

# SEELISCHE GESUNDHEIT LEBEN!

Unter diesem Motto fand vom 5. bis 11. Oktober die erste Münchner Woche für seelische Gesundheit statt. Koordiniert wurden die über 150 Veranstaltungen und hundert beteiligten Partner von Dr. Joachim Hein und Rita Wüst vom Münchner Bündnis gegen Depression. Prominente Vertreter aus Gesundheitswesen und Gesundheitspolitik hoben die Bedeutung der Veranstaltungswoche hervor, die unter der Schirmherrschaft des Münchner Oberbürgermeisters Christian Ude stand.

**A**llein in München, so Ude in seinem Grußwort, leiden schätzungsweise 65.000 Menschen an einer depressiven Störung. Dabei liege die Betonung auf „schätzungsweise“, denn nach wie vor würden psychische Erkrankungen häufig tabuisiert. Und so würden die Betroffenen nicht nur an Körper und Seele, sondern auch an sozialer Ausgrenzung leiden. Die erste Münchner Woche für seelische Gesundheit wolle dazu beitragen, die Bevölkerung für diese Schicksale zu sensibilisieren. Wichtigstes Ziel sei jedoch, die Betroffenen zu unterstützen und ihnen sowie ihren Angehörigen Wege aus der Krise aufzuzeigen.

## Kostenlose Infobörse bei der Eröffnungsveranstaltung

Hierzu mangelte es im Rathaus an diesem Tag nicht an kompetenten Ansprechpartnern: Wer Bedarf hatte, konnte sich im Rahmen einer kostenlosen Infobörse ganztägig an die anwesenden Initiatoren wenden, die für jedes Anliegen der Besucher ein offenes Ohr hatten. Auch die KVB war mit einem Infostand vertreten. Ihr umfangreiches psychotherapeutisches Versorgungsangebot – unter anderem mit der Psychotherapieplatzvermittlung und dem psychiatrischen Bereitschaftsdienst im Münchner Elisabeth – stieß bei Betroffenen, Ange-

hörigen, aber auch bei Vertretern zahlreicher Selbsthilfegruppen auf großes Interesse.

## Expertenwissen hautnah

Gleiches galt für die Podiumsdiskussion „Wege im Psycho-Dschungel: Orientierung im Helfersystem“, die die KVB am 8. Oktober zusammen mit dem Ärztlichen Kreis- und Bezirksverband (ÄKBV) in dessen Seminarzentrum veranstaltete. Unter dem Motto „Sie fragen – Experten antworten“ nutzten Betroffene, Angehörige, Arbeitgeber und Vertreter der Ärzteschaft die Gelegenheit, den Diskussionsteilnehmern – Vertretern aus relevanten Fachgruppen – ausgiebig auf den sprichwörtlichen Zahn zu fühlen. Im Fokus des angeregten Informationsaustauschs stand unter anderem das Thema „wirkungsvolle Behandlungsmethoden bei Depression und komplexer posttraumatischer Belastungsstörung“. Auch der Punkt „Umgang mit suizidgefährdeten Angehörigen“ wurde emotional diskutiert. Kritisch erörtert wurde, inwieweit sich pharmakologische und psychotherapeutische Behandlungsangebote im Einzelfall sinnvoll ergänzen können. Ein Thema, das besonders die Vertreter der Ärzteschaft nicht kalt ließ, war das der „Arztbewertungsportale nach Vorbild der AOK“. Während Patienten und Betroffene sich solche Portale wünsch-

ten, wurden sie von den anwesenden Ärzten eher kritisch beurteilt.

## Prävention statt Leiden

Ein wichtiges Thema, das in vielen der über 150 Veranstaltungen im Vordergrund stand, war das der Prävention. Rudi Bittner, KVB-Bereichsvorstand der psychotherapeutischen Versorgung, äußerte sich im Vorfeld der Aktionswoche und sprach der Prävention einen wichtigen Bestandteil ärztlichen und psychotherapeutischen Handelns zu. Daran anknüpfend wollten die Moderatoren des Abends, Dr. Irmgard Pfaffinger, zweite Vorstandsvorsitzende des ÄKBV, und Dr. Peter Scholze, Patientenbeauftragter der KVB, von ihren Diskussionsteilnehmern wissen, was Menschen präventiv tun können, um seelisch gesund zu bleiben. Die Antwort: sich wenn möglich ein harmonisches familiäres und soziales Umfeld schaffen, einen befriedigenden Beruf ausüben, sich regelmäßig in der Natur bewegen und sich selbst ab und zu etwas Gutes gönnen. Dazu könnte zum Beispiel ein Besuch der zweiten Münchner Woche für seelische Gesundheit gehören, die vom 6. bis 14. Oktober 2010 stattfindet.

Marion Munke (KVB)

