

# Deutsches Bündnis gegen Depression: Verbesserung der Versorgungssituation depressiv Erkrankter & Prävention von Suizidalität

~ Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe ~

Ines Heinz, Dipl.-Psych.  
Hannover, 9. Oktober 2015

Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

# Warum ein Bündnis gegen Depression?



- Rund 7,7% der Bevölkerung im Laufe eines Jahres behandlungsbedürftig erkrankt (unipolare Depression); > 5 Mio. Menschen
- Frauen sind doppelt so häufig betroffen wie Männer
- Erkrankung betrifft alle Altersgruppen

**Ca. jede 4. Frau und jeder 8. Mann erkranken im Laufe des Lebens an einer Depression.**

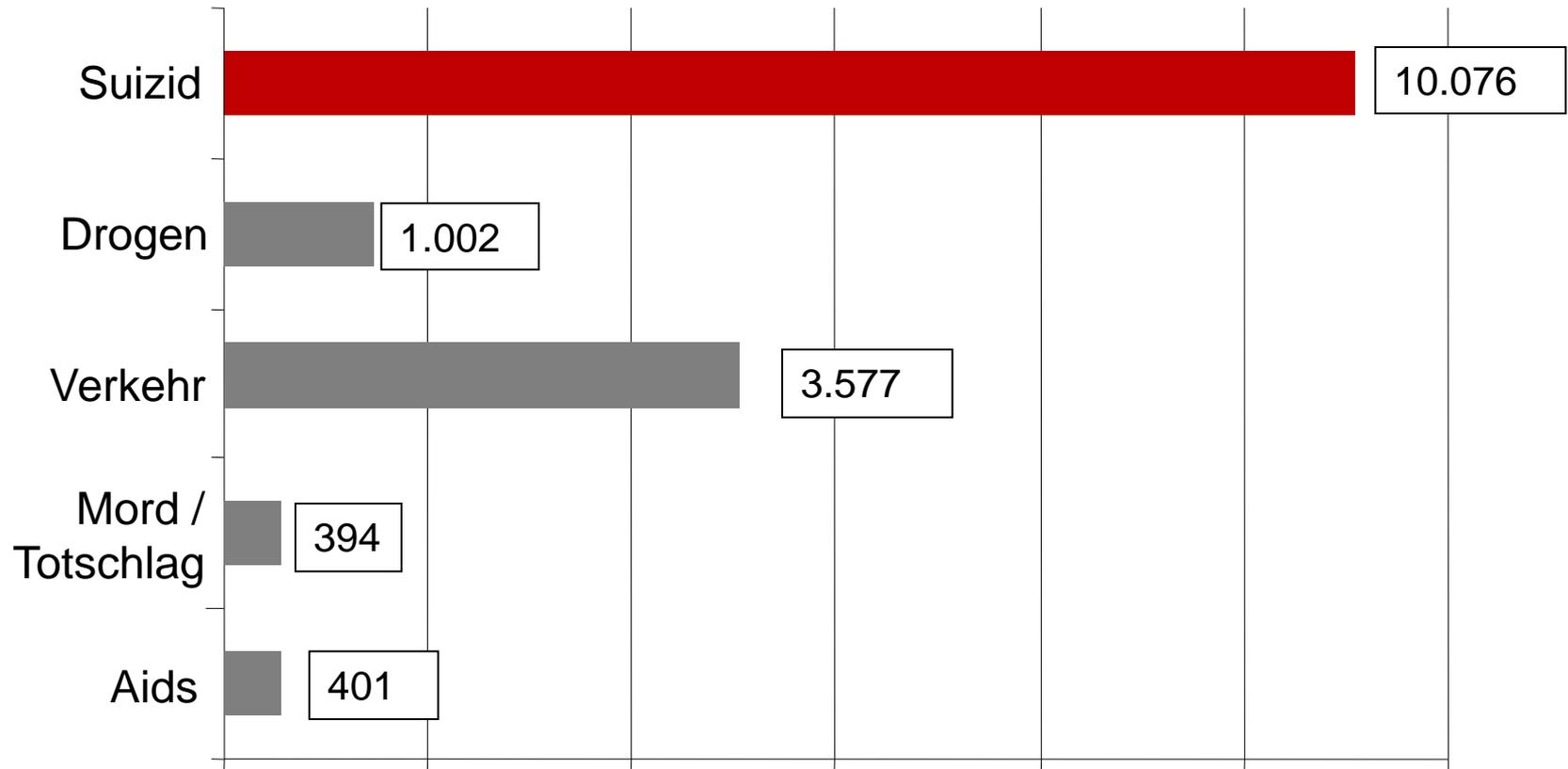
Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



(DEGS, 2013)

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

# Todesursachen im Vergleich: BRD 2013



**Depression erforschen**  
**Betroffenen helfen**  
**Wissen weitergeben**

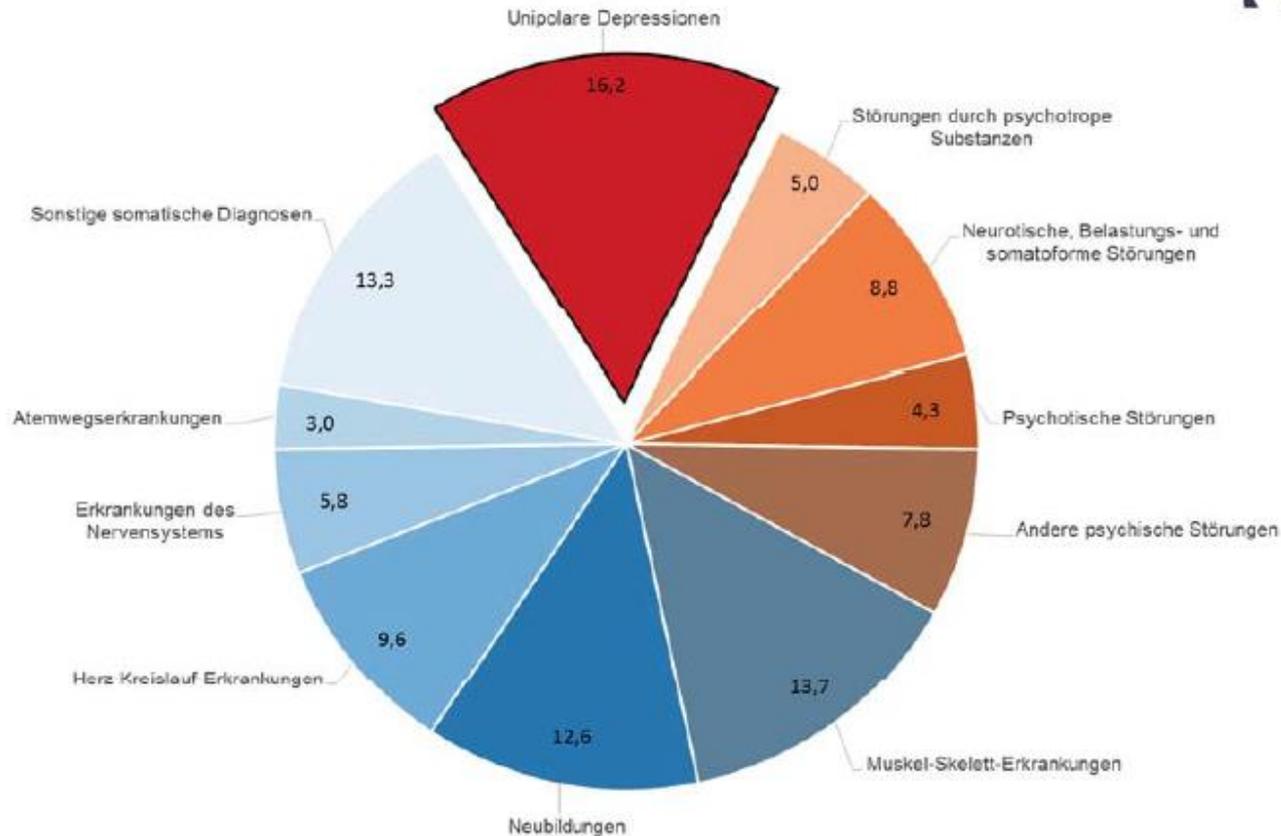


(Quelle: Bundesamt für Statistik/Gesundheitsberichterstattung des Bundes; 2014)

**Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

# Krankheiten insgesamt – Frühverrentung 2012

Unipolare Depression häufigste Diagnose für Frühverrentung im Vergleich zu allen psychischen und körperlichen Krankheiten; Anteil (%) an Gesamtzugängen



Quelle: DRV-Statistik Rentenzugang, in: BpTK-Studie zur Arbeits- und Erwerbsunfähigkeit 2013

Depression erkennen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



# Gesamtkosten Depression (berechnet mit 1,8 Stunden Produktivitätsverlust durch Präsentismus)

Gesamtkosten Depression (berechnet mit 1,8 Stunden Produktivitätsverlust durch Präsentismus)	
Durch Depressionen verursachte Kosten 2008 in Mrd. Euro	
Direkte Krankheitskosten Depression	5,2
Kosten durch Mortalität	1,3
Kosten durch Erwerbsunfähigkeit	4,6
Kosten durch Arbeitsunfähigkeit	1,6
Kosten durch Präsentismus	9,3
Summe durch Depressionen verursachte Kosten	22,0

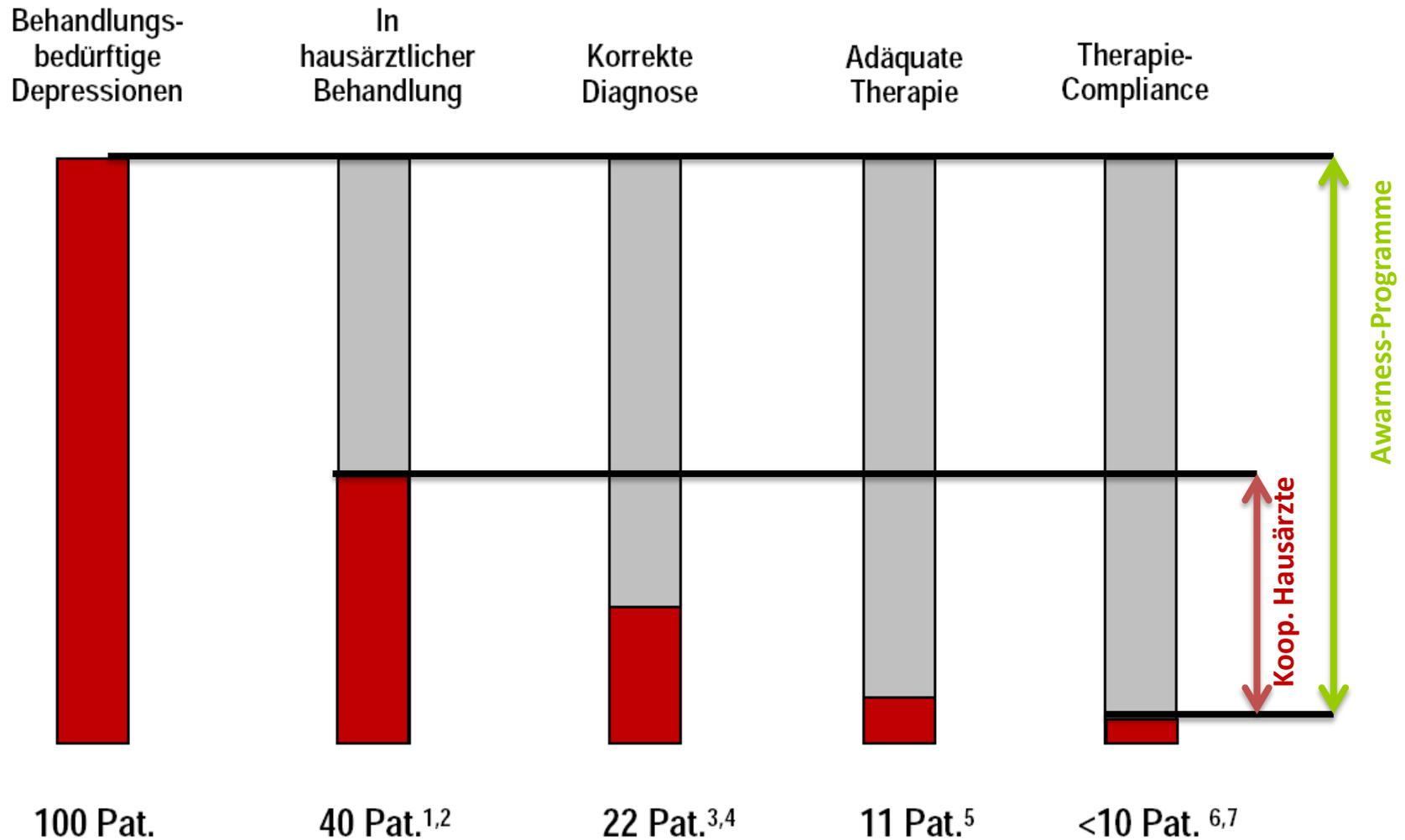
Quelle: Allianz-Report 2011

**Depression erforschen**  
**Betroffenen helfen**  
**Wissen weitergeben**



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

# Grobe Schätzung des diagnostischen und therapeutischen Defizits in entwickelten Ländern



1 Alonso et al. 2004, 2 Wittchen & Jacobi 2012, 3 Jacobi et al. 2002, 4 Mitchel et al. 2009, 5 Boenisch et al. 2012, 6 Pinto-Meza et al. 2011, 7 Lingam & Scott 2001

# Das Pilotprojekt in Nürnberg: 2001/2002



**Kompetenznetz  
Depression**

**Interventionsregion**

**Nürnberg**

**Kontrollregion**

**Würzburg**



Depression  
Betroffenen  
Wissen weitergeben

## 4-Ebenen-Aktionsprogramm



1.

*Kooperation*  
mit Hausärzten:  
Fortbildung

Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

2.  
PR-Aktivitäten  
Aufklärung der Öffentlichkeit



she can  
wieder  
lachen

**DEPRESSION**  
ist  
behandelbar

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an das  
bündnis gegen depression

Hausärzte, Fachärzte, Psychotherapeuten,  
Beratungsstellen, Sozialpsychiatrische Dienste, Kliniken  
[www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de)

glücklich  
im alter?

**DEPRESSION**  
hat viele gesichter

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an das  
leitender bündnis gegen depression

Hausärzte, Fachärzte, Psychotherapeuten,  
Beratungsstellen, Sozialpsychiatrische Dienste, Kliniken  
[www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de)

Wir unterstützen Initiativen

**bündnis gegen depression**  
Info bei Xyz- Bündnis gegen Depression, Xyz Str. 29, Xyz Telefon: Xyz  
Das Xyz-Bündnis gegen Depression ist Mitglied im Deutschen Bündnis gegen Depression e.V.

Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

# Schulungen – verschiedene Schwerpunkte



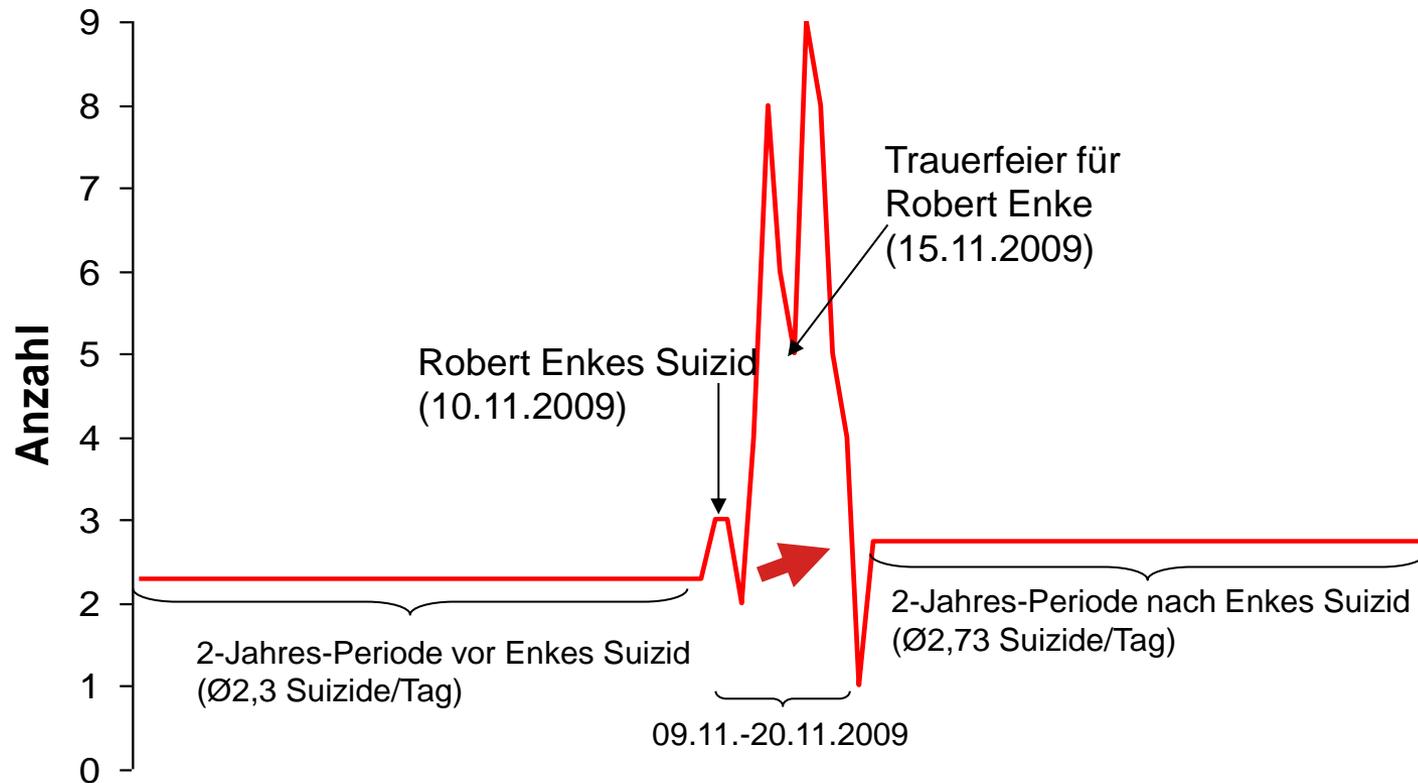
z.B.:

- **Lehrer:** Depression bei Kindern und Jugendlichen
- **Polizei:** Suizidalität
- **Altenpfleger:** Depression im Alter
- **Journalisten:** Medienberichterstattung

Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



# Eisenbahnsuizidale Handlungen: 2-Jahres-Periode vor und nach Robert Enkes Suizid



- Infomaterial (Broschüren, DVDs, Psychoedukationsmaterialien)
- Unterstützung von Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige
- [www.diskussionsforum-depression.de](http://www.diskussionsforum-depression.de)



STIFTUNG  
**DEUTSCHE  
DEPRESSIONS  
HILFE**

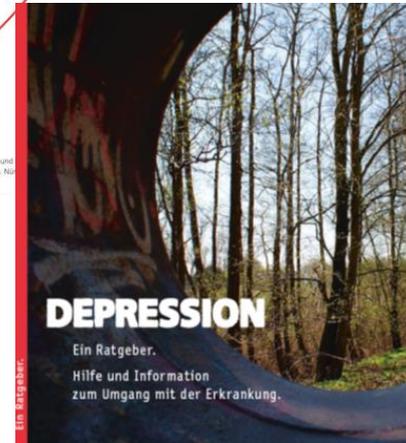
Wege aus der  
**DEPRESSION**

Ein Informationsvideo  
für Betroffene  
und Angehörige

© Bündnis gegen Depression. Gefördert vom Bundesministerium für Bildung und  
Talent Nürnberg. Mit Unterstützung der AOK Bayern und der Sparda-Bank Nürnberg.

4.  
*Angebote*  
für Betroffene und Angehörige

diskussionsforum  
**DEPRESSION**

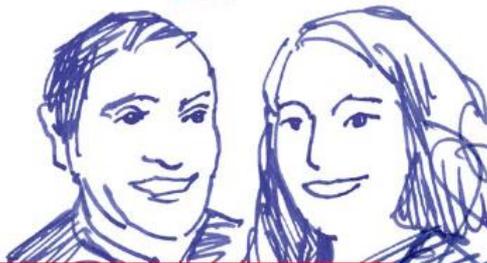


DEPRESSION

DEUTSCHE  
DEPRESSIONS  
HILFE

bündnis  
gegen  
DEPRESSION

Herausgegeben von:  
Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Deutsches Bündnis gegen Depression e.V.



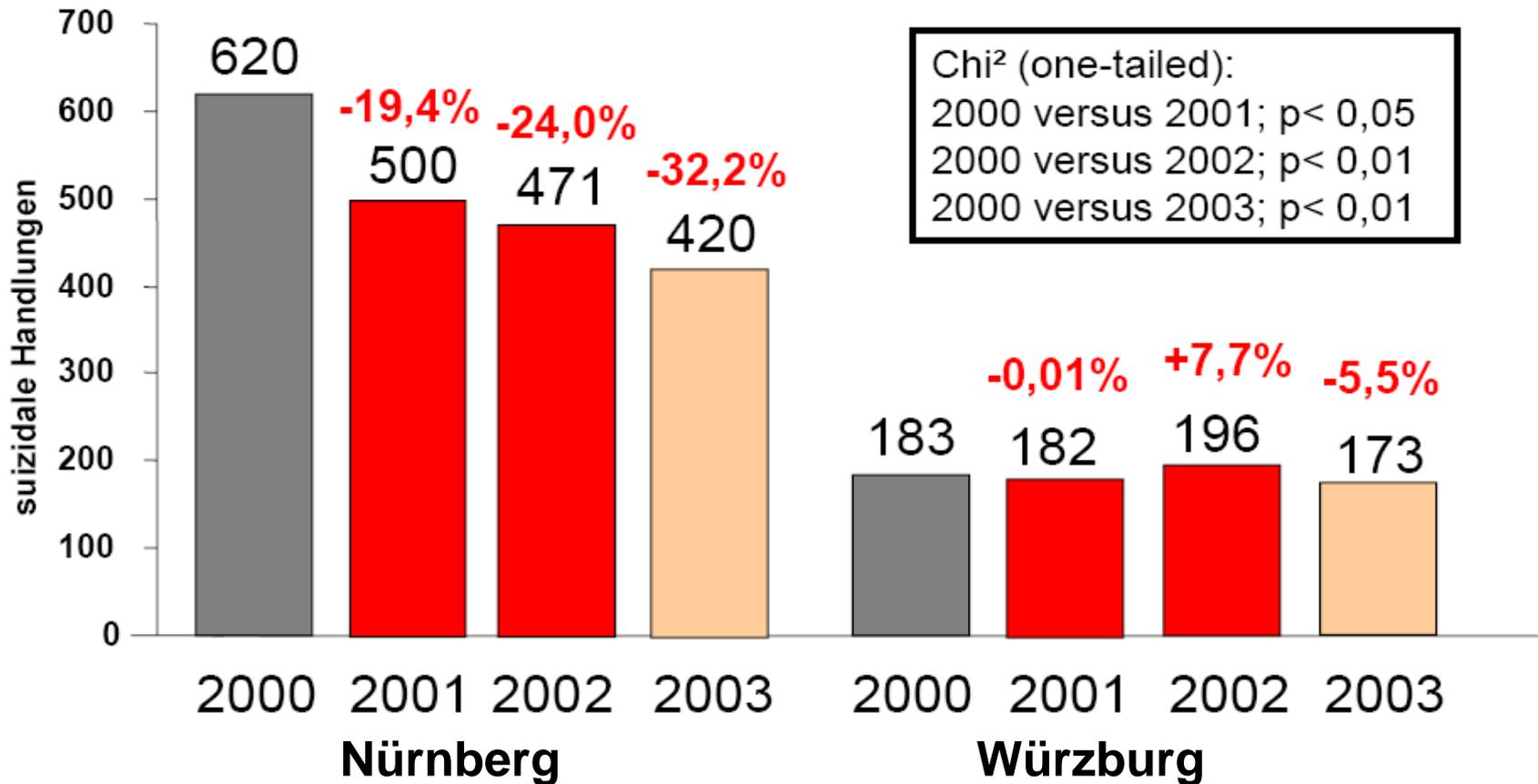
**FIDE** STARK  
GEGEN  
DEPRESSION  
fighting depression online

[www.fideo.de](http://www.fideo.de)

**Fighting DEpression Online**, ein Online-Informations-angebot mit integriertem Diskussions-forum für junge Menschen ab 14 Jahren

Online diskutieren -  
Gemeinsam die  
Depression bewältigen!

# Ergebnis der Evaluation



Rückgang der suizidalen Handlungen in Nürnberg im Vergleich zur Kontrollregion Würzburg (2000: Ausgangsjahr, 2001/2002: Interventionsjahr, 2003: Folgejahr)

# 2003: Deutsches Bündnis gegen Depression

e.V.

STIFTUNG  
DEUTSCHE  
DEPRESSIONS  
HILFE

Unterstützung bei der Planung und Durchführung eines regionalen Bündnisses:

- **Materialien:** Plakat- und Flyervorlagen , Informationsmaterial (DVDs, Ratgeber, Film für Ärzte zum Selbstkostenpreis), Materialien zur Psychoedukation, Foliensammlungen, Kinospot, Fortbildungsmaterial,...
- **Personelle Unterstützung**
- **Referentschulung** vor Ort („Train-the-Trainer“)
- **Administrative Hilfen** (z.B. zur Vereinsgründung)
- **Vorlagen für Sponsoren und Pressemappe**
- **Material zur Kampagnenplanung** und zur Evaluation
- eigener Bereich auf der **Homepage** ([www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de))
- Regelmäßige Informationen aus und **Bündnistreffen** in der Zentrale in Leipzig
- Beteiligung an **überregionalen Projekten**

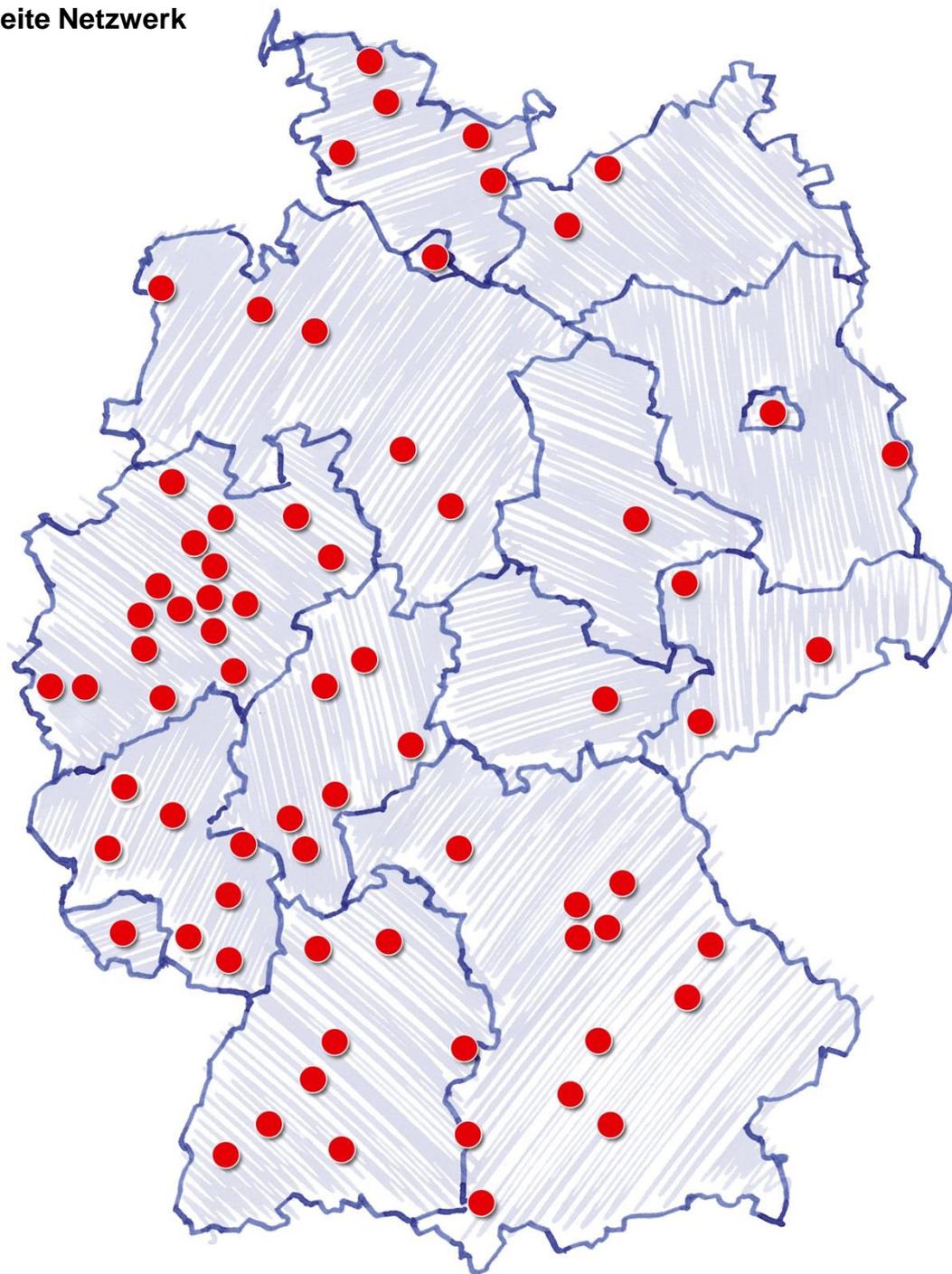
Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

# Deutsches Bündnis gegen Depression – das bundesweite Netzwerk

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 1 <u>Aachen</u>                      | 43 <u>Memmingen-Unterallgäu</u>                          |
| 2 <u>Alzey-Worms</u>                 | 44 München   |
| 3 Berlin                             | 45 Münster   |
| 4 Bernkastel-Wittlich                | 46 Neckar-Alb  |
| 5 Bochum                             | 47 Neckar-Odenwald-Kreis                                 |
| 6 Bonn/ Rhein-Sieg                   | 48 Nordhessen  |
| 7 Bremen                             | 49 Nürnberg  |
| 8 Cham                               | 50 Nürnberger Land                                       |
| 9 Darmstadt                          | 51 <u>Oberhausen</u>                                     |
| 10 <u>Dillingen</u>                  | 52 <u>Weser-Ems</u>                                      |
| 11 <u>Dithmarschen</u>               | 53 <u>Olpe-Siegen-Wittgenstein</u>                       |
| 12 Donau-Bodensee                    | 54 <u>Ostfriesland</u>                                   |
| 13 <u>Dortmund</u>                   | 55 Paderborn   |
| 14 Dresden                           | 56 Plauen/Vogtlandkreis                                  |
| 15 Duisburg                          | 57 <u>Kreis Plön</u>                                     |
| 16 Düren                             | 58 Recklinghausen  |
| 17 Düsseldorf                        | 59 Regensburg  |
| 18 Eisenhüttenstadt                  | 60 Rhein-Ahr-Wied  |
| 19 Erlangen                          | 61 Rhein-Hunsrück-Kreis                                  |
| 20 Essen                             | 62 Rhein-Neckar-Süd                                      |
| 21 <u>Flensburg</u>                  | 63 Rostock   |
| 22 Freiburg                          | 64 Saarland  |
| 23 Fulda                             | 65 <u>Schleswig-Flensburg</u>                            |
| 24 Fürth                             | 66 <u>Schwarzwald/Baar/Heuber-</u><br><u>Zollern-Alb</u> |
| 25 Göppingen                         | 67 <u>Schwerin</u>                                       |
| 26 Kreis Groß Gerau                  | 68 <u>Stadtroda-Thüringen</u>                            |
| 27 Gütersloh                         | 69 Kreis Steinfurt                                       |
| 28 Hamburg-Harburg                   | 70 Kreis Wesel   |
| 29 <u>Hanau</u>                      | 71 Würzburg  |
| 30 Hannover                          | 72 Wuppertal   |
| 31 <u>Heidenheim</u>                 | 73 <u>Hochsauerlandkreis</u>                             |
| 32 Herne                             | 74 <u>Rheinisch-Bergischer Kreis</u>                     |
| 33 <u>Hildesheim/ Peine/ Gifhorn</u> | 75 <u>Rottal-Inn</u>                                     |
| 34 <u>Ingolstadt</u>                 | 76 <u>Saalfeld-Rudolstadt</u>                            |
| 35 <u>Kaiserslautern/Westpfalz</u>   | 77 <u>Frankfurt am Main</u>                              |
| 36 <u>Kempten</u>                    | 78 <u>Görlitz</u>  |
| 37 <u>Landau-Südliche Weinstraße</u> |  |
| 38 Leipzig                           |  |
| 39 <u>Lübeck</u>                     |  |
| 40 Halle (Saale)                     |  |
| 41 Mainz                             |  |



# Ausweitungspartner in Europa - EAAD

STIFTUNG  
DEUTSCHE  
DEPRESSIONS  
HILFE

Finland



Joskus läsnäolo ja kuunteleminen on tarpeeksi, toisinaan tarvitaan innostajaa ja aloitteen tekijää... joka tapauksessa välittää ihmistä.

Kun olet huolissasi omasta tai läheisesi jaksamisesta, ammatillinen apu on lähelläsi terveyskeskuksissa, työterveysasemilla, perheneuvoloissa ja omaishdistyksissä.

POHJALAISET MASENNUSTALKOOT

[www.epshp.fi/masennustalkoot/](http://www.epshp.fi/masennustalkoot/)

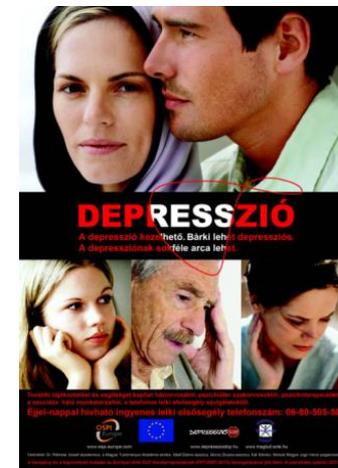
Italy



Te la invitiamo a unire il tuo nome alla campagna contro la depressione in Alta Adige

Elaborato da Sergio Catinelli e Stefania...

...e con la collaborazione di...



Hungary



Slovenia

Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

# Stiftung Deutsche Depressionshilfe



Nach Auslaufen des Kompetenznetzes Depression 2009 hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe die Nachfolge angetreten.

**Schirmherr:**  
Harald Schmidt

STIFTUNG  
**DEUTSCHE  
DEPRESSIONS  
HILFE**

## **Ziele:**

- Depression erforschen
- Betroffenen helfen
- Wissen weitergeben

**Seit 2014**

**Kooperation mit: Deutsche Bahn Stiftung**

**Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben**



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

## Kompetenznetz Depression

### Fortführung:

- Online  
Diskussionsforum
- Kinder- und  
Jugendforum
- Psychiatriekonsil



4-Ebenen-Aktionsprogramm



## Weiterentwicklung; neue Aktivitäten, Projekte & Forschung, z.B:

### Ebene 1:

- Hausarztstudie
- Schulung Betriebsärzte

### Ebene 2:

- Deutscher Patientenkongress  
Depression

### Ebene 3:

- Schulungen der Bahnhofsmissionen

### Ebene 4:

- Bundesweites Infotelefon Depression
- Selbstmanagement-Programm
- Psychosoziales Coaching  
Langzeiterwerbsloser

Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



+ Forschungszentrum Depression  
Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Weiterentwicklung;  
neue Aktivitäten, Projekte & Forschung,  
z.B:

Ebene 1:

- Hausarztstudie

## VERA-Studie

Bundesweite Studie zum Versorgungsverlauf bei Depression in Arztspraxen

### Erfassung aktueller, belastbarer und differenzierter Daten zur Versorgung unipolarer Depressionen in Arztpraxen (primärärztliche Versorgung)

- Beantwortung der Frage: Sind durch die Einführung der S3 Leitlinie (2009) in der Versorgung Veränderungen eingetreten (**Versorger, Patienten, Sektorenbezogene Schnittstellen**)?
- **Prävalenz** erkannter und unerkannter, behandelter und unbehandelter unipolarer Depression in Hausarztpraxen
- Gründe für Nicht-Erkennen und Nicht-Behandeln (**Leitlinienadhärenz**)
- **Determinanten des Störungs- und Behandlungsverlaufs** unipolarer Depressionen

# Studienregionen

Regionalatlas Deutschland  
Indikatoren des Themenb  
"Bevölkerung"

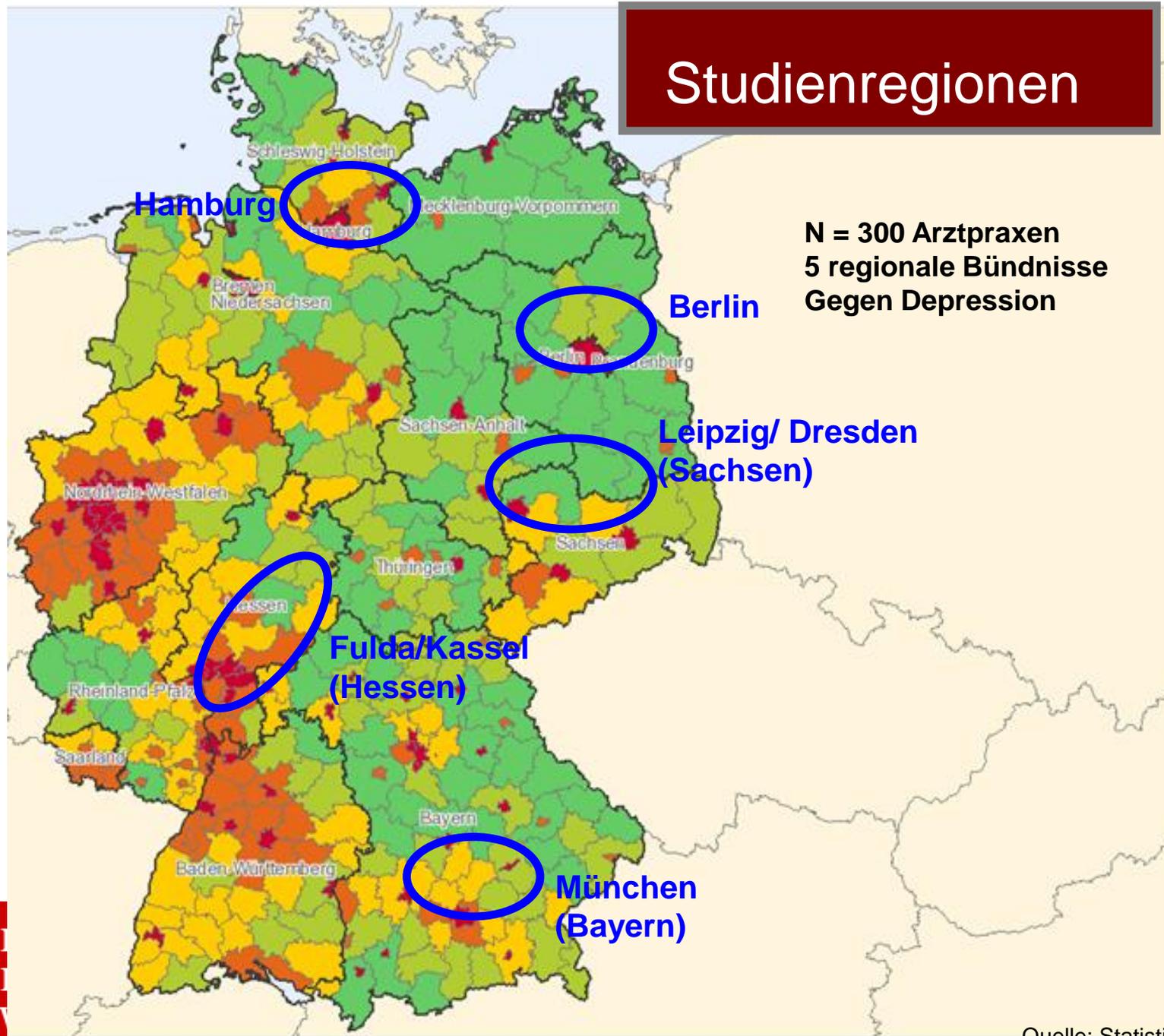
Bevölkerungsdichte (Einwoh  
[Anzahl])

Jahr: 2011

Kreise und kreisfreie Städte  
5 Klassen, gleiche Besetzung

Farbe	Wert [Anzahl]
	38,1 bis unter 107,3
	107,3 bis unter 155,3
	155,3 bis unter 280,2
	280,2 bis unter 868,1
	868,1 bis 4.435,1
	Keine Daten vorhanden
	Nicht selektiert

N = 300 Arztpraxen  
5 regionale Bündnisse  
Gegen Depression



**Weiterentwicklung;  
neue Aktivitäten, Projekte & Forschung,  
z.B:**

**Ebene 4:**

- Bundesweites Infotelefon Depression
- Selbstmanagement-Programm
- Psychosoziales Coaching  
Langzeiterwerbsloser



# Info-Telefon

# 0800 3344533



**beteiligte regionale Bündnisse gegen Depression:**

- Berlin
- Cham
- Freiburg
- Fulda
- Hamburg/Harburg
- Herne
- Hildesheim/Peine/ Gifhorn
- Kaiserlautern/Kusel/ Kirchheimbolanden
- Kreis Groß-Gerau
- Kreis Wesel
- Leipzig
- Mainz
- München
- Neckar-Odenwald-Kreis
- Nürnberg
- Olpe-Siegen- Wittgenstein
- Paderborn
- Rinteln (i.Aufbau)
- Saarland
- Würzburg

Quelle: Deutsches Bündnis gegen Depression e.V.

**Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben**



**Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

# Online-Selbstmanagement- Programm: „iFightDepression“



- EU-gefördertes Projekt in Kooperation mit 16 Ländern
- für Menschen mit leichteren Depressionen
- Zugang und Begleitung durch geschulte Hausärzte
- Keine Therapie
- steht in 2 Versionen zur Verfügung:
  - für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 15 und 24 Jahren
  - für Erwachsene ab 25 Jahre
- angepasste Länderversionen in 7 Sprachen



**Depression erforschen**  
**Betroffenen helfen**  
**Wissen weitergeben**



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

## WORKSHOP

1: Thinking, Feeling & Doing

2: Sleep and Depression

3: Planning and Doing Things  
That You Enjoy

4: Getting Things Done

5: Identifying Negative  
Thoughts

6: Changing Negative Thoughts

7: Feel Better All Round:  
Healthy Lifestyle

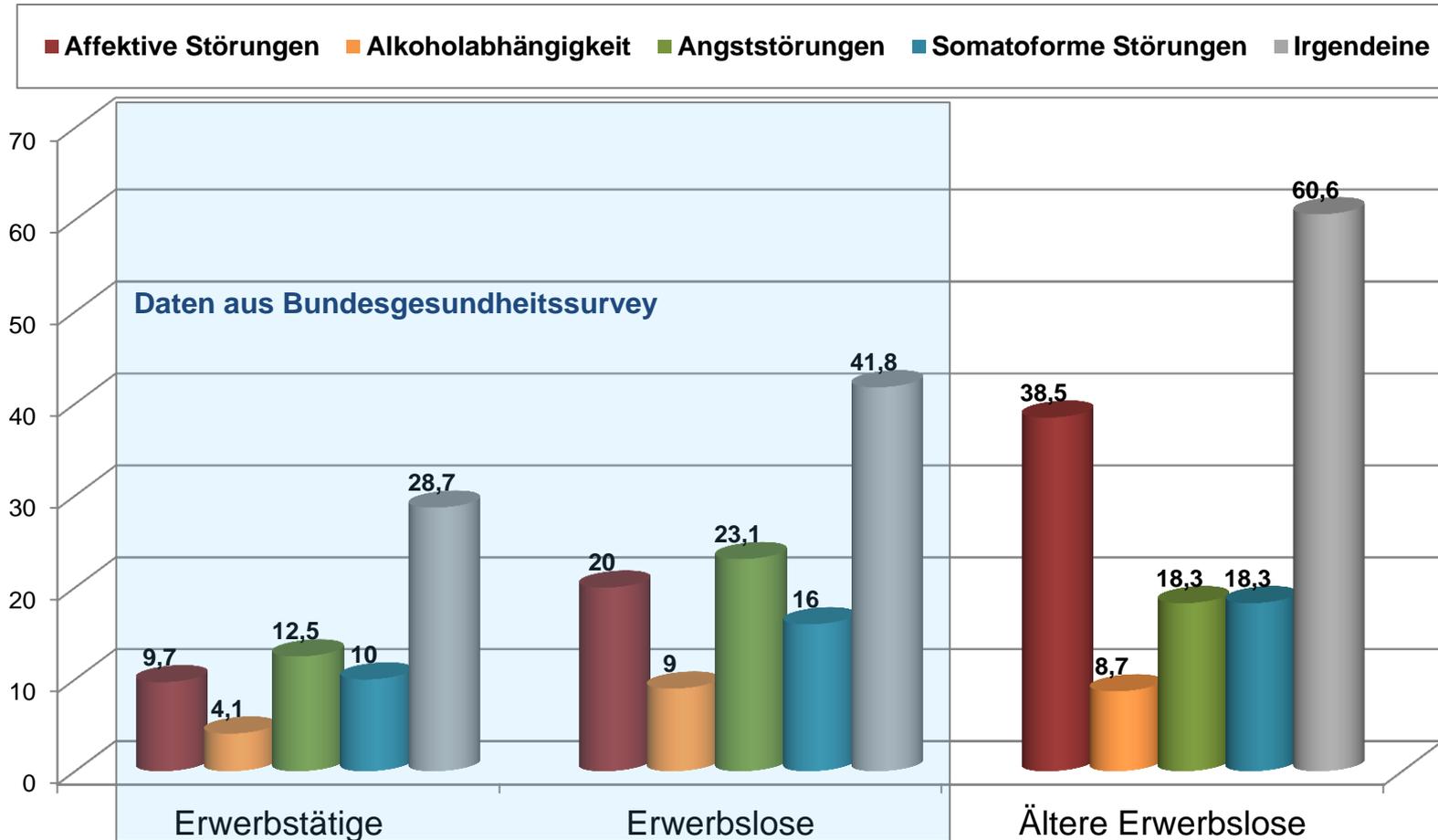
## YOUR PERSONAL MOOD SCORE DEVELOPMENT:



# Psychische Erkrankungen bei älteren Langzeitarbeitslosen: das „Psychosoziale Coaching“

Ein Kooperationsprojekt zwischen der Klinik und Poliklinik für  
Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Leipzig und dem  
Jobcenter Leipzig





Bundesgesundheitsurvey in Rose & Jacobi (2006); KompAQT Liwowsky, Mergl, Allgaier, Hegerl (2011)

## Ergebnisse aus München und Leipzig:

- Nur 19% aller LZA in München wurden behandelt
- Nur 6,5% aller LZA in Leipzig werden optimal (gem. AWMF-Leitlinien), die anderen suboptimal oder gar nicht behandelt<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Quelle: Quartalsbericht Psychosoziales Coaching II/2015

## Schulung Vermittlungsfachkräfte

Psychische Erkrankungen erkennen  
Kunden auf Probleme ansprechen  
Teilnahme am Projekt anbieten

## Der Weg im Psychosozialen Coaching

### Einzelgespräch Anamnese/Diagnostik

### Beratung

Psychoedukation  
Empfehlungen zur Behandlung  
Evtl. Rücksprache mit Vermittler

Teilnahme ist **freiwillig!**  
Keine Maßnahme sondern  
**niedrigschwelliges  
Angebot**

### Intervention

Kurzintervention  
Integration in Gruppenangebote  
Vermittlung in Behandlung

## Koordinationsstelle

unter dem Dach der  
Stiftung Deutsche  
Depressionshilfe zum Aufbau des  
Netzwerkes Psychosoziales  
Coaching.

Partner derzeit:

- Dortmund
- Hannover
- Hildesheim
- Marburg



## „Get-Up!“-Studie

- ambulant durchgeführte moderate Bettzeitverkürzung
- unterstützt durch eine eigens dafür programmierte Smartphone-App (»GET.UP!«)
- zusätzlich Aktometer (Messgerät zum Erfassen der Bewegungsaktivität), der die Bett- und Schlafzeiten registriert

## „Get Happy“

- Evaluation des Onlinetrainings von Eckart-von-Hirschhausen „Glück kommt selten allein“ hinsichtlich Nutzen und Akzeptanz mit Menschen mit leichter depressiver Erkrankung

## „Get Started“

→ Wirksamkeit und potentielle Nebenwirkungen eines online-basierten Selbstmanagement-Programms im Vergleich zu onlinebasierten Entspannungstraining bei Depression



Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben



Stiftung Deutsche Depressionshilfe

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

## Fragen?

Ines Heinz, Dipl.-Psych.  
**Projektleitung**

Deutsches Bündnis gegen Depression e.V.  
Simmelweisstraße 10  
04103 Leipzig

Tel: 0341 / 97-24 585  
E-Mail: [info@buendnis-depression.de](mailto:info@buendnis-depression.de)

PD Dr. Christine Rummel-Kluge  
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie  
**Geschäftsführerin**

Stiftung Deutsche Depressionshilfe  
Simmelweisstraße 10  
04103 Leipzig

Tel.: 0341/97-24493  
E-Mail: [info@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:info@deutsche-depressionshilfe.de)

### **Vorstandsvorsitzender:**

Prof. Dr. Ulrich Hegerl  
Tel.: 0341/97-24530

E-Mail: [Ulrich.Hegerl@medizin.uni-leipzig.de](mailto:Ulrich.Hegerl@medizin.uni-leipzig.de)

**Depression erforschen  
Betroffenen helfen  
Wissen weitergeben**



Stiftung Deutsche Depressionshilfe