

Der selbst gemachte Engpass

Psychologische Psychotherapie Die Covid-19-Pandemie fördert Schwachstellen des Schweizer Gesundheitswesens zutage. Neben der Bettenknappheit auf Intensivstationen hat sie vor allem gezeigt, dass es in unserem Land eine psychotherapeutische Unterversorgung gibt. Und dies, obwohl genügend Fachpersonal vorhanden wäre. Im Interview erklärt Annina Hess-Cabalzar, Initiantin und Co-Präsidentin der Akademie Menschenmedizin, die Ursachen dafür. **Susanna Steimer Miller**

Seit Beginn der Pandemie erleben psychologische Fachstellen und Kliniken einen Zulauf wie nie zuvor. Die Wartezeiten sind lang. Weshalb?

Annina Hess-Cabalzar: Bei der aktuellen Unterversorgung im Bereich Psyche, Seele und Geist handelt es sich um einen gemachten Engpass, den die Politik zu verantworten hat. In der Schweiz gibt es genügend qualifizierte Psychotherapeutinnen und -therapeuten. Ihre Arbeit kann aber nur über die Grundversicherung abgerechnet werden, wenn sie auf ärztliche Anordnung erfolgt. Das ist nicht mehr zeitgemäss und zeigt, dass die psychologische Psychotherapie nicht gleichwertig behandelt wird wie die ärztliche, obwohl Erstere über ein etabliertes Aus-, Weiterbildungs- und Qualitätssicherungssystem verfügt. Viele Menschen, die im Moment psychisch leiden, benötigen keine Medikamente.

Was steckt hinter der Ungleichbehandlung?

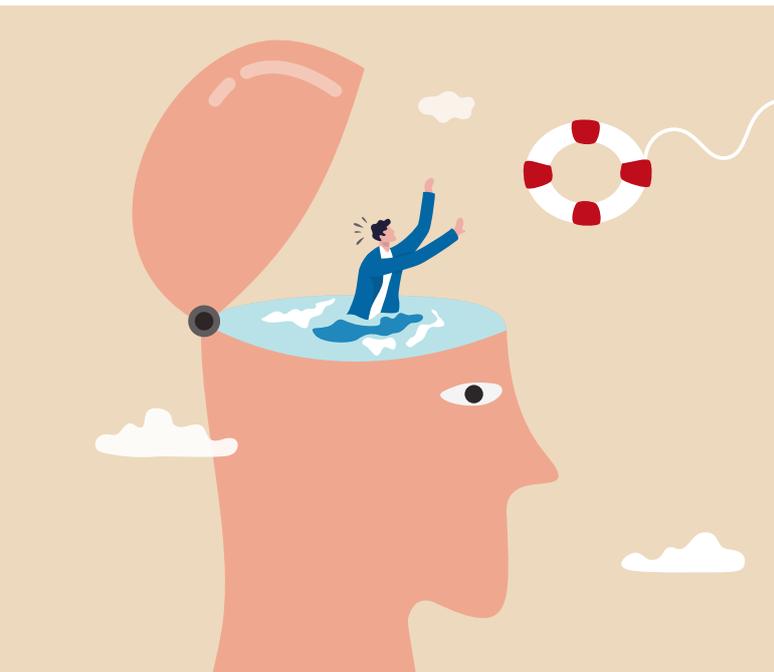
Unsere Gesellschaft ist auf das Kurieren körperlicher Leiden fokussiert. Das ist eine Reduktion. Der Mensch ist keine Maschine. Letztlich steckt hinter der aktuellen Abrechnungspraxis aber auch der Machtanspruch einiger der führenden Psychiaterinnen und Psychiater.

Warum setzt die Pandemie den Menschen so zu?

Wir fühlen uns, als ob wir aus dem Paradies gefallen sind: erschüttert, unsicher und bedroht. Die Pandemie findet nicht irgendwo auf der Welt statt, sondern vor und hinter der Haustüre. Alle wissen wir, dass wir sterblich sind, aber jetzt hat das eine andere Dimension angenommen. Der Umgang mit der Situation bereitet vielen Menschen Mühe. In dieser besonders verletzlichen Situation ist das Fass aber übergelaufen und die Betroffenen brauchen Behandlung und Begleitung.

Mit welchen psychologischen Problemen haben viele zu kämpfen?

Zugenommen haben Depressionen, somatische Erkrankungen und Angststörungen. Für gesunde Menschen ist Angst per se nichts Schlechtes. Im Gegenteil: Mit Angst auf Unsicherheit zu reagieren, ist eine gesunde Reaktion, die uns den Anstoss gibt, innovativ zu werden. Diese gesunde Angst kann aber in eine krank machende übergehen. Sie lässt Betroffene in einer Depression erstarren, sodass sie nicht mehr handlungsfähig sind. Andere werden gewalttätig oder wenden sich dem Fundamentalismus zu. Die Pandemie hat bestehende Schwierigkeiten wie die Einsamkeit mancher Menschen oder Existenzängste verstärkt. Beides kann krank machen. Die Pandemie hat also latent existierende Probleme verstärkt und sichtbar gemacht.



Insbesondere für Kinder und Jugendliche ist es zurzeit äusserst schwierig, psychologische Hilfe zu erhalten – die Wartelisten sind lang. Warum leiden so viele Junge an der Situation?

Für eine gesunde Entwicklung brauchen Kinder und Jugendliche ihre Peergroup und Freiraum. Während des Lockdowns war der Kontakt zwischen den Jugendlichen deutlich eingeschränkt. Zudem wurde die in der Pubertät normale Ablösung von den Eltern blockiert. Sensible Kinder und Jugendliche reagieren heftiger auf ihre Umwelt. Sie spüren, wenn die Eltern aufgrund der Pandemie verunsichert sind. Auch das Massnahmenwirrwarr an den Schulen ist eine zusätzliche Belastung.

Die meisten Kinder und Jugendlichen, die psychisch unter der Pandemie leiden, haben keine psychiatrische Erkrankung. Sie sind einfach verunsichert und brauchen eine Therapie zur Unterstützung der normalen Entwicklung. Psychotherapeutinnen und -therapeuten, die Psychologie studiert haben, sind für diese Aufgabe bestens ausgebildet. Es ist stossend, dass diese wertvollen Ressourcen aus finanziellen Gründen nicht verstärkt genutzt werden. Letztlich führt die Situation zu einer Zweiklassengesellschaft. Besser gestellte Eltern können sich auch eine Therapie, die nicht von der Ärztin oder dem Arzt verschrieben wurde, für ihr Kind leisten – Eltern mit kleinem Budget hingegen nicht.

Die Akademie Menschenmedizin setzt sich für die verstärkte interprofessionelle Zusammenarbeit ein. Weshalb?

Der Mensch erfährt sich als Zusammenspiel von Körper, Seele und Geist. Die einzelnen Bereiche dürfen nicht getrennt betrachtet werden. Nach einem Unfall haben viele Menschen nicht nur körperliche Verletzungen, sondern auch Probleme auf der emotionalen und mentalen Ebene. Psychologische Probleme können sich auch körperlich manifestieren, zum Beispiel als Rückenschmerzen. Nicht selten werden Betroffene von Arzt zu Arzt weitergereicht. Würden die Professionen verstärkt zusammenarbeiten, liessen sich manche Probleme vertieft angehen und schneller lösen. Die Akademie Menschenmedizin weiss, dass sich eine umfassende, interprofessionelle Behandlung menschlich und finanziell lohnt.

Deshalb setzte sich seit 2009 der Verein AMM für eine menschenorientierte Heilkunst und ein faires Gesundheitssystem ein. Mit dem amm Café Med in verschiedenen Deutschschweizer Städten wurde beispielsweise ein kostenloses Angebot für Patientinnen und Patienten geschaffen, deren Angehörige sowie für Fachpersonen aus dem Gesundheitswesen, das dazu beiträgt, medizinische Entscheidungen selbstbestimmt, eigenverantwortlich und kompetent zu treffen.