

Suizidprävention: Rechtzeitige Psychotherapie kann Leben retten!

Utl.: Durchgängige Kassenfinanzierung gefordert! =

Wien (OTS) - Jährlich sterben in Österreich rund 1.300 Menschen durch Suizid. Zwar ist die Selbstmordrate rückläufig, dennoch ist die Zahl der Suizide fast doppelt so hoch wie die Zahl der Verkehrstoten. Im Bundesländervergleich hat Wien die niedrigste Selbstmordrate. Dies kann auf die erfolgreiche Suizidpräventionsarbeit durch ein größeres Angebot an Beratungsstellen, Krisenzentren und höhere PsychotherapeutInnendichte zurückgeführt werden.

Die psychotherapeutische Behandlung von Menschen in Krisensituationen und von Menschen mit depressiven Erkrankungen ist ein wichtiger Bestandteil der Suizidprävention. Insbesondere die Tatsache, dass Menschen mit Depressionen im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung ein 20-fach erhöhtes Suizidrisiko aufweisen, ist besorgniserregend. Angehörige von Depressiven sollten besonders aufmerksam sein, um Anzeichen von Suizidgefährdung zu erkennen.

Diese Anzeichen können sein:

~

- Suizidgedanken und Suizidhandlungen
- Direkter oder indirekter Suizidhinweis - 80 % der Menschen, die einen Suizid unternehmen, kündigen diesen vorher an
- Akute Krise - psychosoziale oder traumatische Krise, Lebensveränderungskrise
- Affektive Einengung, Rückzug und Resignation
- Einengung der Wertwelt und Einengung und Entwertung zwischenmenschlicher Beziehungen
- Schwere Depression oder übergroße Angst
- Besondere Aufmerksamkeit ist geboten, wenn der Betroffene einer Risikogruppe angehört (z.B. Alkohol-, Drogen- und Medikamentenabhängigkeit) oder depressiv, alt und/oder vereinsamt ist

Um richtig auf diese Anzeichen zu reagieren, sollten Sie als Nahestehende/r oder Angehörige/r folgendes beachten:

- Suizidalität als Notsignal wahrnehmen und akzeptieren
- Wenn Sie im Kontakt zu einem Menschen den Eindruck haben, er könnte an Selbstmord denken, fragen sie ihn aktiv danach

- Ein vorurteilsloses Gespräch über die Suizidabsichten bringt den Betroffenen meist eine erhebliche Entlastung
- Liegt eine Krise vor, fordern sie den Betroffenen auf, so viel wie möglich über die belastenden Ereignisse zu erzählen
- Herausfinden, was der Betroffene selbst tun kann, um sich zu helfen und welche Menschen miteinbezogen werden können, um in einer Krisensituation zu unterstützen
- Professionelle Hilfe in einer Kriseninterventionsstelle suchen
- Nach der Krisenintervention sollte Psychotherapie in Anspruch genommen werden

~

Lange Wartezeiten können fatale Folgen haben

"Je länger depressive PatientInnen und Menschen in Krisensituationen unbehandelt bleiben, desto größer wird das Suizidrisiko. Die rechtzeitige Psychotherapie ist dabei die Methode der Wahl und kann Leben retten", erläutert Dr. Eva Mückstein, Präsidentin des Österreichischen Bundesverbandes für Psychotherapie (ÖBVP). Leider verweigern die Krankenkassen noch immer den Gesamtvertrag für Psychotherapie. Kassenfinanzierte Therapieplätze sind kontingentiert und die von den Kassen mit nur Euro 21,80 bezuschusste Psychotherapie können sich Viele nicht leisten.

Sich in eine Psychotherapie zu begeben, ist für Depressive oft ein schwerer Schritt. "Leider finden die Betroffenen dann oft keinen kassenfinanzierten Psychotherapieplatz oder müssen lange Wartezeiten bis zu einem Jahr in Therapiezentren in Kauf nehmen. Ganz besonders die Psychotherapie nach der kurzfristigen Behandlung in einem Krisenzentrum duldet - will man fachgerecht vorgehen - keinerlei Aufschub", so Mückstein.

Auch der Infostelle des Wiener Landesverbandes für Psychotherapie (WLP) ist das Problem bekannt. "Oft wenden sich Hilfesuchende verzweifelt an uns, weil sie erkannt haben, dass sie professionelle Hilfe benötigen. Die meisten von ihnen würden sofort eine Psychotherapie in Anspruch nehmen, doch sie können es sich nicht leisten", beschreibt Leonore Lerch, Vorsitzende des WLP, die Situation.

Die Infostelle des WLP bietet kostenlose Erstberatung für Menschen, die auf der Suche nach einer/einem PsychotherapeutIn sind und ist montags und donnerstags von 14 bis 16 Uhr unter 01/512 71 07

zu erreichen.

Rückfragehinweis:

~

Dr. Eva Mückstein
Präsidentin des ÖBVP
0676/600 46 76

ÖBVP Büro
Mag. Martina Filipovic
01/512 70 90 23

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/152/aom>

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0016 2010-09-30/08:40

300840 Sep 10

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20100930_OTS0016