

Pressemitteilung

Immer mehr Menschen in NRW wegen einer Depression im Krankenhaus

Fallzahlen weiter deutlich gestiegen

Dortmund, 26. März 2025

In Nordrhein-Westfalen müssen immer mehr Menschen wegen einer Depression in einer Klinik behandelt werden. Das geht aus einer Auswertung der AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Statistischen Bundesamtes hervor. Danach wurden im Jahr 2023 insgesamt 58.610 Menschen deshalb stationär aufgenommen. Das waren 2,2 Prozent mehr als im Vorjahr (57.330) und damit der höchste Wert seit Beginn der Corona-Pandemie im Jahr 2020 mit 53.813 Patientinnen und Patienten. „Depressionen haben in den letzten Jahren deutlich zugenommen und stellen eine enorme Herausforderung für unser Gesundheitssystem dar. Die Erkrankung führt zu einer starken Einschränkung der Lebensqualität der Betroffenen und deren Angehörigen“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

Mehr als zwei Millionen Betroffene in NRW

Laut aktueller AOK-Auswertungen waren in NRW im Jahr 2022 insgesamt 2,1 Millionen Menschen an einer Depression erkrankt, davon 988.000 in Westfalen-Lippe. 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 2,6 Millionen Fehltage fielen im Jahr 2023 allein bei den bei der AOK NordWest in Westfalen-Lippe versicherten Beschäftigten an. Am häufigsten betroffen waren Berufe in der Haus- und Familienpflege, Sozialverwaltung und -versicherung, Bus- und Straßenbahnfahrer/innen sowie der Altenpflege.

Ursachen nicht abschließend geklärt

Die Ursachen von Depression 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

„Je früher eine Depression erkannt wird, umso besser sind die Heilungschancen. Schon beim Verdacht auf eine Depression sollten Betroffene frühzeitig ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen“, so Ackermann. Dabei ist eine genaue Diagnosestellung 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.