



Bildung als wichtiger Faktor für psychische Gesundheit Utl.: Welttag der mentalen Gesundheit am 10. Oktober 2020

(Wien, 08-10-2020) Die psychische Gesundheit steht nicht zuletzt wegen der Covid-19-Pandemie, in deren Folge es vermehrt zu seelischen Belastungen, Aggressionen und Existenzängsten gekommen ist, im Fokus der Aufmerksamkeit. Anlässlich des Welttags der mentalen Gesundheit am kommenden Samstag (der seit 1992 begangen wird) betont der Allgemeinmediziner Wolfgang Spiegel vom Zentrum für Public Health der Medizinischen Universität Wien, dass die Bildung der Allgemeinbevölkerung über psychische Vorgänge und mögliche seelischer Belastungsfaktoren eine essentielle Ressource ist.

Diese Bildung hinsichtlich psychischer Gesundheit (englischsprachig "Mental Health Literacy") beinhaltet auch die eigene körperliche und seelische Belastbarkeit (Resilienz) einschätzen zu können und mit seelischen Störungen im eigenen Umfeld umgehen zu können.

Bildung hinsichtlich mentaler Gesundheit hilft, sich und seine Nächsten besser zu schützen und führt von der Selbstfürsorge über die richtige und kritische Einordnung von Informationen zu mentaler Gesundheit hin zur sinnvollen und zeitgerechten Kontaktnahme mit Einrichtungen des Gesundheitssystems. Bei typischen Beschwerden wie Angstzuständen, Antriebsarmut, Freudlosigkeit und Niedergeschlagenheit sollte rechtzeitig ärztliche Hilfe gesucht werden. Der AllgemeinärztIn bzw. die HausärztIn ist hier ein niederschwelliger Ansprechpartner, der häufige und typische Beschwerden diagnostiziert und behandelt und bei Bedarf die Patientinnen und Patienten zur psychiatrisch-fachärztlichen Abklärung bzw. Weiterbehandlung überweist, erklärt Spiegel, der zu diesem Thema in der Festschrift der „World Federation for Mental Health“ (WFMH) zum Welttag 2020 einen Beitrag verfasst und schon mehrere Projekte dazu an der MedUni Wien betreut hat.

In Österreich habe sich das Wissen in der Bevölkerung und der Zugang zu Informationen aus Sicht des Experten gut entwickelt. Investitionen in die Gesundheitskompetenz der Gesellschaft seien aber weiterhin dringend nötig. Entsprechende Bildungsprogramme bezüglich psychischer Gesundheit auf Bevölkerungsebene sollten von Fachleuten wissenschaftlich fundiert entwickelt und evaluiert werden.

"Neben der so essentiellen Bildung der PatientInnen sind aber auch Investitionen des Gesundheitssystems in die fachliche Weiterentwicklung der Kompetenzen der behandelnden Ärztinnen und Ärzte erforderlich. Durch gezielte Förderung ärztlicher Fortbildungen könnte die Gesundheitspolitik im Bereich häufige und typische psychiatrische Störungen noch mehr



dazu beitragen, dass wichtige Kompetenzen in der primärärztlichen Versorgung z.B. bei allen KassenärztInnen gleichermaßen gesichert sind.

Mentale Probleme ernst nehmen und ganzheitlich betrachten

Seelischen Problemen bzw. Erkrankungen haftete lange Jahre ein Stigma an, was sich jedoch in den vergangenen 25 Jahren doch gebessert hat. Spiegel: „Die Patientinnen und Patienten sind heute viel eher bereit, dem Arzt gegenüber psychische Beschwerden direkt anzusprechen. Aber natürlich wissen die Hausärzte, dass oft physische Beschwerden als Präsentiersymptome vorgeschoben werden, wenn seelischer Leidensdruck besteht.“

Neben den affektiven Störungen (Depressionen und Angststörungen) treten bei PatientInnen in der Allgemeinpraxis häufig unspezifische Beschwerden in wechselnder Kombination wie Schlafstörungen, Herzklopfen, Schweißausbrüche, Stimmungsschwankungen und andere funktionelle Beschwerden auf, die nach Ausschluß von organischen Ursachen wie beispielsweise Hormonstörungen und in Abwesenheit einer psychiatrischen Störung als 'medizinische unerklärte Symptome' oder auch als 'Bodily Stress Disorder' eingeordnet werden. "Es ist wichtig, den betroffenen PatientInnen zu erklären, dass es eben wechselnde, nicht-organische Beschwerden geben kann, die keine Krankheitswertigkeit im Sinne einer klassifizierbaren psychiatrischen Störung oder einer organischen Krankheit haben, die aus ärztlicher Sicht aber trotzdem als 'real' gesehen werden, auch wenn sie vielfach einer Diagnostik und Therapie nur bedingt zugänglich sind", meint Spiegel.

Die wissenschaftliche Allgemeinmedizin hat sechs "Kernkompetenzen" definiert, von der eine die "personen-orientierte Herangehensweise" ist und eine andere, die "holistische Modellbildung", ein Begriff, der die Anwendung des "biopsychosozialen Modells" meint. „Gemeint sind komplizierte theoretische Konstrukte, mit deren Hilfe die wissenschaftliche Allgemeinmedizin den Studierenden bzw. ÄrztInnen in Weiterbildung ärztliche Handlungstheorien vermittelt, um auch die seelische Seite des Menschen zu berücksichtigen. Diese Herangehensweise an den Menschen wird durch ärztliche Erfahrung integriert und muss auch weiterhin als ‚Heilkunst‘ bezeichnet werden“, meint Spiegel.

Welttag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober

Der internationale Tag der seelischen Gesundheit („World Mental Health Day“) findet jährlich am 10.10. statt. Der von der World Federation for Mental Health ins Leben gerufene Aktionstag verfolgt das Ziel, über psychische Erkrankungen aufzuklären und einer Stigmatisierung von Menschen mit psychischen Erkrankungen entgegenzuwirken. An der MedUni Wien werden diese Ziele translational in vielen Bereichen unterstützt und fließen auch bereits ins



Curriculum ein, werden wissenschaftlich begleitet und durch Forschungsergebnisse untermauert.

Rückfragen bitte an:

Mag. Johannes Angerer

Leiter Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Tel.: 01/ 40 160-11501

E-Mail: pr@meduniwien.ac.at

Spitalgasse 23, 1090 Wien

www.meduniwien.ac.at/pr

Mag. Thorsten Medwedeff

Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Tel.: 01/ 40 160-11505

E-Mail: pr@meduniwien.ac.at

Spitalgasse 23, 1090 Wien

www.meduniwien.ac.at/pr

Medizinische Universität Wien – Kurzprofil

Die Medizinische Universität Wien (kurz: MedUni Wien) ist eine der traditionsreichsten medizinischen Ausbildungs- und Forschungsstätten Europas. Mit rund 8.000 Studierenden ist sie heute die größte medizinische Ausbildungsstätte im deutschsprachigen Raum. Mit 5.500 MitarbeiterInnen, 26 Universitätskliniken und zwei klinischen Instituten, 12 medizinteoretischen Zentren und zahlreichen hochspezialisierten Laboratorien zählt sie auch zu den bedeutendsten Spitzenforschungsinstitutionen Europas im biomedizinischen Bereich.