

Gesundheitsatlas Sachsen-Anhalt: Depression bleibt bedrückendes Problem

Sie gehören zu den häufigsten seelischen Störungen im Erwachsenenalter. Bei 9,49 Millionen Menschen in Deutschland wurde im Jahr 2022 eine Depression diagnostiziert. Der Anteil der Erkrankungen (Prävalenz) in der Bevölkerung hat mit 12,5 Prozent einen Höchstwert erreicht. In Sachsen-Anhalt waren im Berichtszeitraum 244.000 Menschen ab dem zehnten Lebensjahr an einer Depression erkrankt. Die Prävalenz liegt mit 12,2 Prozent knapp unter dem Bundesdurchschnitt. Der aktuelle „Gesundheitsatlas Deutschland“ des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) 2022, der im Vorfeld des Welttages der seelischen Gesundheit am 10. Oktober veröffentlicht wurde, analysiert unter anderem die regionale Verteilung der Erkrankung.

Magdeburg – Demnach gibt es im Saarland mit 14,2 Prozent die meisten Betroffenen mit Depressions-Diagnose, während es in Sachsen nur 11,1 Prozent der Bevölkerung waren. Innerhalb Sachsen-Anhalts sind ebenfalls erkennbare Unterschiede zu verzeichnen. Der niedrigste Anteil an Personen mit Depressionen findet sich mit 10,2 Prozent im Landkreis Wittenberg. Am stärksten betroffen ist mit 13,5 Prozent der Harz. In der Landeshauptstadt Magdeburg liegt die Depressions-Häufigkeit bei 12,1 Prozent, in Halle beträgt sie 11,2 Prozent. (siehe Tabelle 1)

„Eine psychische Störung kann jeden treffen und sie wirkt sich meist negativ auf Familienleben und Umfeld aus. Oft scheuen sich die Betroffenen, Hilfe zu suchen. Obwohl das Problem zunehmend ins öffentliche Bewusstsein rückt, sind Vorurteile und Stigmata noch immer verbreitet“, sagt Kay Nitschke, Leiter des Geschäftsbereiches ambulante und stationäre Versorgung. „Depressionen sind ernsthafte Erkrankungen und eine schwere Belastung für die Betroffenen, aber auch für deren Familien und Freunde. Oft sind Patientinnen und Patienten nicht mehr in der Lage, ihren alltäglichen Aktivitäten nachzugehen.“

Die AOK Sachsen-Anhalt hat für Versicherte verschiedene Angebote zur Unterstützung bei psychischen Erkrankungen entwickelt. Dazu gehört die Kostenübernahme für ambulante und stationäre Psychotherapie, Gruppentherapie oder digitale Psychotherapie. Der „Familiencoach Depression“, ein Online-Programm, hilft den Angehörigen der Betroffenen, mit häufigen Symptomen wie Freudlosigkeit oder Antriebslosigkeit gut umzugehen. Das Moodgym-Programm umfasst eine Online-Selbsthilfe bei Depressionen. Und auch per Video-Beratung geben Ärzte und Ärztinnen des Universitätsklinikums Halle Auskunft und Hilfe zu psychiatrischen Problemen.

Lange Fehlzeiten, Frauen häufiger betroffen

Im Landesdurchschnitt waren im Jahr 2022 4,2 von 100.000 AOK-Versicherten wegen einer Depression arbeitsunfähig. Mit 3,3 Krankschreibungen je 100 000 Versicherten verzeichnete auch hier der Landkreis Wittenberg den niedrigsten Anteil. Mit einem Wert von 5 lag der Landkreis Stendal deutlich an der Spitze (Magdeburg: 4,7, Halle: 4,6). (siehe Tabelle 2)

Insgesamt zeichnen sich depressionsbedingte Krankschreibungen durch lange Fehlzeiten aus. Sie betrugen in Sachsen-Anhalt im Schnitt 43 Tage. Die Relevanz der Erkrankungen zeigt sich auch bei den volkswirtschaftlichen Kosten: Nach der aktuellen Krankheitskostenstatistik entfielen in

Deutschland 9,5 Milliarden Euro auf Depressionen.

Insgesamt erkrankten Frauen im Durchschnitt häufiger an einer Depression als Männer. Bei beiden Geschlechtern sind die Altersgruppen der 60 bis 64-Jährigen zahlenmäßig am stärksten vertreten. Depressionen treten oft in Kombination mit anderen psychischen Krankheiten wie Angststörungen auf. Häufig sind Rückenschmerzen Begleiterkrankung bei Patientinnen und Patienten mit Depressionen. Zudem können chronische Erkrankungen wie Rückenschmerzen die Entstehung von Depressionen begünstigen. Im Gesundheitsatlas wurden daher auch die Zusammenhänge zwischen ärztlich dokumentierten Depressionen und Rückenschmerzen auf regionaler Ebene der 400 Kreise und kreisfreien Städte in Deutschland untersucht.

Die Daten zum Thema Depressionen für Sachsen-Anhalt gibt es unter www.gesundheitsatlas-deutschland.de. Unter dem Reiter „Publikationen“ steht zudem der Gesundheitsatlas Depression zum Download zur Verfügung.

Eine Übersicht der Angebote der AOK Sachsen-Anhalt bei Depressionen gibt es unter

[Psychologische Hilfe im Überblick | AOK Sachsen-Anhalt \(deine-gesundheitswelt.de\)](http://Psychologische%20Hilfe%20im%20Überblick%20|%20AOK%20Sachsen-Anhalt%20(deine-gesundheitswelt.de))

sowie unter

[Psychische Gesundheit stärken | AOK Sachsen-Anhalt \(deine-gesundheitswelt.de\)](http://Psychische%20Gesundheit%20stärken%20|%20AOK%20Sachsen-Anhalt%20(deine-gesundheitswelt.de))

„Mental Health Week“ vom 7. bis 10. Oktober

Um die psychische Gesundheit und das Bewusstsein dafür zu stärken, bietet die AOK Sachsen-Anhalt vom 7. bis 10. Oktober im Rahmen der Mental Health Week über 46 Vorträge, Impulse und Mitmachaktionen an, die online stattfinden. Weitere Infos unter [Mental Health Week | AOK Sachsen-Anhalt \(deine-gesundheitswelt.de\)](http://Mental%20Health%20Week%20|%20AOK%20Sachsen-Anhalt%20(deine-gesundheitswelt.de)).

Hinweise für die Redaktionen:

Bei einer Depression handelt es sich um eine länger andauernde Wesensveränderung. Zu den typischen Begleiterscheinungen gehören anhaltende Stimmungsschwankungen, Isolation zur sozialen Umgebung oder zunehmende Ermüdung.

Mediziner und Medizinerinnen unterscheiden eine Depression in ihrer Dauer, den Symptomen und ihrer Ausprägung. Die am meisten diagnostizierte Form ist die unipolare Depression. Betroffene fallen über mehrere Wochen oder Monate in ein emotionales Tief, aus dem sie keinen Ausweg sehen. Alltagsaktivitäten fallen schwer – Freunde, Familie und Hobbys werden vernachlässigt. Wird die Krankheit nicht behandelt, verschlechtert sich der Zustand.

Bei schweren Depressionen können die negativen Gedanken wahnhaft werden. In diesem Fall ist eine stationäre Behandlung erforderlich. Die Symptome sind nicht immer eindeutig und Stress ist nicht gleich Stress: Hilfe suchen, um die Beschwerden abzuklären, ist deshalb wichtig.

Die AOK Sachsen-Anhalt betreut rund 835.000 Versicherte und 50.000 Arbeitgeber in 44 regionalen Kundencentern. Mit einem Marktanteil von 41 Prozent ist sie die größte regionale Krankenkasse in Sachsen-Anhalt.