

Kurztherapie kann Suizidrisiko reduzieren

Eine in Bern entwickelte Therapie nach Suizidversuch reduziert das Risiko weiterer suizidaler Krisen markant. Nun hat eine Studie unter Leitung der London School of Economics zudem die Kostenwirksamkeit des Ansatzes bestätigt.

Wer einen Suizidversuch hinter sich hat, braucht psychologische Betreuung. Die Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD) haben eine Kurztherapie für Menschen nach Suizidversuch entwickelt. In Zusammenarbeit mit der London School of Economics und dem Universitären Notfallzentrum des Inselspitals Bern untersuchten sie nun in einer Studie, ob diese Behandlung auch zu Kosteneinsparungen im Gesundheitswesen führen kann. Die Ergebnisse wurden am 19. Oktober 2018 in der renommierten Fachzeitschrift «JAMA Network» publiziert.

Suizidversuche auch als ökonomische Bürde

Weltweit rechnet die Weltgesundheitsorganisation mit gegen einer Million Suizide und rund zehnmal mehr Suizidversuchen jährlich. Diese sind nicht nur eine grosse emotionale Belastung für Betroffene und Angehörige, sondern auch für das Gesundheitswesen – in erster Linie medizinische Notfallzentren und psychiatrische Kliniken. Dazu kommt, dass Suizidversuche das grösste Risiko für weitere suizidale Krisen sind. Bislang gibt es jedoch kaum anerkannte Behandlungsmethoden, die dieses Risiko zuverlässig reduzieren.

Doppelt wirksame Prävention

Eine in Bern entwickelte Kurztherapie zur Prävention wiederholter Suizidversuche «Attempted Suicide Short Intervention» (kurz: ASSIP) konnte bereits 2016 in «PLOS Medicine» eine bisher einmalige Wirksamkeit nachweisen: Sie reduzierte das Risiko von weiteren Suizidversuchen um erstaunliche 80 Prozent. Und dies als Kurztherapie mit lediglich drei Sitzungen gefolgt von einem anhaltenden brieflichen Kontaktangebot über zwei Jahre.

Die aktuelle Studie zeigt nun, dass mit dem Rückgang der Suizidversuche durch ASSIP auch die Kosten für die Notfallbehandlungen und psychiatrischen Hospitalisationen signifikant reduziert werden – die Therapie also nicht nur klinisch wirksam sondern auch wirtschaftlich ist. Untersucht wurden 120 Patientinnen und Patienten, die wegen Suizidversuch im Universitären Notfallzentrum behandelt worden waren. Die Hälfte von ihnen erhielt zusätzlich zu üblichen psychiatrischen Behandlung die drei Sitzungen mit ASSIP gefolgt von personalisierten Briefen über zwei Jahre, die Kontrollgruppe erhielt eine einzelne Suizidrisiko-Einschätzung. Nach 24 Monaten hatten 41 Personen der Kontrollgruppe einen weiteren Suizidversuch hinter sich, gegenüber nur fünf Personen aus der ASSIP-Gruppe.

Mit der publizierten Studie hat das Berner Programm ein grosses Potenzial, weltweit in der Suizidprävention eingesetzt zu werden. Zur Zeit wird ASSIP in der Schweiz in Bern, Zürich, Solothurn und in der Privatklinik Wyss angewendet. International haben Finnland, Litauen, Schweden, Belgien, Österreich und die USA das Programm implementiert, geplant sind unter anderem Portugal und Australien.