auf Grund der Häufigkeit und der Auswirkungen depressiver Erkrankungen auf die Betroffenen, die Familie und die Gesellschaft zum Schluss gelangt, dass aus gesundheitspolitischer, aber auch aus volkswirtschaftlicher Sicht ein dringender Handlungsbedarf gegeben ist.

Sie hat deshalb im vergangenen Jahr beschlossen, dass unter der Bezeichnung "Bündner Bündnis gegen Depression" durch den Kanton mit Unterstützung von im Kanton verankerten Bündnispartnern analog zu sechs anderen Kantonen (Zug, Appenzell Ausserrhodens, Bern, Genf, Luzern, Thurgau) ein zweijähriges Projekt gestartet werden soll, mit dem die Bevölkerung für die Wichtigkeit der frühzeitigen Erkennung und Behandlung von Depressionen sensibilisiert werden soll. Im Rahmen des Projekts soll die Bündner Bevölkerung über die Krankheit Depression informiert und für das Thema sensibilisiert werden. Den Menschen soll bekannt sein, welche Symptome auf eine Depression hindeuten und was man dagegen tun kann. Betroffene und Angehörige sollen wissen, wo sie Unterstützung finden können. Langfristig sollen das persönliche Leid und die Suizidrate gesenkt, die Gesundheit und die Lebensqualität der Betroffenen und ihres Umfeldes verbessert und die volkswirtschaftlichen Kosten depressiver Erkrankungen gemindert werden.

Mit dem Bündner Bündnis gegen Depression sollen bis zum Projektende folgende Ziele erreicht werden:

- Die drei Kernbotschaften des Bündnisses gegen Depression sind der Bündner Bevölkerung bekannt.
  - Depression kann jede und jeden treffen
  - Depression hat viele Gesichter
  - Depression ist behandelbar
- Die Bündner Bevölkerung ist für Erscheinungsbilder und Behandlungsmöglichkeiten von Depression sensibilisiert. Es ist ihr bekannt, wie sich die Depression äussert, wie der Depression zu begegnen ist, welche Wege aus der Depression führen können und dass eine Depression umso besser behandelt werden kann, je früher sie erkannt wird.
- Depression ist entstigmatisiert. Depression wird genauso selbstverständlich als Erkrankung angesehen wie Bluthochdruck oder Diabetes.
- Ein tragfähiges Netzwerk zwischen dem Bündnis und Institutionen, Fachpersonen, Multiplikatoren und Bündnispartnern fördert die Früherkennung und unterstützt die adäquate Behandlung von depressiven Menschen.

Um diese Ziele zu erreichen, sind auf folgenden vier Ebenen Aktivitäten vorgesehen:

- Öffentlichkeitsarbeit  
Im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit sollen insbesondere die drei Kernbotschaften vermittelt werden.
- Kooperation mit Hausärztinnen und Hausärzten  
Hausärztinnen und Hausärzte spielen bei der Erkennung von Depressionen eine zentrale Rolle, da sie häufig die erste Kontaktperson darstellen.
- Zusammenarbeit mit Multiplikatoren, das heisst mit Personen, die ihre Informationen weiteren Personen vermitteln.  
Die Multiplikatoren sollen die Informationen, so insbesondere die Symptome und die Behandelbarkeit einer depressiven Erkrankung an Personen weitergeben, die mit Betroffenen oder ihren Angehörigen in Kontakt stehen, z.B. am Arbeitsplatz oder in der Schule.
- Angebote für Betroffene und Angehörige  
Betroffene sollen motiviert werden, sich in ärztliche Behandlung zu begeben. Angehörige sollen zur Hilfeleistung und Unterstützung der Betroffenen angeleitet werden.

Die Aktivitäten sollen soweit möglich auf bestehende Strukturen und Angebote abgestützt werden und die regionalen und sprachlichen Gegebenheiten berücksichtigen.

Die Umsetzung des Projektes hat die Regierung den Psychiatrischen Diensten Graubünden (PDGR) übertragen. Eine Steuerungsgruppe unter meinem Vorsitz begleitet die Umsetzung des Projektes.

Mit der heutigen Medienorientierung und einer Informationsveranstaltung heute Abend in Chur für interessierte Kreise, die in ihrer beruflichen Tätigkeit mit Personen konfrontiert werden, die an einer depressiven Erkrankung leiden, wird das „Bündnis gegen Depression“ offiziell gestartet.

Die Wirkung des Projektes wird durch eine Bevölkerungsbefragung eines spezialisierten Befragungsinstitutes evaluiert und durch die Hochschule für Technik und Wirtschaft Chur ausgewertet. Die Wirkung soll auf drei Ebenen gemessen werden: Wissen (Zunahme von Basiswissen zu Depression), Einstellung gegenüber der Krankheit Depression und depressiv kranken Menschen sowie Verhalten (Toleranz gegenüber depressiv kranken Menschen im Alltag). Die erste Befragung (Nullmessung) vor der Kampagne ist in der zweiten Hälfte des Monats Januar bereits erfolgt. Die zweite Befragung (Wirkungsmessung nach der Kampagne) ist für den Zeitraum November/Dezember 2011 vorgesehen. Anschliessend wird die Regierung über die Weiterführung des Bündner Bündnisses gegen Depression befinden.