

Pressemitteilung

Klinikeinweisungen wegen Depressionen bleiben in Schleswig-Holstein auf hohem Niveau

10.565 stationäre Behandlungen im Jahr 2023

Kiel, 26. März 2025

Die Klinikeinweisungen wegen Depressionen bleiben in Schleswig-Holstein auf einem unverändert hohen Niveau. Das geht aus einer Auswertung der AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Statistischen Bundesamtes hervor. Danach wurden im Jahr 2023 insgesamt 10.565 Menschen stationär wegen Depressionen aufgenommen. Im Jahr zuvor waren es 10.617 Menschen. „Auch wenn die Krankenhausaufenthalte leicht rückläufig sind, steigen die Erkrankungszahlen weiter. Wenn Depressionen früh erkannt werden, verbessern sich die Heilungschancen deutlich. Deshalb sollten Betroffene schon bei den Anzeichen einer Depression frühzeitig ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

318.000 Betroffene im Norden

Laut aktueller AOK-Auswertungen waren in Schleswig-Holstein im Jahr 2022 insgesamt 318.000 Menschen an einer Depression erkrankt. Bereits Kinder und Jugendliche ab zehn Jahren sind wegen Depressionen in ärztlicher Behandlung. Die Krankheitshäufigkeit steigt mit zunehmendem Alter deutlich an. Frauen sind in fast allen Altersgruppen stärker betroffen als Männer. Rund 770.000 Fehltage fielen im Jahr 2023 allein bei den bei der AOK NordWest in Schleswig-Holstein versicherten Beschäftigten an. Am häufigsten betroffen waren Berufe in der Haus- und Familienpflege, Sozialverwaltung und -versicherung, Kinderbetreuung und -erziehung sowie der Altenpflege.

Ursachen nicht abschließend geklärt

Die Ursachen von Depressionen sind abschließend nicht geklärt. Es gibt eine Reihe von Risikofaktoren, die die Entstehung der Krankheit beeinflussen können. Neben einer genetischen Veranlagung gehören dazu etwa Alkoholabhängigkeit und Zigarettenkonsum, langanhaltende chronische Erkrankungen, hormonelle Veränderungen bei der Geburt eines Kindes oder kritische, mit Stress verbundene Lebensereignisse wie beispielsweise Beziehungskrisen, Todesfälle, berufliche Enttäuschungen oder Traumata durch Gewalt, Krieg oder Missbrauch.

Genauere Diagnostik erforderlich

Eine genaue Diagnosestellung ist unbedingt erforderlich. So müssen neben Risikofaktoren auch die Krankheitsgeschichte des Patienten berücksichtigt werden. Als Behandlungsmöglichkeiten kommen Psychotherapie oder auch eine medikamentöse Therapie in Frage.

Begleitende Therapieoptionen

Hilfe bietet Betroffenen auch das interaktive Trainingsprogramm ‚moodgym – aktiv aus der Depression‘ vom Anbieter ehub-Health in Kooperation mit der AOK. Das Selbsthilfeprogramm hilft depressiven Symptomen vorzubeugen oder zu verringern. Das Programm ist kostenlos und frei zugänglich, ersetzt aber keine ärztliche oder psychotherapeutische Diagnostik oder Behandlung. ‚moodgym‘ beruht auf grundlegenden Methoden und Erkenntnissen der kognitiven Verhaltenstherapie, unter anderem der Bearbeitung und Modifikation von ungünstigen Denkmustern sowie der Vermittlung von Methoden zur Stressbewältigung und Entspannung.

AOK-Familiencoach Depression

Ein weiteres Angebot ist der ‚AOK-Familiencoach Depression‘, der Angehörigen von Erwachsenen mit unklaren Depressionen Hilfestellungen gibt. Damit sollen sie den Alltag mit einem depressiv erkrankten Mitmenschen besser bewältigen können. In interaktiven Trainingsmodulen werden Informationen zur Verfügung gestellt, wie Angehörige in schwierigen Situationen gut auf sich selbst achten, Alltagsprobleme besser bewältigen und die Beziehung zu dem erkrankten Menschen stärken können. Das Online-Selbsthilfeprogramm steht kostenlos, anonym und zeitlich unbegrenzt für alle Interessierten zur Verfügung.