

Pressemitteilung

Verschreibungszahlen von Antidepressiva leicht rückläufig

Erwarteter Anstieg aufgrund der Pandemie in Westfalen-Lippe ausgeblieben

Dortmund, 08.08.2022

Die Corona- Pandemie hat in Westfalen-Lippe offenbar kaum Einfluss auf die Verschreibungszahlen von Antidepressiva. Die Verordnungszahlen waren im vergangenen Jahr sogar leicht rückläufig. Das belegt eine aktuelle Auswertung der AOK NordWest auf Basis von Zahlen des GKV-Spitzenverbandes für alle gesetzlich Krankenversicherten. Danach wurden im Jahr 2021 insgesamt 2,37 Millionen Verordnungen für Antidepressiva ausgestellt. Das waren 1,7 Prozent weniger als ein Jahr zuvor (2,41 Millionen Verordnungen). Auffällig war ein Anstieg der Verordnungszahlen lediglich zu Beginn der Corona-Pandemie, der auf eine Bevorratung von Antidepressiva im Zusammenhang mit dem ersten Lockdown zurückgeführt werden kann. So stiegen die Verordnungen im ersten Quartal 2020 im Vergleich zum Vorjahreszeitraum 2019 um 6,8 Prozent an. Im Laufe des Jahres hat sich dies allerdings wieder ausgeglichen und auf dem vorherigen Niveau eingependelt. „Insgesamt wurden die Verschreibungen von Antidepressiva durch die Pandemie nicht wesentlich beeinflusst. Die Verordnungszahlen sind nicht auffällig, wie vielleicht zu erwarten gewesen wäre“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

Dabei hat die Corona-Pandemie bei den Menschen in Westfalen-Lippe zu stärkeren psychischen Belastungen geführt. Die Maßnahmen wie die Einschränkungen bei den privaten Kontakten und im Arbeitsleben, die temporären Schließungen der Schulen und Kindergärten führten bei vielen Erwachsenen zu Stress, Ängsten und auch Depressionen. „Dennoch ist ein Anstieg bei den Verordnungen von Antidepressiva ausgeblieben“, so Ackermann.

Depressionen erkennen und vorbeugen

Eine Depression hat meist nicht nur die eine Ursache. Oft sind es verschiedene – biologische, psychische und soziale – Faktoren, die zu einer erhöhten Anfälligkeit für eine Depression führen. Kommen dann noch auslösende Faktoren wie zum Beispiel eine aktuell besonders belastende Lebenssituation hinzu, kann die Erkrankung ausbrechen. Wenn Niedergeschlagenheit, Antriebs- und Interessenlosigkeit überhandnehmen und länger als zwei Wochen andauern, wird das seelische Tief zur Depression. Das Auftreten von Depressionen ist nicht sicher zu verhindern, aber es kann viel getan werden, um die eigene Anfälligkeit für Depressionen zu reduzieren und die Herausforderungen und Veränderungen des täglichen Lebens gut zu bewältigen. „Wer sein Leben positiv gestaltet, kann das Erkrankungsrisiko verringern“, so Ackermann. Dazu gehört, aktiv und in Bewegung zu bleiben und vor allem, Freunde und bestehende Kontakte zu pflegen.

Außerdem helfen verschiedene Entspannungstechniken, um Schutzfaktoren gezielt zu stärken und Stressbewältigungsstrategien zu erlernen. Die AOK NordWest hilft mit speziellen Angeboten, sich psychisch und körperlich zu stärken. So lernen die Betroffenen in Präventionskursen Entspannungstechniken wie Yoga, Qigong, Meditation oder autogenes Training, um beruflichen Stress besser abzubauen und private Konflikte leichter zu lösen. Auch Online-Angebote wie das Selbsthilfeprogramm „moodgym“ oder das Achtsamkeitstraining „Lebe Balance“ unterstützen dabei, depressive Symptome zu lindern und den achtsamen Umgang mit sich selbst zu verbessern. Da eine Depression nicht nur für den Erkrankten selbst, sondern auch für Familienmitglieder, Partner und Freunde eine enorme Herausforderung ist, bietet die AOK NordWest speziell Angehörigen von depressiven Menschen den Familiencoach Depression.

Weitere Informationen zum Thema Depressionen im Internet unter aok.de/nw.