

## Medienmitteilung

### Erfahrungen aus Schottland zeigen den Weg

## Depression: Mit Anti-Stigma-Kampagne Suizidrate senken

**Bern, 30. Mai 2011 – Die nationale Fachtagung «Depression: Stigma bekämpfen, Suizide vermeiden» der Werner Alfred Selo Stiftung brachte renommierte internationale Referenten – darunter Ärzte, Psychologen und Politiker – an einen Tisch. Anhand der schottischen Anti-Stigma-Kampagne «See me» wurde den anwesenden Entscheidungsträgern aus Politik und Wirtschaft aufgezeigt, wie Aufklärungsarbeit Depressions-Betroffenen helfen und Suizide verhindern kann. Es herrschte Konsens, dass es in der Schweiz eine fortschrittliche Strategie zu psychischer Gesundheit und eine nationale Informationskampagne braucht.**

Depression ist in der Schweiz nach wie vor ein Tabuthema, obwohl 20 Prozent der Bevölkerung mindestens einmal im Leben depressive Episoden erleben. Viele Depressive leiden neben ihrer Krankheit zusätzlich unter Stigmatisierung und Ausgrenzung, was zu Folgeerkrankungen führen kann. Dieses «Abstempeln» basiert oft auf Unwissen. «So entstehen diffuse Ängste, die den Boden für Vorurteile bereiten und Betroffene brandmarken», bedauert Stiftungsratspräsidentin Marylou Selo. Wie eine an der Tagung gezeigte repräsentative gfs-Umfrage der Werner Alfred Selo Stiftung aufdeckte, weiss die Schweizer Bevölkerung fast nichts über Ursachen, Symptome und Verläufe der verbreiteten Volkskrankheit.

### **Depression verstehen – Betroffene vom Joch des Stigmas befreien**

Referent Dr. med. Hans Kurt, Facharzt für Psychiatrie und Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, stellt klar: «Depression kann jeden treffen, es ist kein Zeichen von Willensschwäche. Psychische Erkrankungen gehören in den Bereich der Medizin. Es braucht Wissensvermittlung und Sensibilisierung, damit die Depression erkannt, rechtzeitig behandelt und so Schlimmeres verhindert werden kann.» Nicht behandelte Depressionen sind in der Schweiz der häufigste Grund für die jährlich 1'400 Suiziden. Zwei Drittel davon betrifft Männer, der Anteil Jugendlicher ist beträchtlich. Die Schweiz hat im europäischen Vergleich eine der höchsten Suizidraten.

### **Schottland macht's vor: Stigma abbauen mit nationaler Kampagne**

Ein Beispiel erfolgreicher Aufklärungsarbeit dokumentiert die seit Jahren laufende schottische Anti-Stigma-Kampagne «See me». Lanciert wurde sie vom schottischen Gesundheitsministerium in enger Zusammenarbeit mit Betroffenen-Organisationen und lokalen Gruppierungen, die ihre Durchschlagskraft erst ermöglichen haben. «Alle müssen am selben Strang ziehen», so Selo. Nicht nur hat sich die Einstellung der Allgemeinheit gegenüber psychisch Kranken markant verbessert. Die Evaluation der Kampagne hat gezeigt, dass die Suizide im landesweiten Schnitt kontinuierlich um über 10 Prozent abnahmen. Bei jungen Männern im Alter von 15-29 Jahren sank die Suizidrate gar um 40 Prozent.

### **Kostenfalle Depression**

Genauere Kosten der Depression sind nicht greifbar. Jüngste Studien schätzen die Gesamtkosten auf ca. CHF 4 Milliarden pro Jahr, wovon rund CHF 1 Milliarde auf rein medizinische Kosten entfällt. Hinzu kommen Kosten für IV, Reintegration und weitere Folgekosten. Diese Zahlen zeigen, dass sich durch Früherkennung und Prävention beträchtliche Summen für Behandlungs- und Folgekosten einsparen lassen.

### **Schweiz als «Entwicklungsland» punkto psychischer Gesundheit?**

An der Podiumsdiskussion herrschte Konsens, dass Aufklärungsarbeit zur Entstigmatisierung und Prävention psychischer Erkrankungen dringend vonnöten ist. «Die heutige Tagung hat gezeigt, dass Fachleute und Betroffene gemeinsam den

Weg pfaden», betont SP-Nationalrat Andy Tschümperlin. Mit seiner Motion «Wiedereingliederung durch Aufklärungskampagne über die psychischen Krankheiten» hat er den Stein auf politischer Ebene ins Rollen gebracht. «Es wird sich nun zeigen, ob mit dem Präventionsgesetz der nächste Schritt in die richtige Richtung getan wird.» Gemeinsam fordern die Betroffenen-Organisationen eine fortschrittliche Mental Health Policy in der Schweiz. Dabei müssen auch Bund und Kantone Verantwortung übernehmen, zum Beispiel bei der Finanzierung einer nationalen Aufklärungs-Kampagne. Marylou Selo bringt es auf den Punkt: «Hierzulande wird die psychische Gesundheit erschreckend vernachlässigt, auch punkto Suizidprävention ist die Schweiz ein Entwicklungsland. Ziel muss sein, dass die Schweiz, die auf so vielen Gebieten vorbildlich und führend ist, dies auch in Bezug auf die psychische Gesundheit wird.»

#### **Dokumentation der Fachtagung «Depression: Stigma bekämpfen, Suizide verhindern»:**

Die Referate und Hintergrundmaterial zur schottischen Anti-Stigma-Kampagne «see me» können heruntergeladen werden auf [www.selofoundation.ch](http://www.selofoundation.ch)

#### **Für weitere Informationen:**

Mark Bächer, Life Science Communication AG

Telefon +41 43 266 88 50 | Mobile +41 78 601 56 08 | E-mail [mark.baecher@lscom.ch](mailto:mark.baecher@lscom.ch)

#### **Über die Werner Alfred Selo Stiftung**

Die 1994 gegründete Werner Alfred Selo Stiftung (WASS) engagiert sich seit über 15 Jahren für die Erforschung und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen in den Bereichen Kopfschmerz, Depression und affektive Störungen. Ein besonderer Fokus liegt auf dem Zusammenhang zwischen **Depression** und **Kopfschmerz** (Komorbidität). Die Stiftung fördert Initiativen, die Betroffenen und ihrem Umfeld Hilfe zur Selbsthilfe bieten. Durch Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit leistet sie zudem einen wichtigen Beitrag zur Entstigmatisierung dieser weit verbreiteten Krankheitsbilder.

Die in Zug und New York City wohnhafte Diplomdolmetscherin Marylou Selo gründete die Stiftung in Gedenken an ihren Vater, den Schweizer Erz- und Metallhändler Werner Alfred Selo (1908 – 1993), der nach einem lebenslangen Leidensweg mit chronischer Migräne und Depression Suizid beging. Um anderen Betroffenen zu helfen, beschloss Marylou Selo – die selber an manisch-depressiven Störungen leidet – sich in der Schweiz für die Forschungsförderung auf dem Gebiet der Depression einzusetzen. Aus ihrem Anliegen, der Marginalisierung von psychisch Kranken entgegenzutreten und ihnen Gehör zu verschaffen, wurde ein Lebenswerk mit viel unentgeltlichem Engagement.

[www.selofoundation.ch](http://www.selofoundation.ch)