

# Public Mental Health: Die psychische Gesundheit als öffentliche Aufgabe

Christine Romann

Mitglied Zentralvorstand FMH,  
Mitglied Zentralvorstand Public  
Health

Bei der Gründung der Weltgesundheitsorganisation kurz nach dem Ende des zweiten Weltkrieges hatten die Gründungsmitglieder die Ziele hochgesteckt. Die Verfassung der WHO, unterzeichnet am 22. Juli 1946 in New York, hält fest: «Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozia-

Mass, die Schwere der Störungen variiert beträchtlich. Das Spektrum reicht von einer wenige Tage dauernden depressiven Verstimmung bis zum Suizid, von der einmaligen Panikattacke bis zum Verlust der Arbeitsfähigkeit. Gerade Letzteres macht deutlich, welche enorme Bedeutung die psychische Ge-

## «Wer Gesundheitspolitik macht, muss Familienpolitik, Bildungspolitik und Sozialpolitik miteinbeziehen.»

len Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.» Angesichts der verheerenden Folgen des gerade überstandenen Krieges war das eine mutige Aussage. Etwas zurückhaltender hat sich Friedrich Nietzsche geäussert: «Gesundheit ist dasjenige Mass an Krankheit, das es mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nachzugehen.» Nietzsche wusste wovon er sprach, hatte er doch ein Leben lang mit Krankheiten zu kämpfen; auch das war also eine mutige Aussage! Während also die WHO die psychische Gesundheit gleichwertig neben die körperliche Gesundheit stellt – eine noch heute unerfüllte Forderung –, geht der krankheitserfahrene Philosoph einen Schritt weiter: Wie wir uns zu unserer Gesundheit verhalten, ist selber bereits Ausdruck unserer psychischen Gesundheit. Im gleichen Sinne weist auch der Satz von Gro Brundtland, damaliger Generaldirektorin der WHO auf die zentrale Bedeutung der psychischen Gesundheit hin: «There is no Health without mental Health».

Die epidemiologischen Zahlen zeigen allerdings auf, dass eine solchermassen wichtige psychische Gesundheit nicht selbstverständlich ist! Etwa jeder dritte bis vierte Mensch hat im Verlaufe des letzten Jahres eine psychische Störung erlitten, die Lebenszeitprävalenz psychischer Störungen ist gar 50%! Diese mehrfach erhobenen internationalen Zahlen lassen sich auch für die Schweiz bestätigen, auch hier gilt: jede/r Zweite ist im Verlaufe des Lebens irgendwann einmal von einer psychischen Störung betroffen. Psychische Störungen sind also nichts Seltenes, umso mehr erstaunt eigentlich die nach wie vor anhaltende Diskriminierung psychisch kranker Menschen! Nicht alle diese Störungen beeinträchtigen die betroffenen Menschen im gleichen

Mass, die Schwere der Störungen variiert beträchtlich. Das Spektrum reicht von einer wenige Tage dauernden depressiven Verstimmung bis zum Suizid, von der einmaligen Panikattacke bis zum Verlust der Arbeitsfähigkeit. Gerade Letzteres macht deutlich, welche enorme Bedeutung die psychische Gesundheit auch für die Volkswirtschaft eines Landes hat. Die hohe Prävalenz psychischer Erkrankungen und die gestiegenen Anforderungen an die psychische Belastbarkeit der Arbeitnehmenden führen zu hohen volkswirtschaftlichen Kosten, in der Schweiz sind es zur Zeit ca. 3% des BIP – damit stehen wir im OECD-Vergleich keineswegs schlecht da, Grossbritannien ist mit 4,5% an der Spitze.

Die psychische Gesundheit ist natürlich mehr als Arbeitsfähigkeit. Ob nun der Zustand vollständigen

**Das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz ist ein Zusammenschluss von Organisationen, Institutionen und Unternehmen, die sich für die psychische Gesundheit in der Schweiz engagieren. Das Netzwerk leistet einen Beitrag zur Verbesserung der psychischen Gesundheit der Schweizer Bevölkerung. Es bietet dafür eine Plattform für Akteure und ihre Massnahmen im Bereich der psychischen Gesundheit, insbesondere ihrer Förderung sowie der Prävention psychischer Erkrankungen.**

**Public Health Schweiz ist eine unabhängige nationale Organisation, welche die Anliegen der öffentlichen Gesundheit vertritt. Sie ist das themen- und disziplinenübergreifende gesamtschweizerische Netzwerk der Public-Health-Fachleute mit 649 Einzelmitgliedern sowie 107 Kollektiv- und 18 Gönnermitgliedern (Stand 2013). Sie ist die Interessenvertretung, die sich für optimale Rahmenbedingungen für die Gesundheit der Bevölkerung in der Schweiz engagiert und die Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträger fachlich unterstützt.**

christine.romann[at]bluewin.ch



psychischen Wohlergehens angestrebt wird oder ob man vorlieb nimmt mit eben demjenigen Ausmass an psychischer Versehrtheit, das noch ein befriedigendes Funktionieren ermöglicht – immer geht es darum, dass Menschen sich im Leben zurechtfinden wollen, die eigenen Lebensumstände mitgestalten möchten, dass sie gute Beziehungen brauchen, sozialen Austausch pflegen und Anerkennung finden möchten und – last but not least – dass sie genügend Freude am Leben haben wollen!

### «Was kann, was muss getan werden, um die psychische Gesundheit zu fördern und psychischen Erkrankungen vorzubeugen?»

Wir wissen heute viel über die Grundlagen psychischer Gesundheit, über die neurophysiologischen Mechanismen der Stressverarbeitung, über den Stellenwert von Bindungserfahrungen, darüber, wie wir lernen, uns selber beruhigen zu können und anderes mehr. Die Erkenntnisse lassen sich in einem Satz zusammenfassen: Wir brauchen beim Start ins Leben sichere Verhältnisse und eine anregende Umgebung. Von frühester Kindheit an ist unser Gedeihen eng verknüpft mit den Gegebenheiten, die wir vorfinden. Das lässt sich heute sehr konkret festmachen: Frühe Bindungserfahrungen entscheiden unter anderem darüber, welche Gene aktiviert werden und damit auch wie hormonelle Feedbackschlaufen in Gang kommen, die uns im späteren Leben zur Stressbewältigung zur Verfügung stehen müssen. Körper, Psyche und soziale Umwelt sind vom ersten Tag an eng miteinander verwoben und statten uns besser oder schlechter aus für die Fähigkeiten des späteren Lebens. Wer Gesundheitspolitik macht, muss Familienpolitik, Bildungspolitik und Sozialpolitik miteinbeziehen, muss eigentlich jede politische Entscheidung überprüfen in Bezug auf ihre Effekte auf unsere Gesundheit! Wir bleiben ein Leben lang eingebettet in einen engeren und weiteren sozialen Bezug, dessen Rahmenbedingungen zumindest zum Teil durch politische Prozesse gestaltet werden; ein Leben lang ist die psychische Gesundheit abhängig von biologischen, psychologischen, sozio-ökonomischen und kulturellen Faktoren.

Public-Health-Konzepte tragen dem Rechnung. Laut WHO ist Public Health (Öffentliche Gesund-

heit) «... ein soziales und politisches Konzept, das durch Gesundheitsförderung, Prävention und andere gesundheitsbezogene Interventionen auf Verbesserung von Gesundheit, Lebensverlängerung und Erhöhung der Lebensqualität von ganzen Bevölkerungen abzielt» (Definition der WHO, 1998). Das gilt in besonderem Masse auch für die psychische Gesundheit.

Was kann, was muss getan werden, um die psychische Gesundheit zu fördern und psychischen Erkrankungen vorzubeugen? Welche Rolle kann – und will – der Staat dabei spielen, welche Aufgaben kommen zivilen Organisationen zu? Welche Interventionen sind hilfreich für Familien, für die Schulen und in der Arbeitswelt? Welche Rolle kommt den Fachpersonen für psychische Störungen zu, was können Betroffene zur Diskussion um die Förderung der psychischen Gesundheit beitragen?

Diese und andere Fragen werden an der diesjährigen Konferenz von Public Health Schweiz – gemeinsam mit dem Netzwerk psychische Gesundheit Schweiz – diskutiert. Führende Fachleute aus dem In- und Ausland werden über die aktuelle Forschung berichten und sich mit praxisrelevanten Themen auseinandersetzen (s. Kasten). Die FMH wird wie jedes Jahr im Rahmen des Kongresses einen Workshop anbieten. Dieses Jahr werden uns fragen, wie es um die psychische Gesundheit von uns Ärztinnen und Ärzten selber steht und werden diskutieren, was getan werden kann, wenn es um diese Gesundheit nicht mehr gut bestellt ist.

#### Swiss Public Health Conference 2014 3. Netzwerktagung Psychische Gesundheit Schweiz

Am 21. und 22. August 2014 findet die Swiss Public Health Conference in den neuen Räumen der Fachhochschule Nordwestschweiz in Olten statt. Die Konferenz wird gemeinsam mit dem Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz durchgeführt und bildet gleichzeitig die «3. Netzwerktagung Psychische Gesundheit Schweiz». Die Konferenz richtet ein besonderes Augenmerk auf Fragen der sozialen Verteilung von psychischen Gesundheitsressourcen, von psychischen Belastungen und Krankheiten und auf die ökonomischen Aspekte von psychischer Gesundheit.

Early Bird Offer bis 15. Juni 2014  
[www.conference.public-health.ch](http://www.conference.public-health.ch)