



## Psychische Erkrankung in Deutschland

**Über ein Viertel der Deutschen ist von einer oder mehreren psychischen Erkrankungen betroffen:** so kommt im Zeitraum eines Jahres bei jeder vierten Person die „Gesamtheit des menschlichen Fühlens und Empfindens“ aus der Balance. Zu den häufigsten Krankheitsbildern zählen hierbei Angststörungen, Depressionen und Störungen durch Alkohol- und Medikamentensucht.

Für die knapp **18 Millionen Betroffenen** ist die Erkrankung mit massivem Leid und Einschränkungen im sozialen und beruflichen Leben verbunden. Die Krankheit trifft auf wenig Verständnis in der Gesellschaft. **Hilfsangebote werden aus Scham oder Angst for Ausgrenzung in nur 19 % aller Fälle wahrgenommen.** So steigt das Risiko, das die Erkrankung chronisch wird. Wenn die Erkrankung jedoch frühzeitig diagnostiziert wird, kann diese in den meisten Fällen genauso behandelt oder geheilt werden, wie viele körperliche Leiden. Hierbei gilt die Gesprächstherapie als wichtiger Baustein in der Behandlung. Psychopharmaka stehen jedoch mittlerweile an vierter Stelle unter den verordnungsstärksten Medikamentengruppen.

Das physische Erkrankungen kein Einzelschicksal mehr sind macht sich auch in der Wirtschaft bemerkbar: sie sind der häufigste Grund für **Frühverrentungen** und die zweithäufigste Ursache für **Arbeitsunfähigkeit**. Die direkten und indirekten Kosten betragen 5 % des Bruttoinlandsprodukts. Aufgrund der erheblich gestiegenen Erkrankungsrate wird eine drastische Kostenzunahme erwartet.

## Schwerpunkt 2021: Die Familie

Die letzten 18 Monate waren von enormer psychischer Belastung für Familien. Fehlende Abwechslung und Isolation führte zu vermehrtem **Selbstzweifel, Stress, Konflikt und Gewalt**. In Haushalten mit pubertierenden Kindern, psychischen Vorerkrankungen oder Suchtproblemen spitzte sich die Lage vielerorts zu, vor allem für Alleinstehenden und in unteren sozialen Bevölkerungsgruppen. Gleichzeitig waren viele Familien durch die notbedingte Schließung sozialer Dienste sich selbst überlassen.

Bereits vor der Pandemie litt jedes 5. Kind und jeder 5. Jugendliche an einer psychischen Erkrankung. Diese nahmen im Laufe des letzten Jahres drastisch zu: ältere Kinder erkrankten häufiger als jüngere, Mädchen öfter als Jungs, Frauen öfter als Männer; 71% aller Kinder gaben an, gestresst zu sein; die Zahl der Kinder, die keinen Sport mehr treiben, hat sich verzehnfacht. Um die Geschehnisse des vergangenen Jahres adäquat aufzuarbeiten, rückt die Bundesregierung und das Aktionsbündnis jetzt die seelische Gesundheit von Familien ins Zentrum.

## Aktionswoche 8.-12.10.: Gemeinsam über den Berg

Zum **Welttag für psychische Gesundheit am 10. Oktober** sind rund 600 live und hybride Veranstaltungen in über 50 deutschen Städten geplant. Die mitwirkenden psychosozialen Einrichtungen, Selbsthilfeorganisationen und Initiativen wollen dabei durch Vorträge, Workshops, Podcasts, Konzerte oder Ausstellungen einen offenen Umgang mit dem Thema fördern und auf lokale Hilfsangebote hinweisen.

Öffentliche **Auftaktveranstaltung ist am 8. Oktober ab 17:30 Uhr in der Berliner Kulturbrauerei**. Expert:innen aus Wissenschaft, Medien und Politik und Betroffene diskutieren hier über die Belastungen von Familien und wirksame Strategien im Umgang mit dem Thema. Alles weitere im [Anmeldeformular](#), [Veranstaltungskalender](#) oder direkt im Live-Stream.

## Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Das Aktionsbündnis ist eine bundesweite Initiative mit 125 Mitgliedern aus der Selbsthilfe und Verbänden aus den Bereichen Psychiatrie und Gesundheitsförderung. Ziel ist die Vernetzung von Betroffenen, Angehörigen und therapeutischen Experten für die **Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen** durch Aufklärungskampagnen, Projekte und Initiativen (u.a. [Grüne Schleife](#), [Fair Media](#)). Seit seiner Gründung 2006 befindet sich das Bündnis in Trägerschaft der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e. V. (DGPPN) und wird weitgehend über Spenden finanziert.

Prominent unterstützt wird das Bündnis von [Harald Schmidt](#), [Isabelle Polak](#), [Friedrich Liechtenstein](#), [Bettina Böttinger](#), [Nico Semsrott](#), [Mirja du Mont](#), [Markus Kavka](#), [Sarah Kuttner](#), [Torsten Sträter](#), [Marlene Lufen](#), [Jochen Schropp](#), [Nova Meierhenrich](#), [Die Lochis](#) und vielen anderen.