



---

## Aktueller Begriff

### Europäischer Tag der Depression am 3. Oktober 2021

---

Eine **Depression** ist eine affektive, behandlungsbedürftige Störung, die durch eine **gedrückte Stimmung** mit negativen Gedanken, **Interessenverlust** und **Antriebsarmut** gekennzeichnet ist. Dabei halten mindestens zwei dieser Symptome über **mehr als zwei Wochen** an. Weitere Anzeichen wie Konzentrationsstörungen, vermindertes Selbstwertgefühl, Schlafstörungen, Appetitminderung und Störungen der Psychomotorik, aber auch Suizidgedanken und -impulse können hinzutreten. Durch eine Depression, die auch chronisch verlaufen kann, können insbesondere das persönliche Umfeld, das soziale Leben, die Familie und der Arbeitsplatz beeinträchtigt werden. Behandelt werden kann sie vor allem mit einer **Psychotherapie** und mit **Antidepressiva**. Auslöser der Erkrankung ist oftmals eine Kombination aus genetischen Faktoren, kritischen Lebensereignissen sowie weiteren neurochemischen, psychologischen und sozialen Einflüssen. Eine Depression kann in jedem Lebensalter auftreten.

Nach der Europäischen Gesundheitsbefragung (European Health Interview Survey, EHIS) mit Daten aus den Jahren 2013 bis 2015 ist die **Prävalenz** einer depressiven Symptomatik in den letzten zwei Wochen mit 9,2 Prozent in Deutschland **höher** als im EU-Durchschnitt (6,6 Prozent) und **höher** als in den meisten anderen EU-Mitgliedstaaten, mit Ausnahme von Luxemburg. In den meisten EU-Mitgliedstaaten sind Frauen häufiger von einer depressiven Symptomatik betroffen als Männer. In Deutschland liegt der prozentuale Anteil von Frauen bei 10,8 Prozent und von Männern bei 7,6 Prozent. Die Prävalenz depressiver Symptomatik ist in vielen Ländern – so auch in Deutschland, Irland, Luxemburg und Schweden – bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen (15 bis 29 Jahre) am höchsten.

Der **Europäische Depressionsverband** (European Depression Association, EDA), eine Allianz von Expertinnen und Experten sowie Organisationen aus 17 europäischen Ländern, setzt sich seit 2004 mit dem **Europäischen Tag der Depression** dafür ein, das öffentliche Bewusstsein für die Krankheit zu stärken und über Behandlungsmöglichkeiten zu informieren. Der Europäische Tag der Depression soll Unwissen, Vorurteile und die immer noch vorherrschenden Stigmen beseitigen. Seit dem Jahr 2020 findet er am ersten Sonntag im Oktober statt.

Auch die Coronavirus-Pandemie als kritisches Lebensereignis hat weltweit zu psychischen Belastungen in der Bevölkerung geführt. Zwar zeigte die vom Robert Koch-Institut geleitete „**Studie Gesundheit in Deutschland aktuell**“ (GEDA), eine zwischen April 2019 und September 2020 erfolgte bundesweite Befragung von rund 23.000 Personen ab einem Alter von 15 Jahren, noch keine deutlichen Unterschiede in der Allgemeinbevölkerung bei der depressiven Symptomatik im Vergleich zum Vorjahreszeitraum. Nach der „**NAKO Gesundheitsstudie**“ mehrerer Forschungsinstitute (ehemals Nationale Kohorte), einer Langzeitstudie mit insgesamt rund 200.000

Teilnehmern zwischen 20 und 69 Jahren, nannten aber junge Erwachsene und Erwachsene mittleren Alters bei einer Sonderbefragung von rund 114.000 Personen während des ersten Lockdowns deutlich stärkere Symptome von Angst, Stress und Depression. Die Analyse „**Belastungen von Kindern, Jugendlichen und Eltern in der Corona-Pandemie**“ des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung weist darauf hin, dass entsprechend einer Selbsteinschätzung von mehr als 3.000 Befragten etwa 25 Prozent der Jugendlichen eine klinisch relevante Symptomatik von Depressivität im Mai und Juni 2020 nach dem ersten Lockdown aufwiesen. Im Vorjahreszeitraum lag dieser Wert bei etwa 10 Prozent. Besonders gefährdet seien weibliche Jugendliche und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Die Studie „**Corona und Psyche**“ (Copsy) des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf kommt im Rahmen ihrer zweiten bundesweiten Online-Befragung von 1.000 Kindern und Jugendlichen sowie mehr als 1.600 Eltern im Dezember 2020 und Januar 2021 zum Ergebnis, dass die Kinder und Jugendlichen im Vergleich zur ersten Befragung im Mai und Juni 2020 häufiger depressive Symptome zeigten.

Nach einer Sondererhebung im Rahmen der Studie "**Deutschland-Barometer Depression**" der Stiftung Deutsche Depressionshilfe berichteten 44 Prozent der bereits an einer Depression erkrankten Menschen von einer Verschlechterung ihres Krankheitsverlaufs im zweiten Lockdown bis hin zu Suizidversuchen. 22 Prozent der Befragten in einer depressiven Phase gaben an, Facharzt-Termine während dieses Zeitraums seien ausgefallen; ebenso viele bemängelten, während einer akuten depressiven Krankheitsphase im zweiten Lockdown keinen Behandlungstermin bekommen zu haben. Insgesamt wurden im Rahmen der Sondererhebung, die im Februar 2021 stattfand, 5.135 Personen zwischen 18 und 69 Jahren online befragt.

Auch der Deutsche Bundestag hat sich mit der Thematik der psychischen Gesundheit, insbesondere von Kindern und Jugendlichen, einschließlich der Versorgungssituation im Zusammenhang mit der Coronavirus-Pandemie im Rahmen verschiedener Anträge und einer Anhörung befasst. Nach Studien verschiedener Interessenverbände betrug bereits vor der Pandemie die **Wartezeit** bis zur ambulanten Behandlung im Bundesdurchschnitt – abgesehen von einer Akutbehandlung – mehrere Monate. Die schon vor der Pandemie angespannte **Versorgungslage psychisch erkrankter Menschen** habe sich durch die Pandemie weiter verschärft. Gefordert wird, die in der Pandemie gestiegenen psychosozialen und gesundheitlichen Beeinträchtigungen umfangreich bei politischen Entscheidungen zu berücksichtigen sowie nach der Bundestagswahl eine Enquete-Kommission Kindergesundheit einzusetzen. Diese solle auch die psychischen Auswirkungen von Corona auf Kinder und Jugendliche analysieren und langfristige Konzepte entwickeln.

#### Quellen und Literatur

- Stiftung Deutsche Depressionshilfe, abrufbar unter: <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start>.
- Robert Koch-Institut, „Depressive Symptomatik im europäischen Vergleich – Ergebnisse des European Health Interview Survey (EHIS)“, in: Journal of Health Monitoring, 2019 4(4) sowie „Die gesundheitliche Lage in Deutschland in der Anfangsphase der COVID-19-Pandemie. Zeitliche Entwicklung ausgewählter Indikatoren der Studie GEDA 2019/2020-EHIS“, in: Journal of Health Monitoring, 2020 5(4).
- Bundesministerium für Bildung und Forschung, „NAKO Gesundheitsstudie: Stärkere psychische Belastung durch Corona-Pandemie“, Mitteilung vom 4. Dezember 2020.
- Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung, „Belastungen von Kindern, Jugendlichen und Eltern in der Corona-Pandemie“, 2021.
- Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, „Copsy-Studie“, 2020, 2021.