

BPTK-FOKUS

Leben mit einer andauernden Corona-Pandemie

BPTK fordert Schutzkonzepte für psychisch besonders gefährdete Menschen

Die erste Welle der Corona-Pandemie hatte massive soziale und psychische Konsequenzen. Vor allem die Kontakt- und Ausgangssperren und deren Folgen haben viele Menschen überfordert. Die BPTK fordert deshalb zusätzliche Schutzkonzepte bei einer zweiten Corona-Welle für besonders gefährdete Menschen, die stärker auf die elementaren Bedürfnisse nach Kontakt, insbesondere von Kindern und Jugendlichen, aber auch von Pflegebedürftigen, Rücksicht nehmen. Grundlegendes Element davon muss sein: „Wir müssen in Kontakt bleiben!“

Gesellschaftliche Krisen hinterlassen psychische Spuren. Eine Pandemie führt zu einer allgemeinen und grundlegenden Verunsicherung. Fast jeder sorgt sich um Angehörige oder das eigene Überleben. Grundsätzlich verfügen Menschen über ein erhebliches Potenzial, psychische Gefährdungen und Krisen zu durchleben. Je länger Krisen, Konflikte und lebensgefährdende Ereignisse dauern, desto eher sind die psychischen Widerstands- und Regenerationskräfte jedoch überfordert und es kann zu psychischen Erkrankungen kommen. Die BPTK hat deswegen ein erstes Resümee der vorliegenden Forschungsergebnisse zu der Frage gezogen. Dabei fokussiert sie auf die Personen, die die gesundheitlichen und wirtschaftlichen Folgen der Pandemie am stärksten zu spüren bekommen.

Angst und Niedergeschlagenheit sind die häufigsten Reaktionen auf die Pandemiesituation, auch bei psychisch Gesunden. Sie sind normale Reaktionen auf

belastende Ereignisse. Doch diese Belastungen sind nicht gleich verteilt. Manche Menschen sind körperlich vorerkrankt und deshalb besonders gefährdet. Manche trifft die Pandemie härter, weil sie selbst oder Angehörige erkrankt sind oder weil sie als beruflich Pflegenden oder Ärzt*innen ständigen Kontakt mit Erkrankten haben. Andere müssen vor allem mit den Kontakt- und Ausgangsbeschränkungen oder dem Wegfall gewohnter Tagesstrukturen und Betreuungs- und Pflegeangebote klarkommen. Wahrscheinlich wird die Corona-Pandemie diejenigen besonders tref-


fen, bei denen bereits eine psychische Verletzbarkeit besteht. Neben Depressionen und Angststörungen und Belastungsstörungen können auch Alkoholabhängigkeit, Zwangsstörungen und Psychosen zunehmen.

Bis heute ist ein Ende der Corona-Pandemie nicht abzusehen. Die große Verunsicherung, die das Virus mit sich bringt, bleibt bestehen – und mit ihr die Angst um die eigene Existenz. Immer mehr zeichnet sich ab, dass ein beachtlicher Teil der Bevölkerung erhebliche finanzielle Engpässe zu bewältigen hat oder haben wird. Dies wird nicht ohne Folgen bleiben. Die schwierigen Lebenslagen ohnehin schon sozial benachteiligter Menschen und Familien werden sich weiter verschärfen. Wahrscheinlich ist, dass mittel- und langfristig Depressionen, Angststörungen und Alkoholerkrankungen zunehmen werden.

Die Politik muss deswegen langfristig für ein Leben mit dem Virus planen. Die Menschen in Deutschland werden noch monate-, wenn nicht jahrelang mit der Bedrohung durch das Coronavirus leben müssen. Die BPTK fordert deshalb zusätzliche Schutzkonzepte für besonders gefährdete Menschen. Dabei müssen die psychischen und sozialen Konsequenzen mehr in den Mittelpunkt der Überlegungen rücken, um die bisher große Akzeptanz der Schutzmaßnahmen nicht zu gefährden. Die Gesundheitspolitik muss für eine ausreichende Personalausstattung in der Altenpflege und in den Krankenhäusern sorgen. Nur dann können Mitarbeiter*innen medizinisch angemessen reagieren und auch psychische Belastungen für Bewohner*innen – soweit es geht – vermeiden. Soziale Isolation für gefährdete Menschen oder das erneute Schließen von Schulen, Kitas und Betreuungsangeboten der Jugendhilfe müssen vermieden werden. Primat aller Schutzkonzepte für eine zweite Pandemiewelle muss sein: **Wir müssen in Kontakt bleiben.**

Schutzkonzepte für psychisch besonders gefährdete Menschen


Für gefährdete und erkrankte Menschen bedarf es bei einer zweiten Welle dringend eines besseren Informations- und Beratungsangebots, das hilft, die Pandemie



Hintergrund

Corona-Pandemie und psychische Erkrankungen
BPTK-Hintergrund zur Forschungslage

17.08.2020



BPTK
 Bundes Psychotherapeuten
 Kammer
 Berlin
 Tel.: 030 278 765-0
 Fax: 030 278 765-44
 info@bptk.de
 www.bptk.de

möglichst psychisch gesund durchzustehen. Dafür sind Internetangebote wichtig, aber auch persönliche telefonische Beratung. Psychotherapeut*innen muss die telefonische Beratung und Behandlung von Patient*innen aller Altersgruppen ermöglicht werden, um Hilfsbedürftige überhaupt erreichen zu können.

Kinder und Jugendliche waren durch die Schließung von Kitas, Schulen, Spielplätzen und Sportvereinen schwer belastet. Über das reine Home-Schooling hinaus ist bei einer zweiten Welle daher ein Betreuungs- und Kontaktangebot zu schaffen, das Kindern und Jugendlichen in stabilen kleinen Gruppen persönliche Nähe und Austausch ermöglicht.

In der ambulanten und stationären Altenpflege muss eine totale Isolierung vermieden werden. Dafür bedarf es eines Präventionskonzeptes, das mit dem Öffentlichen Gesundheitsdienst zu entwickeln ist. Die Angst der Pflegeheimbewohner*innen vor einer Erkrankung und

eventuelle traumatische Erfahrungen bei einer Erkrankung lassen sich anfangs vielleicht nicht vermeiden. Es gilt aber, angemessen darauf zu reagieren. Anspruch auf Beratung und psychotherapeutische Behandlung haben Menschen unabhängig von ihrem Alter. Die psychotherapeutische Versorgung muss für sie auch in den Pflegeeinrichtungen gewährleistet sein.

Empfehlungen zur individuellen Prävention psychischer Belastungen sollten zum Allgemeinwissen gehören. Dazu ist das öffentliche Bewusstsein durch die Gesundheitspolitik sehr viel stärker als bisher zu fördern.

Weitere Informationen:

Bundespsychotherapeutenkammer – BPtK (August 2020). Corona-Pandemie und psychische Erkrankungen BPtK-Hintergrund zur Forschungslage. www.bptk.de/wp-content/uploads/2020/08/2020-08-17_BPtK-Hintergrund_Corona-Pandemie-und-psychische-Erkrankungen.pdf

Psychisch besonders gefährdete Menschen

Die Sorge um die Gesundheit Angehöriger kann bei **Corona-Erkrankten** starke Ängste und Schuldgefühle auslösen. Gerade intensivmedizinische Behandlungen sind häufig traumatisch. **Angehörige** hingegen fühlen sich machtlos, da sie nicht helfen können.

Medizinisches und Pflegepersonal ist weit überdurchschnittlichen und anhaltenden Belastungen ausgesetzt, die Depressionen, Angststörungen oder posttraumatische Belastungsstörungen auslösen können. Besonders in der **Altenpflege** kommt es durch komplette soziale Isolation und die hohe Sterberate von Pflegebedürftigen zu großen Zusatzbelastungen.

Ältere Menschen, insbesondere in Pflegeheimen, sind besonders starken Schutz- und Isolationsmaßnahmen unterworfen. Online-Behandlungsangebote können sie nur begrenzt nutzen, weil sie nicht über die technische Ausstattung verfügen.

Kinder und Jugendliche traf die Schließung von Kitas, Schulen, Spielplätzen und Sportvereinen besonders. Sie verloren wichtige Kontakte zu Gleichaltrigen und waren in ihrem Spiel massiv eingeschränkt. Eltern selbst sind häufig durch Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit, finanzielle Existenzängste, **den Spagat zwischen Home-Office und Home-Schooling** und durch den Wegfall der Kinderbetreuung belastet. Das Risiko, dass häufiger familiäre Konflikte entstehen und eskalieren, steigt.

Auch **Menschen mit körperlicher, seelischer oder geistiger Behinderung** leiden stark unter sozialer Isolation. Häufig fielen pflegerische und betreuende Hilfen weg. Durch die Schließung von Werkstätten konnten gewohnte Strukturen nicht beibehalten werden.

Frauen erkranken generell häufiger psychisch als Männer. Sie sind besonders vom Wegfall von Betreuungsstrukturen betroffen und überwiegend die Opfer häuslicher Gewalt. Auch, da sie bis zu 80 Prozent des Pflegepersonals stellen, sind Frauen momentan besonders gefährdet.