

Stigmatisierung verschlimmert die Krankheit

Umfragen zufolge ist es 30 bis 40 Prozent der depressiven Patienten peinlich, sich Hilfe zu suchen. Sie ziehen sich zurück.



Du tickst wohl nicht richtig!

Vorurteile und Diskriminierung sind ein ernst zu nehmendes Problem bei Betroffenen. Statistisch gesehen leidet jeder vierte Schweizer an einer psychischen Störung und einmal im Jahr erkranken etwa fünf bis sieben Prozent der Bevölkerung neu an einer Depression. Aber darüber zu reden, fällt vielen Betroffenen schwer, einige vermeiden sogar ganz, sich Hilfe zu suchen. Denn noch immer werden Menschen mit psychischen Erkrankungen wie Depressionen stigmatisiert – mit schweren persönlichen und gesellschaftlichen Folgen. Dabei finden Stigmatisierungen in allen Gesellschaften statt: Einer Person wird ein körperliches, psychisches, soziales oder verhaltensbezogenes Merkmal zugeschrieben, das sie dadurch herabsetzt oder ausgrenzt. Davon betroffen können Menschen verschiedenster Gruppierungen sein, wie Ausländer, Homosexuelle oder Arbeitslose. «Bei Menschen mit Depressionen und psychischen Erkrankungen würde ich von einer Art negativen Etikettierung sprechen, ihnen werden Aussagen angeheftet wie ‚Du bist faul‘ oder ‚Du spinnst‘», sagt Dr. med. Hans Kurt, Past-Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie SGPP.

Betroffene werten sich ab

Die Folgen sind verheerend: «In einer Art Selbststigmatisierung verinnerlichen Erkrankte oftmals die negativen Einstellungen und werten sich selbst ab, ziehen sich zurück und scheuen den Gang zum Arzt oder Psychologen», betont die Psychologin Heloisa Martino vom Schweizerischen Berufsverband für Angewandte Psychologie (SBAP.). Es entsteht ein Teufelskreis, der weitere Diskriminierungen nach sich zieht und die Depression verschlimmert. Hans Kurt betont: «Psychisch kranke Menschen suchen zwar oft Hilfe, aber verschlüsselt, so dass ihre eigentliche Krankheit verborgen bleibt.» Oder schlimmer noch – eine falsch oder unbehandelte Depression kann in der Selbsttötung enden. Laut Angaben des Statistischen Bundesamts nehmen sich etwa 1400 Menschen in der Schweiz jährlich das Leben, die meisten wegen schweren Depressionen. Und: psychische Erkrankungen verursachen Kosten. «Aus internationalen Untersuchungen geht hervor, dass Folgekosten von psychischen Störungen etwa drei bis vier Prozent des Bruttoinlandproduktes ausmachen. Für die Schweiz bedeutete das zum Beispiel für das Jahr 2005 Folgekosten in Höhe von über 16 Milliarden Franken», sagt Heloisa Martino.

Umfeld wird stigmatisiert

Aber nicht nur Betroffene werden stigmatisiert – dieses Phänomen betreffe auch deren Angehörige sowie das Pflegepersonal und alle in der Psychiatrie tätigen Fachkräfte, gibt Hans Kurt zu bedenken. «Wir müssen auch darauf achten, dass wir innerhalb der psychischen Erkrankungen nicht anfangen zu stigmatisieren.» So gibt es Krankheiten, die mit mehr Stigma besetzt sind als andere. Laut Kurt dürfe man nicht verbreiten, Depression sei eine gutartige, behandelbare Krankheit und Schizophrenie sei unheilbar, chronisch und bösartig. Nach Einschätzung von Heloisa Martino wird es Generationen brauchen, bis Menschen mit psychischen Krankheiten gar nicht mehr stigmatisiert werden. «Für diesen Wandel muss aktiv etwas getan werden», so die Psychologin.

Psyche braucht Pflege wie der Körper

So müsse vor allem über die Krankheit aufgeklärt und gut informiert werden. Dafür brauche es langfristig angelegte und nachhaltige Kampagnen, in denen vor allem drei Botschaften zu vermitteln seien: Es ist normal psychisch zu erkranken. Psychische Krankheiten sind behandelbar und die Psyche muss wie der Körper gepflegt werden. Hans Kurt sieht aber auch die Patienten selbst gefordert. Sie sollten unterstützt von ihren Therapeuten lernen, ihre Scham zu überwinden und zu ihrer Krankheit zu stehen. Und auch das Bild in den Medien müsse sich wandeln. So sind in Filmen und Krimiserien die Täter nicht selten psychisch Kranke. Trotzdem sei in den letzten Jahren das Verständnis für psychisch kranke Menschen gewachsen, seien Tendenzen zur Entstigmatisierung bereits zu beobachten. Hans Kurt: «Wir sind auf einem guten Weg.