

BLICKPUNKT: PSYCHOTHERAPEUTISCHE VERSORGUNG



Notstand in der Therapie-Komfortzone

Region Marburg gilt als überversorgt mit Psychotherapeuten – doch sind freie Plätze schwer zu finden

Etwa 180 Therapeuten in einem Gebiet mit rund 241 000 Einwohnern: Marburg-Biedenkopf gilt als überversorgt mit Psychologen. Menschen, die nach einem Therapieplatz suchen, bekommen eher einen anderen Eindruck.

Fortsetzung von Seite 1
von Carina Becker

Marburg. Rund 180 niedergelassene Psychotherapeuten bieten im Landkreis Marburg-Biedenkopf ihre Dienste an. Manche arbeiten in Teilzeit, so dass man von rund 120 Sitzungen ausgehen kann. Nach den Bedarfszahlen der Kassenzentralen Vereinigung, die die Sitze für die niedergelassenen Therapeuten vergibt, entspricht dies einer 325-Prozent-Versorgung für die Region – rund 40 Sitze würden zu einer 100-prozentigen Versorgung reichen.

Auf gut 2 000 Bewohner kommt im Landkreis jeweils ein psychotherapeutischer Sitz. Nach der Bedarfsplanung der Kassenzentralen Vereinigung Hessen, die zuletzt 2012 neu ausgelegt wurde, müsste in Marburg-Biedenkopf für rund 6 000 Einwohner jeweils nur ein Therapeut zur Verfügung stehen.

Die Bedarfsplanung passte die KV nach der letzten Neufassung 2007 zugunsten der Krankenversicherten an: Bis dahin ging man davon aus, dass auf knapp 8 400 Einwohner ein Therapeut kommen müsse.

Es sind Zahlen, die kaum einen Eindruck von der Realität geben. Es gibt im Landkreis deutlich mehr Psychotherapeuten als es die Richtwerte der KV vorsehen – und doch sind diese Therapeuten ausgelastet. So sehr, dass Menschen, die auf der Suche nach einem Behand-

lungsplatz sind, mitunter verzweifeln. „Man sollte sich auf ein Dutzend Anfragen bei verschiedenen Therapeuten einstellen, bis man einen Termin für ein Erstgespräch hat“, sagt der Marburger Diplom-Psychologe Roland Stürmer, der gemeinsam mit Diplom-Psychologin Hiltrud Kißler, ebenfalls Marburg, eine Arbeitsgruppe von hiesigen Psychologen leitet: mit dem Ziel, die Versorgung der Patienten zu verbessern.

Roland Stürmer (Privatfoto) arbeitet in Vollzeit als Psychologe – pro Quartal betreut er rund 70 Patienten. „Wöchent-



lich muss ich mindestens fünf Anrufern sagen, dass ich keinen freien Platz habe.“ Er berät diese Menschen, die auf der Suche sind. Informiert sie über die Homepage der Marburger Psychologen, auf der sich ein Großteil der Praxen mit detaillierten Informationen vorstellt. Und er rät dazu, bei der Suche die Geduld zu behalten. „Man muss sich klarmachen, dass eine Therapie eine langfristige Sache ist – deshalb können Therapeuten auch immer nur eine begrenzte Anzahl von Patienten aufnehmen. Oftmals laufen Therapien schließlich über mehrere Jahre.“

„Ein Drittel der Marburger lebt in Umbruchsituation“

Stürmer spricht von durchschnittlich gut einem Dutzend Anfragen, bis ein freier Therapeut gefunden ist. Vier bis sechs Wochen Wartezeit aufs Erstgespräch müssten Patienten einplanen, wenn sie in Marburg und Umland auf der Suche sind. Und dann muss es auch noch passen zwischen Patient und Therapeut. „Man kann ein, zwei, drei verschiedene Therapeuten aufsuchen – aber eigentlich funktioniert es auch, wenn man

sich erst einmal auf sein Gegenüber eingelassen hat“, sagt Stürmer und rät davon ab, die Suche nach einem Therapieplatz zu sehr mit der Frage „Passt es oder passt es nicht?“ zu belasten. „Wobei es schon ganz wichtig ist, dass es von der Atmosphäre her stimmt“, ergänzt Hiltrud Kißler (Privatfoto).

Marburg-Biedenkopf ist mit seiner hohen Therapeuten-Anzahl – gerade im Vergleich zu umliegenden Landkreisen – gut aufgestellt. „Wenn man in den Lahn-Dill-Kreis oder in die Region Schwalm-Eder schaut, wird einem das schnell klar – deshalb kommen auch viele Menschen von dort zur Behandlung bis nach Marburg. Ich habe Patienten, die von Dillenburg oder Siegen für ihre Therapiestunden herkommen“, berichtet Stürmer und verweist darauf, dass die meisten Therapeuten in Marburg-Biedenkopf ihren Sitz in der Universitätsstadt haben, „je weiter man von Marburg weggeht, je schlechter wird es“.

Doch ist Marburg auch in einer besonderen Situation, wie die beiden Therapeuten erläutern. Bei Menschen in Schwellen- und Umbruchsituationen treten häufiger Krisen auf – bei Studenten beispielsweise, die zwischen dem Jugend- und Erwachsenenalter stehen, oft erstmals herausgelöst sind aus ihrer Familie und an einem neuen Standort, in einer neuen Lebenssituation zurechtfinden müssen. „Also lebt quasi ein Drittel der Marburger Bevölkerung in einer klassischen Umbruchsituation“, bringt Roland Stürmer es auf den Punkt.

Die Universitätsstadt verfügt über zwei Psychiatristenstandorte – eine Entlastung für die niedergelassenen Psychologen? „Die Therapien beginnen in der Klinik und werden dann ambulant

fortgesetzt – also haben wir dadurch eher einen höheren Zulauf“, führt Stürmer aus, „zumal die Klinikaufenthalte immer kürzer werden“.

Die niedergelassenen Psychotherapeuten wollen die Versorgung der Patienten in der Region verbessern. Durch ihre gemeinsame Homepage beispielsweise, auf der sich bislang rund 100 von 180 Therapeuten mit ihren Praxen vorstellen. Und durch einen Bereitschaftsdienst niedergelassenen Psychotherapeuten, der seit knapp einem Jahr besteht. Entstanden ist er aus einer engeren Zusammenarbeit zwischen Psychologen und Hausärzten, gefördert durch die Ärztengegenossenschaft „Prima“.

Hausärzte vermitteln an Bereitschaftsdienst

„Durch den Bereitschaftsdienst haben Hausärzte die Möglichkeit, die Patienten, die dringend eine psychologische Behandlung benötigen, für ein Gespräch an uns zu vermitteln“, erklärt Hiltrud Kißler. Jeweils ein Therapeut übernimmt die Bereitschaft für jeweils eine Woche und garantiert über diesen Zeitraum, in dringenden Fällen einen Termin freizuräumen – für die 52 Wochen im Jahr haben sich auch 52 Therapeuten gefunden, die den Bereitschaftsdienst anbieten, ohne daran etwas zu verdienen. „Es gibt bislang keine Möglichkeit, diese Gespräche abzurechnen“, erklärt Kißler.

Auch wenn es sich dabei nur um einen einzelnen Gesprächstermin handele, sei dies schon hilfreich, führt Stürmer aus. Für die Hausärzte, weil sie in ihrer täglichen Arbeit entlastet würden. Und vor allem für die Patienten, weil möglicherweise schon eine erste Intervention helfen könne bei der Einordnung der psychischen Probleme und bei der Diagnose. „Manchmal kann dadurch sogar eine Langzeittherapie vermieden werden“, sagt Stürmer und nennt Panikattacken als Beispiel: Wenn das Panikverhalten eines Patienten mithilfe eines Therapeuten frühzeitig erkannt werde, könnten Patienten ihren Problemen möglicherweise auch schnell ein verändertes Verhalten entgegensetzen, bevor Paniksymptome chronisch werden.

Der Einsatz des Bereitschaftsdienstes ist dann gefragt, „wenn ein Patient so schlecht beieinander ist, dass er schnell und nicht erst nach wochenlangender Suche ein Therapeutengespräch benötigt“, erklärt Kißler. Der Hausarzt vermittelt solche Patienten an den Bereitschaftsdienst. Der Bereitschaftsdienst vermittelt, sofern möglich, an Therapeuten

mit freien Plätzen weiter oder gibt Tipps für die eigenständige Suche nach einem Therapieplatz. Errechnet anhand der zurückliegenden elf Monate betreuten die Psychologen im Bereitschaftsdienst pro Woche durchschnittlich sechs Fälle dieser Art.

„Erschöpfung, Depression und Ängste nehmen zu“

So gut die psychotherapeutische Versorgung in der Region vergleichsweise auch sein mag – die niedergelassenen Psychologen sehen auf Seite der Kassenzentralen Vereinigung die Notwendigkeit, den Bedarf neu zu ermitteln. Die KV sieht diese Notwendigkeit nicht, sie verweist darauf, dass die Grunddaten der Bedarfsplanung für die psychotherapeutische Versorgung zwar seit 1999 gelten, doch sollen sich die Verhältnisse mit der jüngsten Reform der Richtlinie im Jahr 2012 grundlegend geändert haben.

Die Psychologen bezweifeln gleichwohl, dass die Bedarfsplanung dem tatsächlichen Bedarf entspricht. So sprechen Stürmer und Kißler den Wandel in Gesellschaft und Arbeitswelt an – und die wachsende Zahl der psychischen Erkrankungen. „Erschöpfungszustände, Depressionen und Ängste nehmen zu“, erläutert Hiltrud Kißler. Stürmer begründet dies so: „Die persönlich zu verantwortenden Entscheidungen im Arbeitsalltag haben erheblich zugenommen. Und die Vernetzung mit Kollegen, die das gleiche am Arbeitsplatz tun, hat abgenommen“, erklärt er. Zudem führten über lange Zeiträume befristete Arbeitsverhältnisse und häufige Wechsel von Arbeitsstelle zu Arbeitsstelle dazu, dass Menschen schlechter planen und leben könnten, dass sie oftmals kaum eine Chance hätten, „festigende Faktoren“ wie Partnerschaft oder Familie aufzubauen. „Die, die weniger belastbar sind, geraten in große Not und sind gezwungen, ihre persönlichen Ressourcen anzugreifen“, sagt Psychologin Kißler.

Von Arzt zu Arzt – erst nach Jahren zum Therapeuten

Eine Therapie kann helfen, sich besser zu wappnen gegen Stress, eigene Ressourcen zu stärken, sie kann helfen, dass Menschen es lernen, Nein zu sagen und besser auf sich selbst achten. Wenn sie möglichst frühzeitig vom Hausarzt zur Psychotherapie überwiesen werden oder ihren Bedarf selbst erkennen. „Viele Menschen werden über Jahre hinweg bei Ärzten behandelt, bis sie überhaupt beim Psychotherapeuten ankommen“, bedauert Kißler.

HINTERGRUND

Bei den Krankschreibungen wegen psychischer Diagnosen verzeichnet die Techniker-Krankenkasse, die als größte Krankenkasse Deutschlands gilt, seit Jahren einen Anstieg. Jedem sechsten Fehltag in Hessen liegt inzwischen eine psychische Diagnose zugrunde. Das geht aus Daten des Gesundheitsreports der Techniker-Krankenkasse (TK) hervor.

Die Zunahme der Arbeitsunfähigkeitstage wegen psychischer Diagnosen betrug in Hessen im Jahr 2013 gegenüber dem Vorjahr 7,9 Prozent. Von den 14 Tagen, die jede bei der TK versicherte Erwerbsperson in Hessen im vergangenen Jahr durchschnittlich krankgeschrieben war, waren statistisch gesehen 2,2 Tage psychisch bedingt.

Für Stress unter den Berufstätigen sorgen nicht nur das Arbeitspensum, die ständige Erreichbarkeit und Überstunden, sondern auch die Verhältnisse, unter denen die Berufstätigen arbeiten, erklärt die TK. Laut ihrem Bericht leiden vor allem diejenigen unter psychischen Belastungen, die befristet, in Teilzeit oder in Leiharbeit beschäftigt sind, sowie diejenigen, die durch Familie und Beruf mehrere Rollen gleichzeitig erfüllen müssen. Die TK rät Unternehmen zu einer Investition in betriebliches Gesundheitsmanagement. Eine Krankschreibung aufgrund der Diagnose „Depression“ dauere im Durchschnitt 58 Tage. In einem Unternehmen mit 350 Beschäftigten fehlten jährlich fünf Mitarbeiter wegen dieser Diagnose. Lohnfortzahlung und Produktivitätsausfall verursachen erhebliche Kosten – ein gutes Gesundheitsmanagement koste das Unternehmen bedeutend weniger.

Durch eine Forsa-Umfrage ermittelte die TK im vergangenen Jahr, dass sich fast drei von zehn Befragten aus Hessen (28 Prozent) erschöpft fühlen, häufig oder dauerhaft das Gefühl haben, gestresst oder ausgebrannt zu sein. Die Zahl der verordneten Antidepressiva sei im Zeitraum von 2000 bis 2011 um das 2,8-fache angestiegen.

Während im Jahr 2000 im Durchschnitt auf jeden Versicherten 3,6 Tagesdosen Antidepressiva entfielen (Bundesdurchschnitt: 3,7), waren es 2011 pro Kopf sowohl in Hessen als auch bundesweit jeweils 10 Tagesdosen, geht aus dem Bericht der TK hervor. Die Kasse machte deutliche Unterschiede zwischen den Geschlechtern aus: Frauen bekämen mit 13,2 Tagesdosen fast doppelt so viele Antidepressiva verordnet wie Männer (7,9). Sie seien mit 2,2 Arbeitsunfähigkeitstagen auch länger krankgeschrieben als Männer (1,3).

Bei den Versicherten der AOK in Hessen sind die Zahlen alarmierend. Pressesprecher Riyadh Salhi spricht von einem Anstieg von 11,1 Prozent bei den psychotherapeutischen Behandlungen, die die AOK für ihre hessischen Versicherten bezahlt hat.

1,5 Millionen Hessen sind bei der AOK versichert – für 16 421 von ihnen übernahm die Kasse im vergangenen Jahr die Kosten für eine Psychotherapie. Vier Jahre zuvor waren es mit 12 843 AOK-Versicherten noch deutlich weniger Patienten, die eine von der Kasse genehmigte psychotherapeutische Behandlung beantragten. Von 2009 an stieg die Zahl kontinuierlich.

TIPPS FÜR DIE THERAPEUTENSUCHE

Wie gelingt die Suche nach einem Therapieplatz? Tipps der Psychologen Roland Stürmer und Hiltrud Kißler:

■ Begreifen, dass eine Therapie eine langfristige Sache ist – sie läuft über Monate oder Jahre, deshalb kann es auch einige Wochen oder Monate dauern, bis ein freier Platz gefunden ist.

■ Mit System suchen: Im Internet www.psychotherapie-marburg.de aufrufen und sich durch die Liste der Therapeuten klicken. Die Homepage, an der rund 100 der heimischen

Psychologen beteiligt sind, bietet viele nützliche Informationen. Therapeuten stellen sich dort mit Foto vor – eine gute Möglichkeit, um einen ersten Eindruck zu bekommen und zu entscheiden: „Will ich dort hingehen?“. Alternativ gibt's die Internetseite der Kassenzentralen Vereinigung unter www.arztsuche-hessen.de. Wer kein Internet hat, greift zu den Gelben Seiten oder bittet den Hausarzt um Unterstützung.

■ Dranbleiben: Psychologen sind mitunter schwer zu erreichen. Auf den Anruferantwort-

tern der Praxen werden die Telefonsprechzeiten angesagt. Am besten eine Liste anfertigen und diese Liste nach und nach abtelefonieren. Die Anruferantworter nutzen und die Therapeuten um Rückruf bitten.

■ Ein oder mehrere Erstgespräch(e) vereinbaren. Zwischen Patient und Therapeut muss es „passen“. Doch sollten Patienten sich nicht verzetteln von Erstgespräch zu Erstgespräch, sondern sich baldmöglichst auf einen Therapeuten einlassen.