



SwissLife

Swiss Life Claims Days Herbstanlass 2024

Herzlich Willkommen!



Begrüßung
Andreas Hildebrand

Im Schatten der Erkrankung: Ein Perspektivenwechsel

Schlagzeilen

Angehörige psychisch Erkrankter

Die unsichtbaren Helfer brauchen mehr Hilfe

lie zerstört wird – bei Problemen leiden die Angehörigen mit

Familie muss in die Behandlung einbezogen werden

Quelle: www.nzz.ch, 06.01.2024

Quelle:

Übersehen und unterschätzt

«Ich

DIE FRAKTUR DER SEELE

psy

Was es bedeutet, wenn jemand in der Familie psychisch krank ist

sehen mit

«Ärztinnen und

Quelle:

Therapeuten

Angehörige von psychisch kranken Menschen

Sozialpsychiatrisches Zentrum

Auch du kennst jemanden, der depressiv ist – weisst du es auch?

er Angehörigen: «Ich konnte nicht verstehen, was ich wollte, es war falsch»

Kranker leidet

Quelle: www.bluewin.ch, 07.09.2024

www.nzz.ch, 20.03.2024

en

Angehörigen psychisch Erkrankter

, 29.03.2024

Informieren Sie die Psychiatrie persönlich
ging, informierte sie ihre Arbeitskollegen persönlich

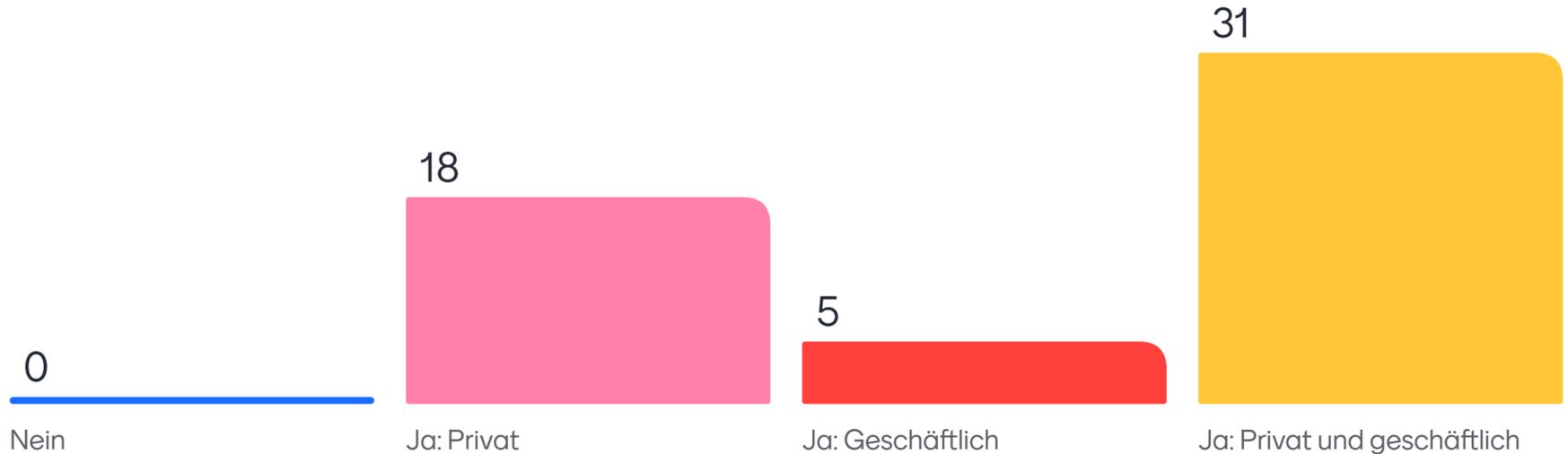
Quelle: www.tagesanzeiger.ch, 20.03.2024

Angehörige und Freunde als unsichtbare Helden

Quelle: www.blick.ch, 20.03.2024

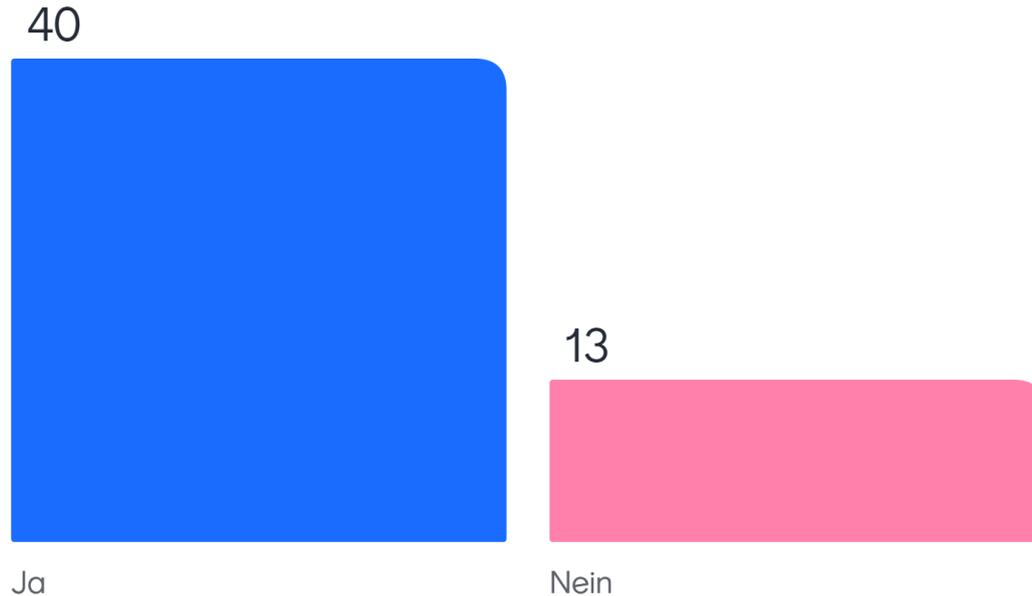
Mentimeter – Frage 1

Kennen Sie aus Ihrem Umfeld eine oder mehrere Personen, welche schon einmal psychisch erkrankt sind?



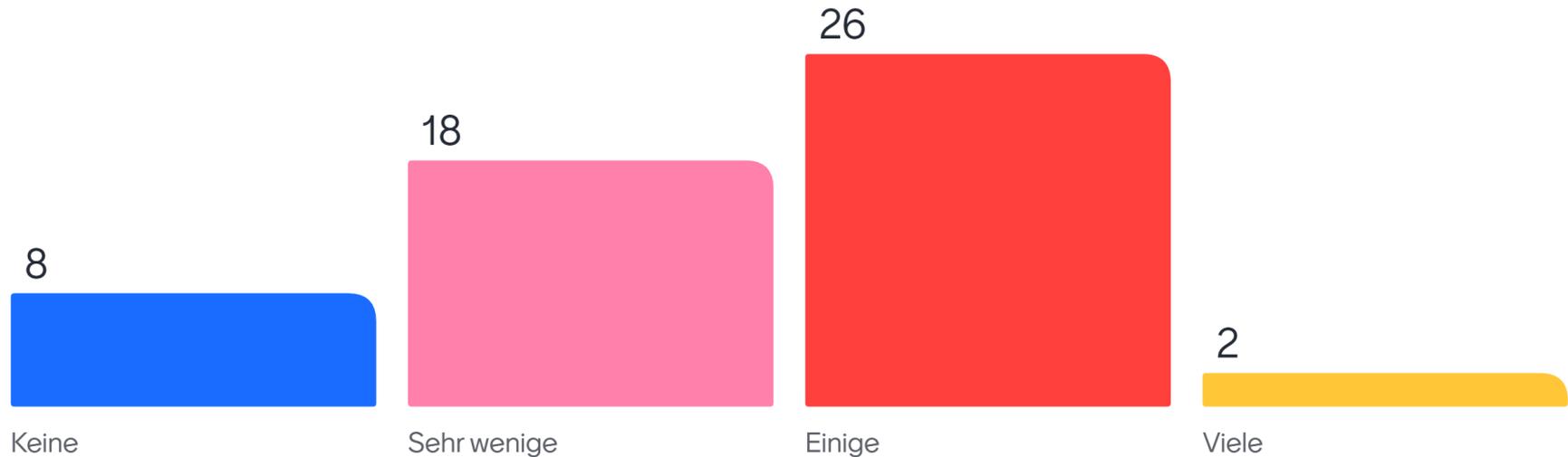
Mentimeter – Frage 2

Haben Sie sich jemals hilflos gefühlt, wenn jemand aus Ihrem sozialen Umfeld psychisch erkrankt ist?



Mentimeter – Frage 3

Wieviele spezifische Angebote zur angemessenen Unterstützung des sozialen Umfelds von psychisch erkrankten Personen kennen Sie?



Prgramm

- 08.30 Uhr **Begrüssung**
Andreas Hildebrand
- 08.45 Uhr **«Psychische Gesundheit in der Schweiz – Aktuelles, Entwicklungen und Risikofaktoren»**
Prof. Dr. Oliver Hämmig
- 09.25 Uhr **«Mittendrin, doch marginalisiert – Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen bereichern das System auf vielerlei Weise»**
Christian Pfister
- 10.05 Uhr Kaffee-Pause

Prgramm

- 08.00 Uhr Eintreffen der Gäste
- 08.30 Uhr **Begrüssung**
Andreas Hildebrand
- 08.45 Uhr «Psychische Gesundheit in der Schweiz – Aktuelles, Entwicklungen und Risikofaktoren»
Prof. Dr. Oliver Hämmig
- 09.25 Uhr «Mittendrin, doch marginalisiert – Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen bereichern das System auf vielerlei Weise»
Christian Pfister
- 10.05 Uhr Kaffee-Pause
- 10.35 Uhr «Vom Tabu zur Unterstützung: Die Situation Betroffener und Angehöriger am Arbeitsplatz»
Remo Schraner
- 11.15 Uhr Kurze Pause
- 11.30 Uhr **Podiumsdiskussion**
Teilnehmende: Prof. Dr. Oliver Hämmig, Christian Pfister, Eva Sager, Remo Schraner
Moderation: Dr. phil. Christine Wolfner
- 12.15 Uhr **Schlusswort**
Andreas Hildebrand
- 12.20 Uhr Lunch



Psychische Gesundheit in der Schweiz – Aktuelles, Entwicklungen und Risikofaktoren

Claims Days 2024: «Im Schatten der Erkrankung: Ein Perspektivenwechsel»,
26. Sept., Swiss Life Hauptsitz in Zürich



Mental Health – A Big and Bigger Issue...

Zahlreiche Berichte namhafter (inter-)nationaler Gesundheitsorganisationen fokussieren auf die psychische Gesundheit (BAG, OBSAN, WHO, CDC etc.)



„The (Swiss / Global) Mental Health Crisis“ ?

- Steckt die Schweiz bzw. die Schweizer Jugend oder gar die ganze (westliche) Welt in einer psychischen (post Covid-)Gesundheitskrise?

19. Juli 2024:

SWI swissinfo.ch

Swiss perspectives in 10 languages

Life & Aging >

Is Switzerland in a mental health crisis?



SRG SSR
dialogue

18. Januar 2024:

unicef
for every child

How to help

Who we are

What we do

Current

EN

Search

Search

Donate now

Mental health crisis for Switzerland's youth

18 January 2024

Five organizations – Association Romande CIAO, the Committee for UNICEF Switzerland and Liechtenstein, Pro Juventute, the Swiss Society for Public Health and the Swiss National Youth Council – joined forces today at the concluding activities of the Zukunftsrat U24 to tackle the issue of young people's mental health.

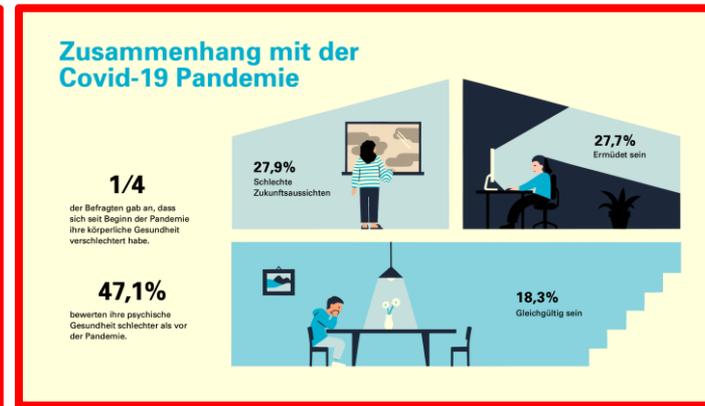
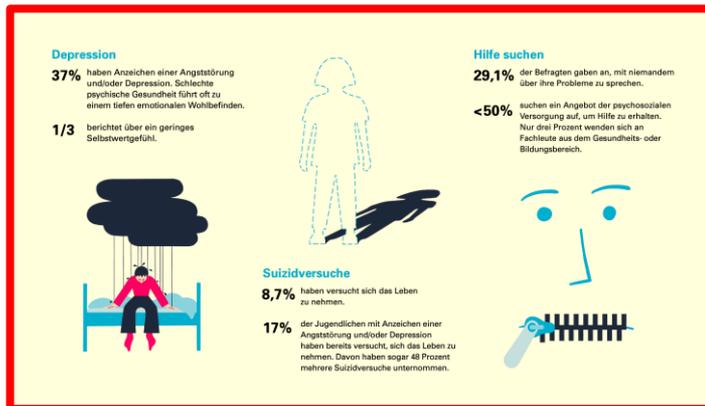


© UNICEF/UN0011617/Photo

Alarmierender Zustand von Teenagern

Studie von UNICEF Schweiz & Lichtenstein 2021 (N=1097)

- Mehr als Drittel (37%) der **14- bis 19-Jährigen** ist von **psychischen Problemen** betroffen
- Ein Sechstel (17%) zeigt Anzeichen einer **Angststörung** und/oder **Depression**
- Jede/r Elfte (9%) hat bereits einen **Suizidversuch** unternommen
- Verschlechterung der psychischen Gesundheit: **Post-Covid-Syndrom?**



Psychische Gesundheit – Zitate, Definitionen

- „Mental health is a state of mental well-being that **enables people to cope with the stresses of life**, realize their abilities, learn well and work well, and contribute to their community.“ (**WHO** 2001)
- „Mental health is **more than the absence of mental disorders**. (...) Mental health is determined by a complex interplay of individual, social and structural stresses and vulnerabilities.“ (**WHO** 2022)
- „Mental health includes our **emotional, psychological, and social well-being**. It affects how we think, feel, and act. It also helps determine how we handle stress, relate to others, and make healthy choices.“ (**CDC** 2024)
- „Die psychische Gesundheit umfasst Aspekte wie Wohlbefinden, Zufriedenheit, Selbstbewusstsein, Beziehungsfähigkeit, Alltagsbewältigung und Arbeitsfähigkeit.“ (**BAG** 2015)
- „Die psychische Gesundheit wird von einer **Vielzahl von Faktoren** beeinflusst. Diese können individueller Natur und/oder von sozialen Faktoren geprägt sein.“ (**BAG** 2015)



‘Facts and Figures’

Typische, universelle Phänomene bei (psychischer) Gesundheit

- «**The Gender Health Gap**»: Depressionen und Angststörungen sind häufiger bei ♀, Substanzkonsum, Unfälle und Suizide häufiger bei ♂
- **Morbiditäts-Mortalitäts-Paradoxon**: «Women are sicker, but men die quicker» (Reporting Bias ?)
- Verschlechterung der körperlichen Gesundheit mit dem Alter («Aging drives disease»), aber nicht gleichermassen der psychischen («Mental health improves with age»)
- Depressionen, Angststörungen und Schlafstörungen sind häufige psychische bzw. psychosomatische Erkrankungen im Alter
- Ein niedriger sozioökonomischer bzw. **sozialer Status** oder ein **sozialer Abstieg** (Statusverlust) geht mit schlechterer psychischer Gesundheit einher
- **Soziale Isolation** und konfliktive Sozialbeziehungen sind stark assoziiert mit psychischen Gesundheitsproblemen

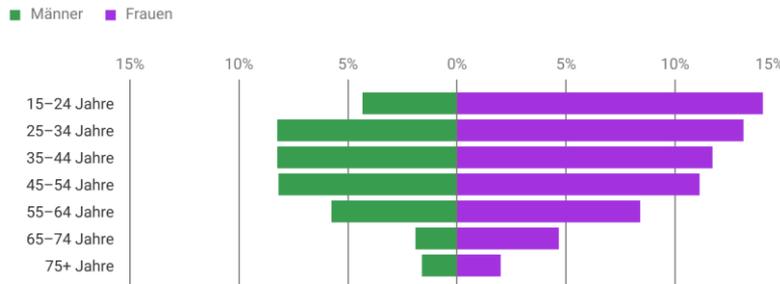
‘Morbiditäts-Mortalitäts-Paradoxon’

Beispiel: Psychische Probleme und (frühere) Suizidversuche erhöhen das Risiko für Suizide und sind deutlich häufiger bei Frauen
Dennoch ist die Suizidrate bei Männern deutlich höher.

ABER: Paradoxon (Geschlechterunterschied) war nicht immer da und verringert sich...

Behandlung infolge psychischer Probleme, 2022

Innerhalb von 12 Monaten; Bevölkerung ab 15 Jahren in Privathaushalten

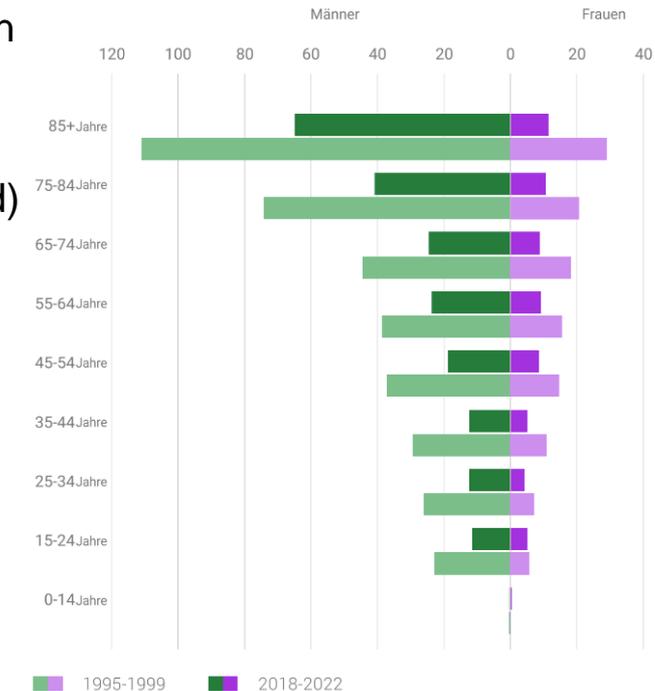


Datenstand: 31.01.2024

Quelle: BFS – Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB)

© BFS 2024

Suizid nach Alter und Geschlecht (ohne assistierten Suizid)
Pro 100 000 Einwohnerinnen und Einwohner



Quelle: BFS - Todesursachenstatistik (CoD)

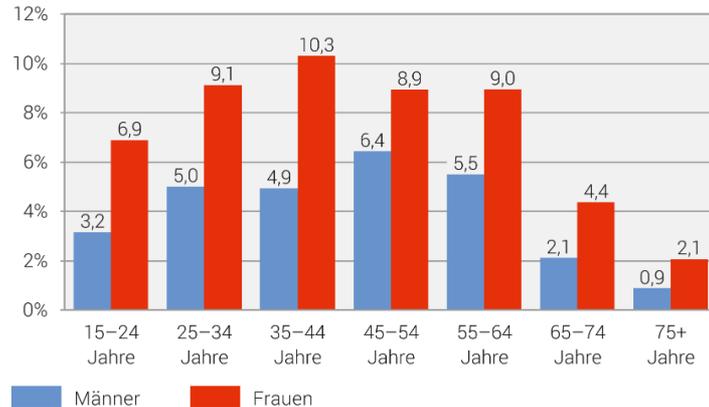
© BFS 2023

Psychische Gesundheit im Altersverlauf

Depression ist die häufigste psychische Erkrankung hierzulande. Das Risiko einer schweren Depression nimmt mit zunehmendem Alter stetig ab. Ernst-hafte psychische Probleme, die einer psychiatrischen oder psychologischen Behandlung bedürfen, nehmen im Altersverlauf zunächst zu, um dann ab der Lebensmitte aber kontinuierlich abzunehmen.

Behandlung infolge psychischer Probleme, 2017

Behandlungen innerhalb von 12 Monaten. Bevölkerung in Privathaushalten ab 15 Jahren

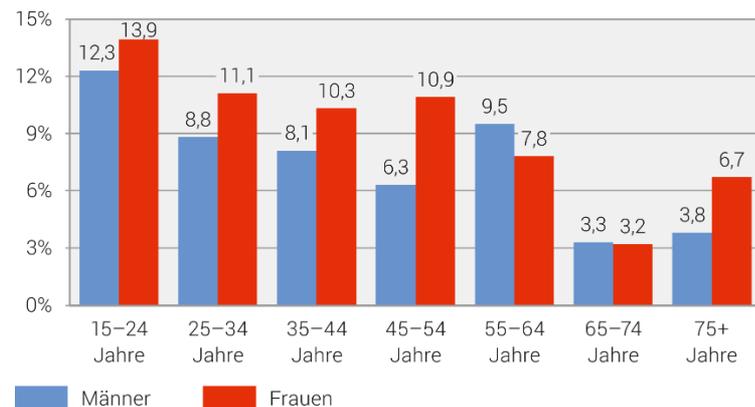


Quelle: BFS – Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB)

© BFS 2018

Major Depression, 2017

Personen mit einer mittleren bis schweren Depression;
Bevölkerung ab 15 Jahren in Privathaushalten



Quelle: BFS – Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB)

© BFS 2019

Sozialstatus und (psychische) Gesundheit

- Ein niedriger sozialer Status ist ein **grosses Gesundheitsrisiko**.
- Vor allem auch die **psychische Gesundheit** «leidet» bei tiefem Sozialstatus. Statusniedere Personen weisen gegenüber statushöheren eine deutlich **erhöhte Prävalenz für psychische Belastungen und Depressionen** auf.

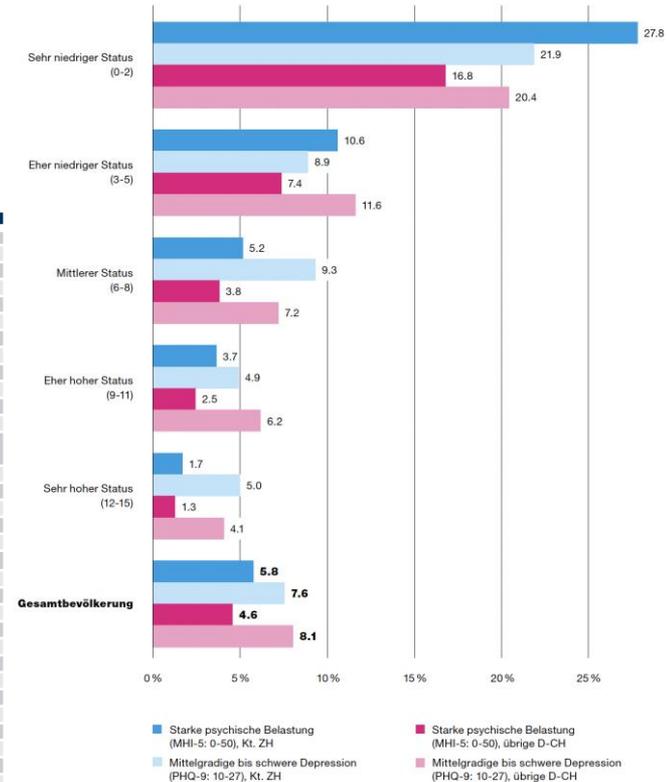


Bildungsniveau		
Geringes Niveau (1-6)		0
Mittleres Niveau (7-9)		1
Höheres Niveau (10-14)		2
Hohes Niveau (15-18)		3
Höchstes Niveau (19-20)		4
Einkommen		
Sehr gering (CHF <1500)		0
Gering (CHF 1500-4000)		1
Mittel (CHF >4000-6500)		2
Hoch (CHF >6500-9000)		3
Sehr hoch (CHF >9000)		4
Berufsposition		
Nichtwerbstätig, selbständigerwerbend oder in Ausbildung		0
Ohne Vorgesetztenfunktion		0
Mit Vorgesetztenfunktion		1
Mitglied der Direktion / GL		2
Berufsprestige		
Nichtwerbstätig		0
Sehr geringes Prestige (ISCO 8-9)		0
Geringes Prestige (ISCO 6-7)		1
Mittleres Prestige (ISCO 3-5)		2
Hohes Prestige (ISCO 1-2)		3
Erwerbsstatus		
Arbeitslos		0
Nichtwerbstätig		1
Erwerbstätig		2
Sozialstatus		
Sehr niedriger Status		0-2
Eher niedriger Status		3-5
Mittlerer Status		6-8
Hoher Status		9-11
Sehr hoher Status		12-15

Abb. 2.5.2

Psychische Gesundheit nach Sozialstatus

25- bis 64-Jährige, Kanton Zürich (N=1'364) und übrige Deutschschweiz (N=6'446)



Statusverlust und (psychische) Gesundheit

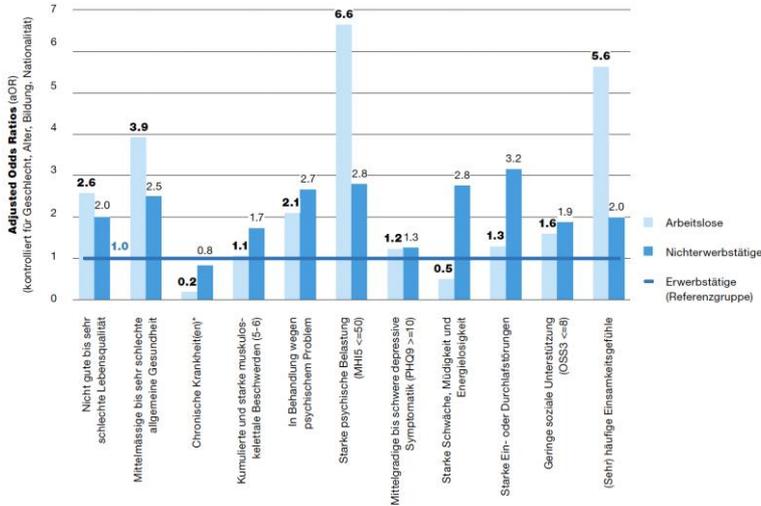
- Ein sozialer Abstieg bzw. Statusverlust etwa infolge von (Langzeit-) **Arbeitslosigkeit** oder **Überschuldung** wirkt sich besonders nachteilig auf die (psychische) Gesundheit aus.
- Die **Gesundheitsrisiken** von Arbeitslosen und Überschuldeten sind im Vergleich mit Erwerbstätigen und Nicht-Überschuldeten **deutlich erhöht**.



Hämmig 2022

Abb. 4.1.2

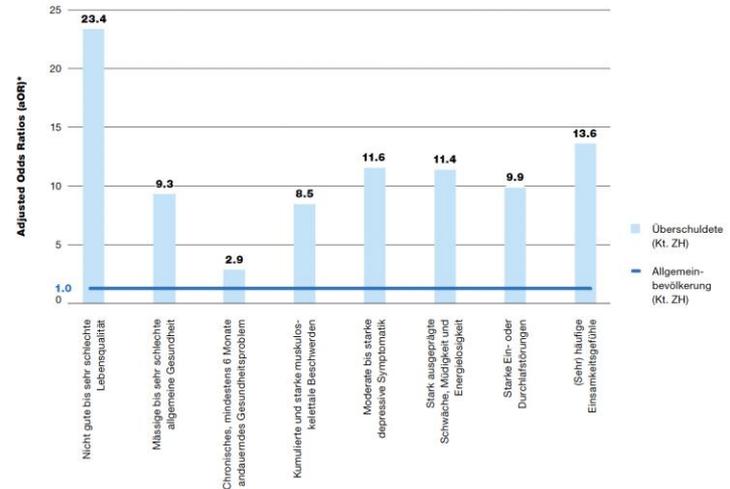
Gesundheitsrisiken von Arbeitslosen (und Nichterwerbstätigen)
im Alter von 18 bis 64 Jahren und im Vergleich mit gleichaltrigen Erwerbstätigen, Kanton Zürich (N=1'503)



*Erfasste und aufsummierte chronische Krankheiten: Arthrose/Arthritis, Osteoporose, chronische Bronchitis/COPD, Herzinfarkt, Schlaganfall, Krebskrankung, Diabetes

Abb. 4.2.2

Gesundheitsrisiken von Überschuldeten im Kanton Zürich
im Vergleich mit der Allgemeinbevölkerung



*kontrolliert für Geschlecht, Alter, Nationalität, Zivilstand, Bildung, Einkommen, Erwerbsstatus (fett markierte Odds Ratios = statistisch signifikant)

Soziale Isolation und (psychische) Gesundheit

- Eine geringe soziale Integration ist ein **grosses Gesundheitsrisiko**.
- Es besteht eine klare **Dosis-Wirkungs-Beziehung** zwischen dem Grad der sozialen Integration bzw. Isolation und der (psychischen) Gesundheit.

Abbildung 3.7

Gesundheitsprobleme nach dem Grad sozialer Integration, Kanton Zürich (SGB 2012)

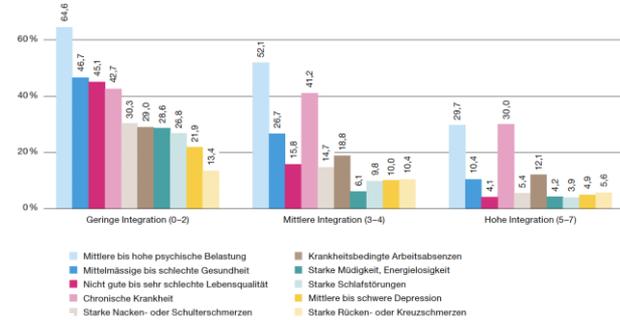
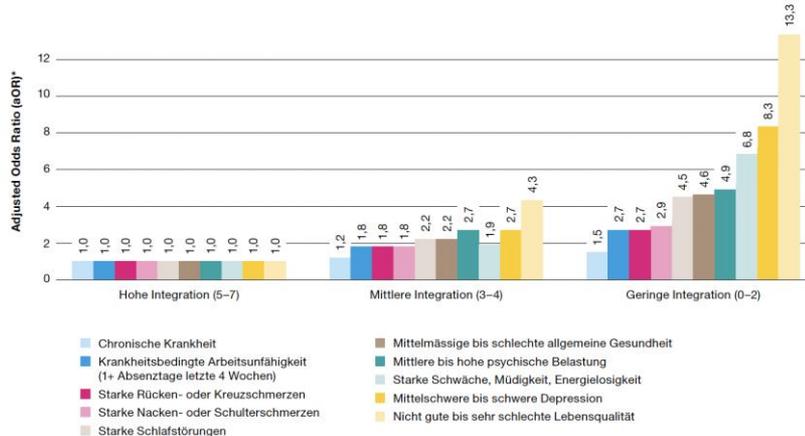


Abbildung 3.8

Gesundheitsrisiken nach dem Grad sozialer Integration, Kanton Zürich (SGB 2012)



* für Alter, Geschlecht und Bildung kontrolliert; ungewichtete Daten



Hämig
2016

Sozialbeziehungen und (psychische) Gesundheit

- (Häufige) **Einsamkeitsgefühle** sowie (kumulierte) **Gewalt- und Diskriminierungserfahrungen** gehen genauso mit vermehrten bzw. **multiplen (psychischen) Gesundheitsproblemen** einher wie mangelnde soziale Unterstützung und eine **geringe soziale Integration**.



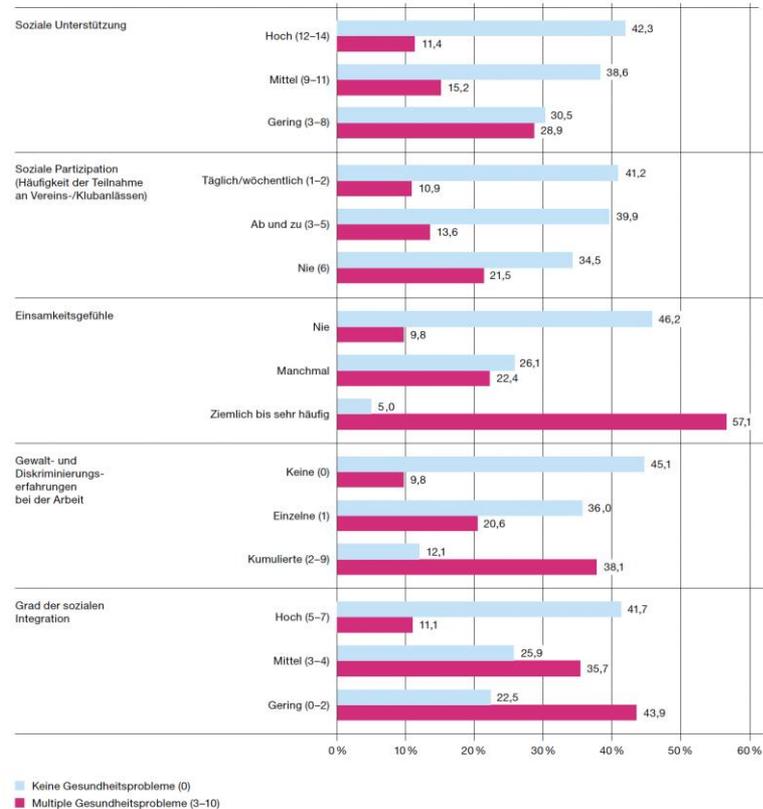
Hämmig
2016

	Score	Mann	Frau	Total N: 21	Total Übergang D: 21
Allgemeine Lebensqualität					
Gut bis sehr gut (1-2)	0	93,1%	91,7%	92,4%	93,9%
Weder noch bis sehr schlecht (3-5)	1	6,9%	8,3%	7,6%	6,1%
Allgemeine Gesundheit					
Gut bis sehr gut (1-2)	0	88,1%	83,0%	85,5%	86,4%
Mittelmässig bis sehr schlecht (3-5)	1	11,9%	17,0%	14,5%	13,6%
Chronische Krankheit/langdauerndes Gesundheitsproblem					
Nein	0	76,6%	64,8%	67,6%	67,6%
Ja	1	23,4%	35,2%	32,4%	32,4%
Arbeitsfähigkeit (Job, Haushalt)					
Keine Absenktage letzte 4 Wochen (2)	0	88,1%	84,8%	86,4%	88,0%
Einen oder mehrere Absenktage (1+)	1	11,9%	15,2%	13,6%	12,0%
Rücken- oder Kniebeschmerzen					
Überhaupt nicht oder ein bisschen	0	95,7%	91,0%	93,3%	93,1%
Stark	1	4,3%	9,0%	6,7%	6,9%
Nacken- oder Schulterschmerzen					
Überhaupt nicht oder ein bisschen	0	95,0%	89,6%	92,2%	92,2%
Stark	1	5,0%	10,4%	7,8%	6,8%
Allgemeine Schwäche, Müdigkeit, Energielosigkeit					
Überhaupt nicht oder ein bisschen	0	98,9%	91,8%	94,3%	94,7%
Stark	1	3,1%	8,2%	5,7%	5,3%
Einschlaf- oder Durchschlafstörungen					
Überhaupt nicht oder ein bisschen	0	96,1%	92,6%	94,3%	94,5%
Stark	1	3,9%	7,4%	5,7%	5,5%
Psychische Gesundheit (PHQ-9)					
Keine oder geringe Belastung (0-10)	0	71,5%	59,5%	65,4%	69,5%
Mittlere bis starke Belastung (11-30)	1	28,5%	40,5%	34,6%	30,5%
Depression (PHQ-9)					
Keine bis leichte (1-2)	0	94,1%	93,5%	93,8%	94,7%
Mittelschwere bis schwere (3-5)	1	5,9%	6,5%	6,2%	5,3%
Multiple Gesundheitsprobleme (Multimorbidität)					
Keine Gesundheitsprobleme	0	44,3%	32,7%	38,5%	42,4%
Wenige Gesundheitsprobleme	1-2	44,0%	48,1%	46,0%	42,8%
Viele/multiple Gesundheitsprobleme	3-10	11,7%	19,1%	15,4%	14,8%

Quelle: Prof. Dr. Oliver Hämmig, Schweizerische Gesundheitsbefragung 2012 (gesundheit.ch/GesB12)

Abbildung 3.10

Anzahl Gesundheitsprobleme nach sozialen Beziehungen, Kanton Zürich (SGB 2012)



Status Quo und Trend

Daten, Indikatoren und Prädiktoren

- Datengrundlage: **Schweizerische Gesundheitsbefragung 2022** (und SGB 2007-2017)
- Indikatoren für psychische Gesundheit:
 - **Energie und Vitalität** (EVI-4)
 - **Psychische Belastung** (MHI-5)
 - **Depressive Symptomatik** (PHQ-9)
 - **Generalisierte Angststörung** (GAD-7)
 - In Behandlung wegen psychischem Problem
 - Depression (diagnostizierte bzw. selbstberichtete Krankheit)
 - Angststörung (diagnostizierte bzw. selbstberichtete Krankheit)
 - **Einsamkeitsgefühle**
- Einfluss- bzw. Risikofaktoren:
 - Geschlecht (Gender), Alter, Bildungsniveau, Sprachregion, Migrationshintergrund, Erwerbsstatus



Schweizerische
Gesundheitsbefragung 2022
Übersicht

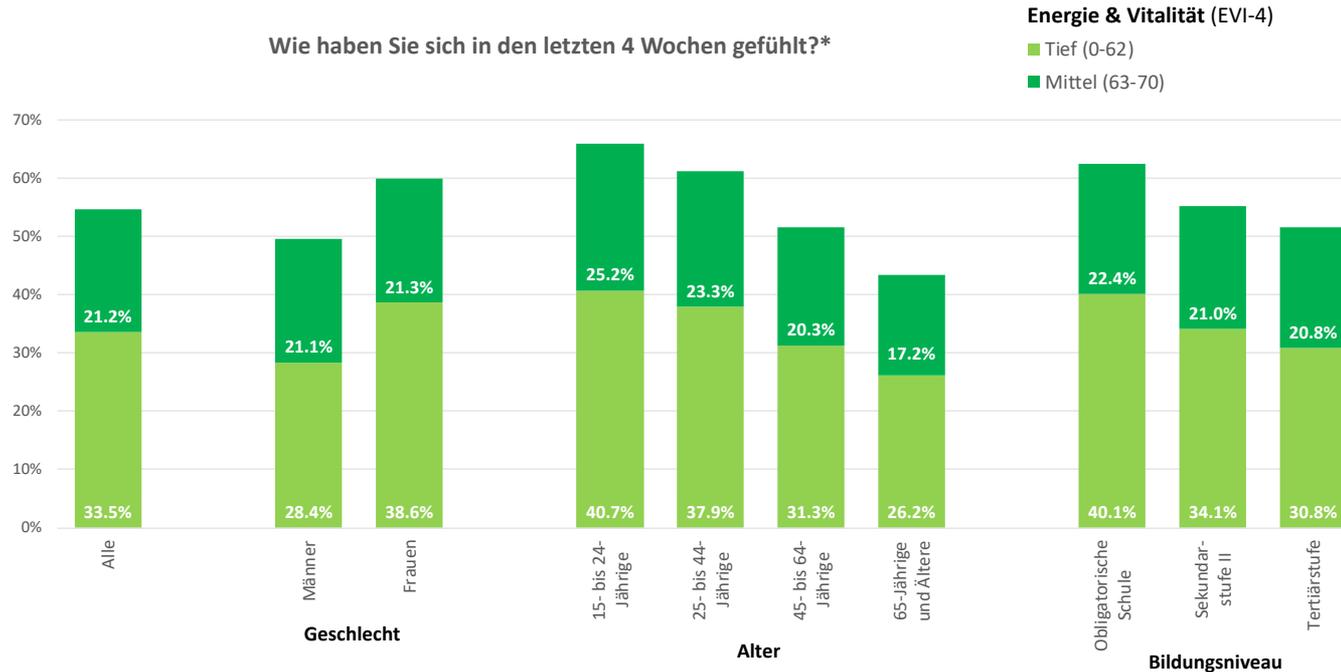
Psychische Gesundheit in der Schweiz

Unterschiede nach Geschlecht, Alter und
Bildung



Psychische Gesundheit in der Schweiz

(Mangelnde) Energie und Vitalität



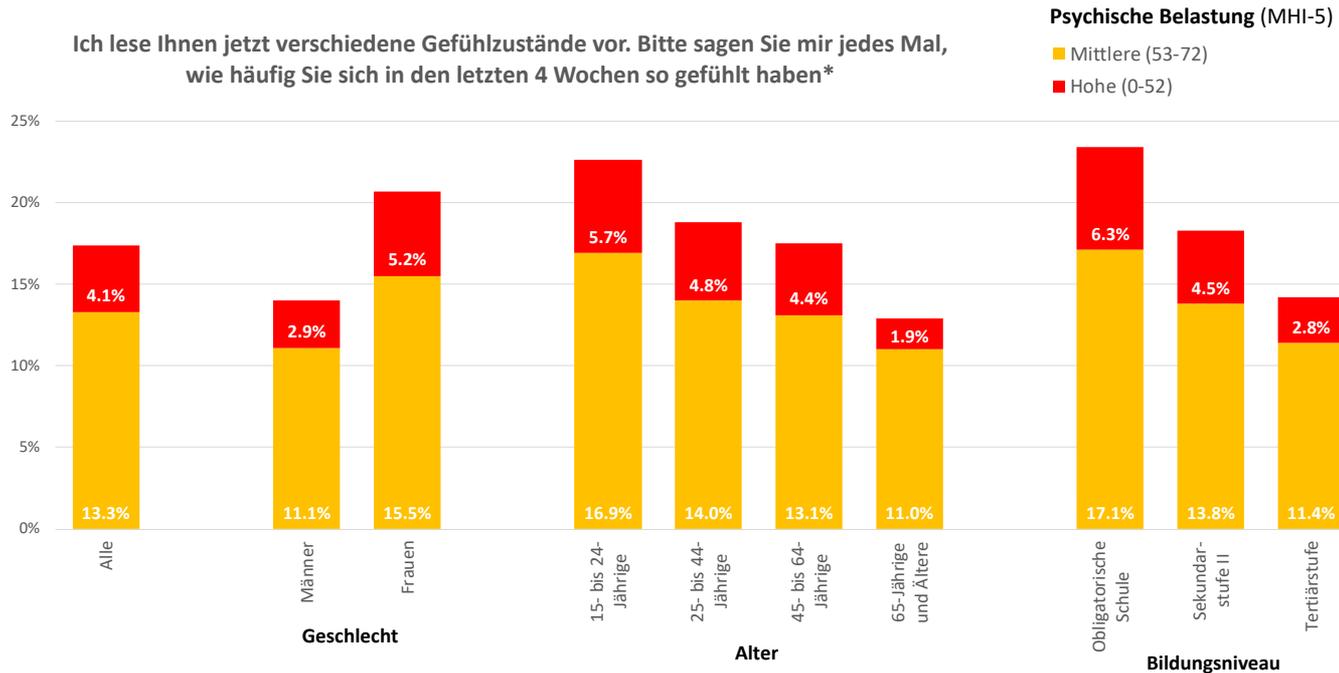
Datenquelle: SGB 2022

*4 Fragen/Items (EVI-4): a) Voller Leben b) Voller Energie c) Erschöpft d) Müde; Antwortskala: Immer (6/1), Meistens (5/2), Manchmal (3.5), Selten (2/5), Nie (1/6); Berechnung Index: ((Summe - 4)*100) / 20

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Belastung

Ich lese Ihnen jetzt verschiedene Gefühlzustände vor. Bitte sagen Sie mir jedes Mal, wie häufig Sie sich in den letzten 4 Wochen so gefühlt haben*

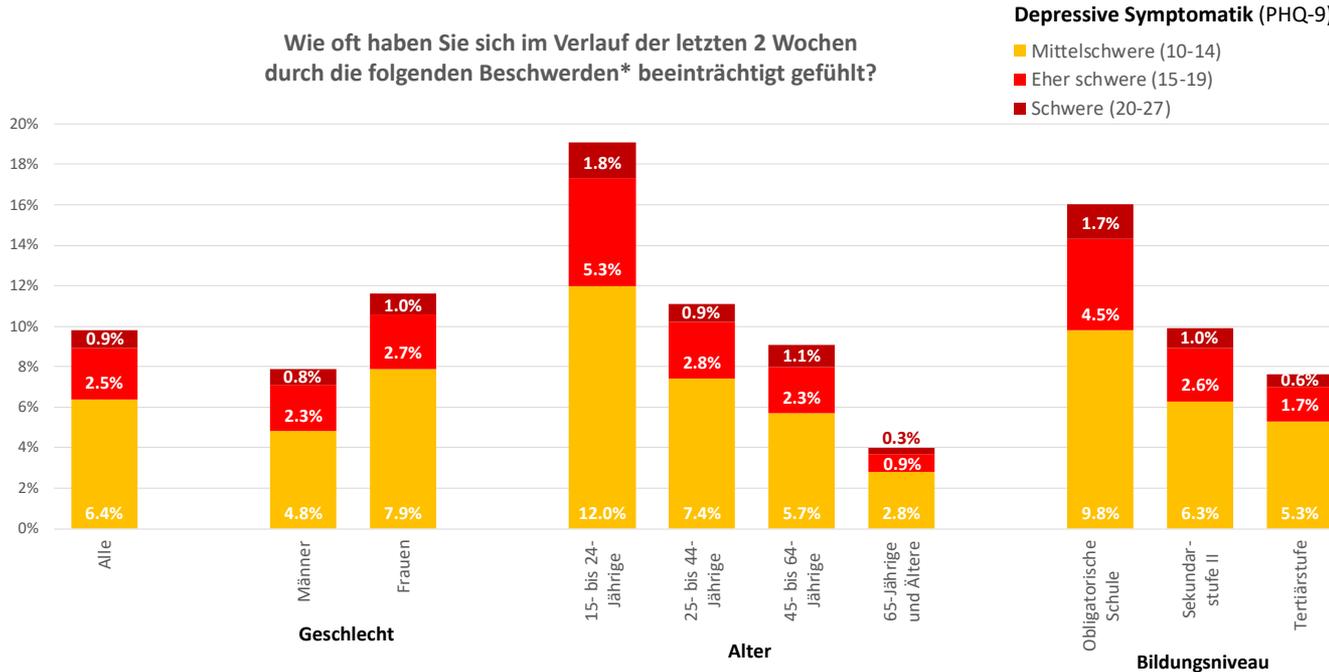


Datenquelle: SGB 2022

*5 Fragen/Items (MHI-5): a) Sehr nervös b) So niedergeschlagen oder verstimmt, dass Sie nichts hat aufmuntern können c) Ruhig, ausgeglichen und gelassen d) Entmutigt und deprimiert e) Glücklich; Antwortskala: Immer (4/0), Meistens (3/1), Manchmal (2), Selten (1/3), Nie (0/4)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Depressive Symptomatik (Depressivität ≠ Depression)

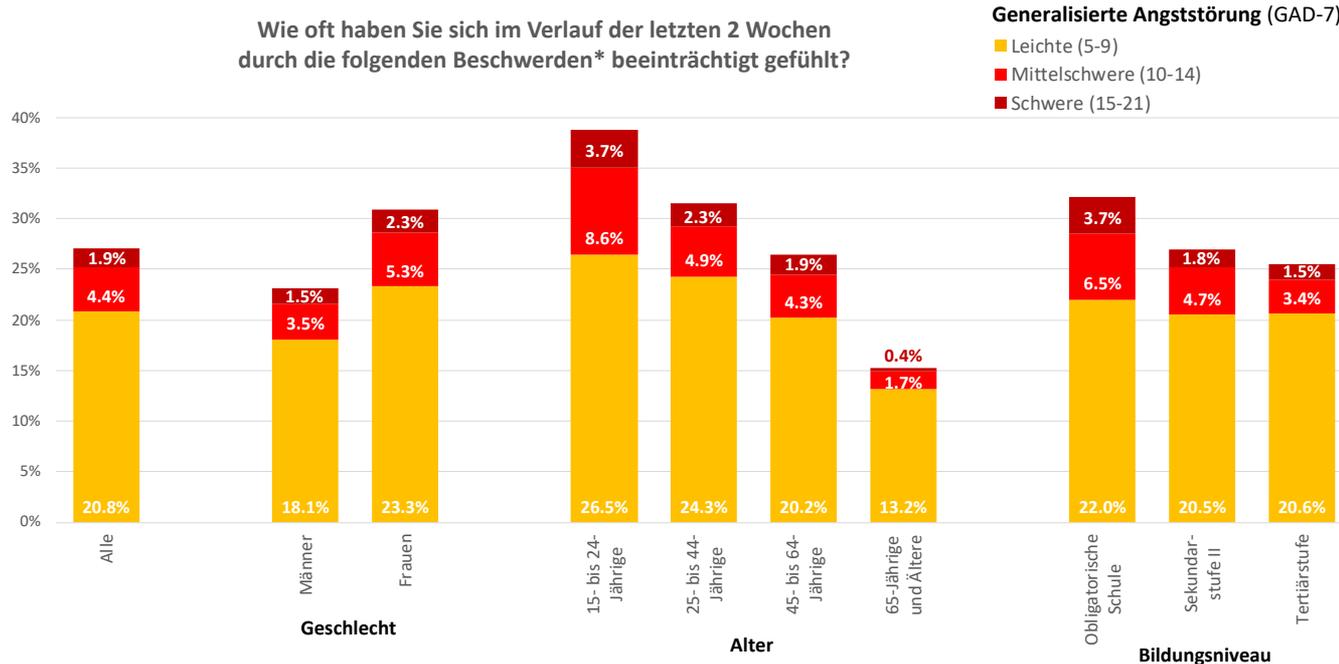


Datenquelle: SGB 2022

*9 Fragen/Items (PHQ-9): a) Interesse-/Freudlosigkeit b) Niedergeschlagenheit, Schwermut oder Hoffnungslosigkeit c) Ein-/Durchschlafprobleme oder vermehrter Schlaf d) Müdigkeit oder Gefühl der Energielosigkeit e) Appetitlosigkeit oder übermässiger Appetit f) Gefühl des Versagens oder Familie enttäuscht zu haben g) Konzentrationsprobleme h) verlangsamte Bewegungen bzw. Sprache oder Ruhelosigkeit und übermässiger Bewegungsdrang i) Gedanken an Tod oder Selbstschädigung; **Antwortskala:** *Überhaupt nicht (0), An einzelnen Tagen (1), An mehr als der Hälfte der Tage (2), Beinahe jeden Tag (3)*

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Generalisierte Angststörung

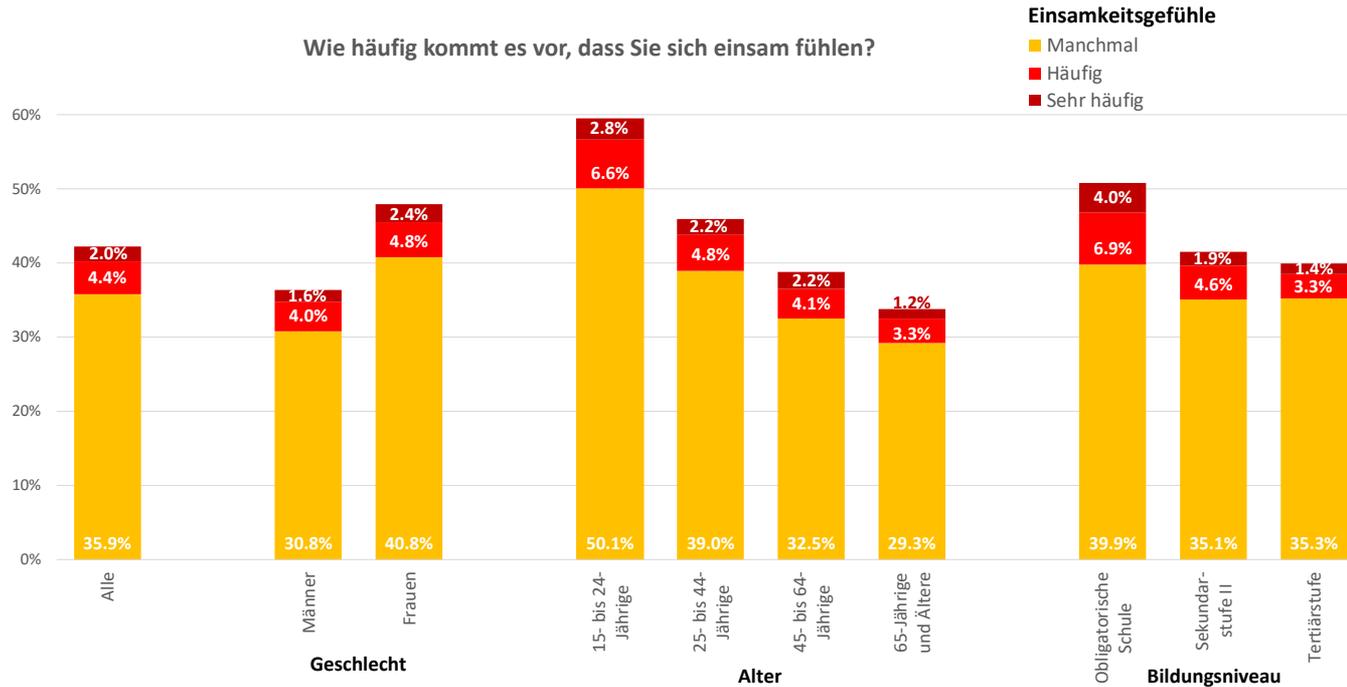


Datenquelle: SGB 2022

*7 Fragen/Items (GAD-7): a) Nervosität, Ängstlichkeit, Anspannung b) Unkontrollierbarkeit des Sich-Sorgen-Machens c) Übermässiges Besorgtsein wegen verschiedener Angelegenheiten d) Unfähigkeit/Schwierigkeit zur Entspannung e) Rastlosigkeit, Nicht-Stillsitzen-Können f) Schnelle Verärgerung oder Gereiztheit g) Gefühl der Angst vor schrecklichem Ereignis; **Antwortskala:** *Überhaupt nicht (0), An einzelnen Tagen (1), An mehr als der Hälfte der Tage (2), Beinahe jeden Tag (3)*

Psychische Gesundheit in der Schweiz

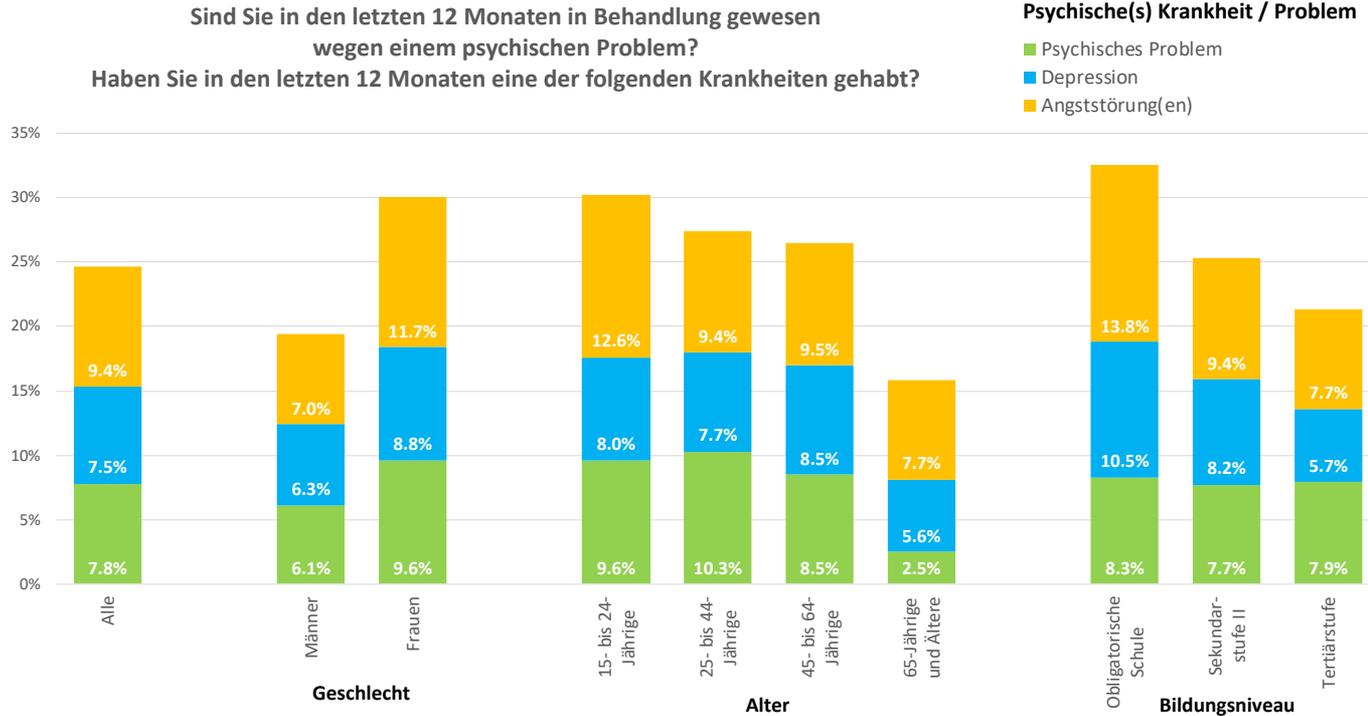
Einsamkeitsgefühle / empfundene soziale Isolation



Datenquelle: SGB 2022

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Probleme bzw. Erkrankung(en)



Datenquelle: SGB 2022

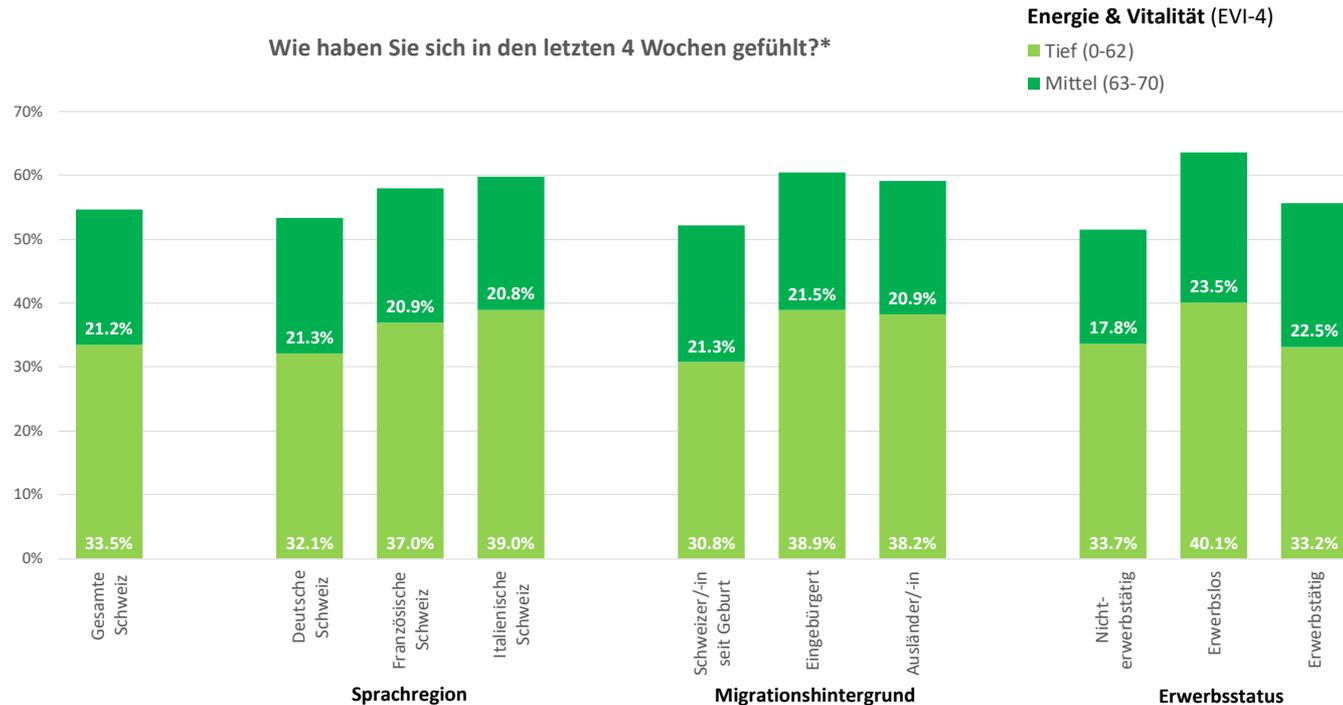
Psychische Gesundheit in der Schweiz

Unterschiede nach Sprachregion, Nationalität
und Erwerbsstatus



Psychische Gesundheit in der Schweiz

(Mangelnde) Energie und Vitalität



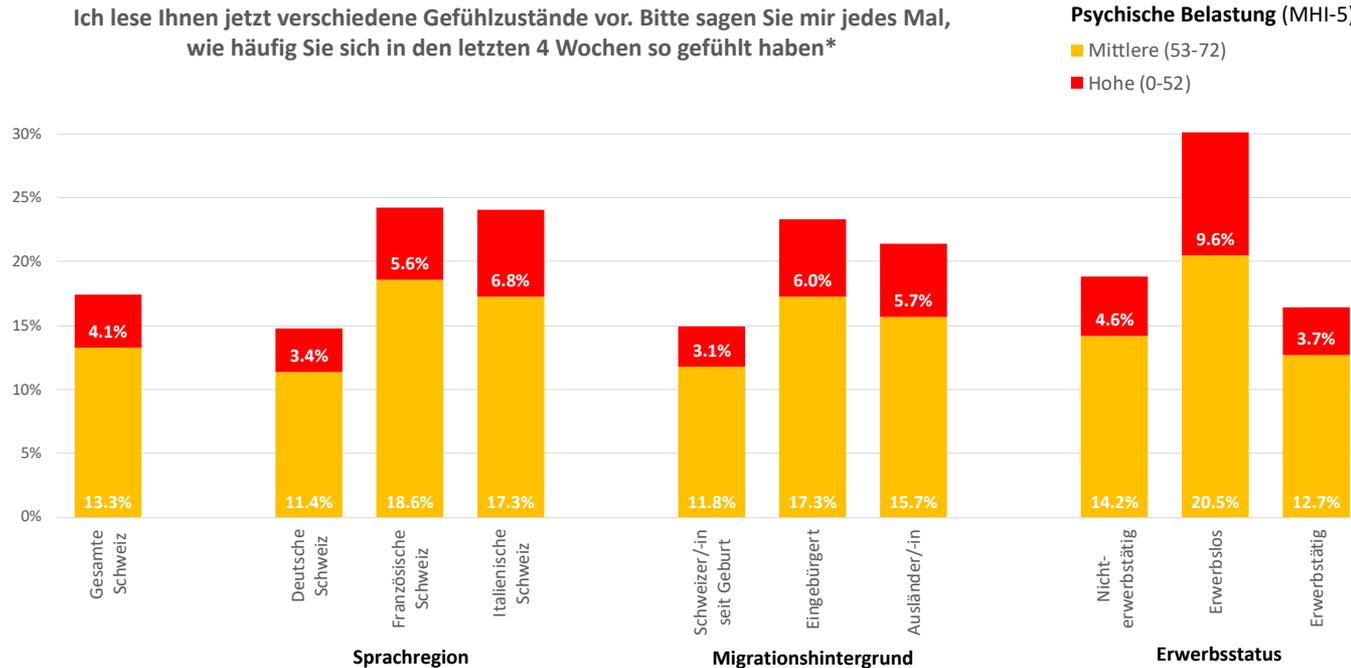
Datenquelle: SGB 2022

*4 Fragen/Items (EVI-4): a) Voller Leben b) Voller Energie c) Erschöpft d) Müde; Antwortskala: Immer (6/1), Meistens (5/2), Manchmal (3.5), Selten (2/5), Nie (1/6); Berechnung Index: ((Summe - 4)*100) / 20

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Belastung

Ich lese Ihnen jetzt verschiedene Gefühlzustände vor. Bitte sagen Sie mir jedes Mal, wie häufig Sie sich in den letzten 4 Wochen so gefühlt haben*

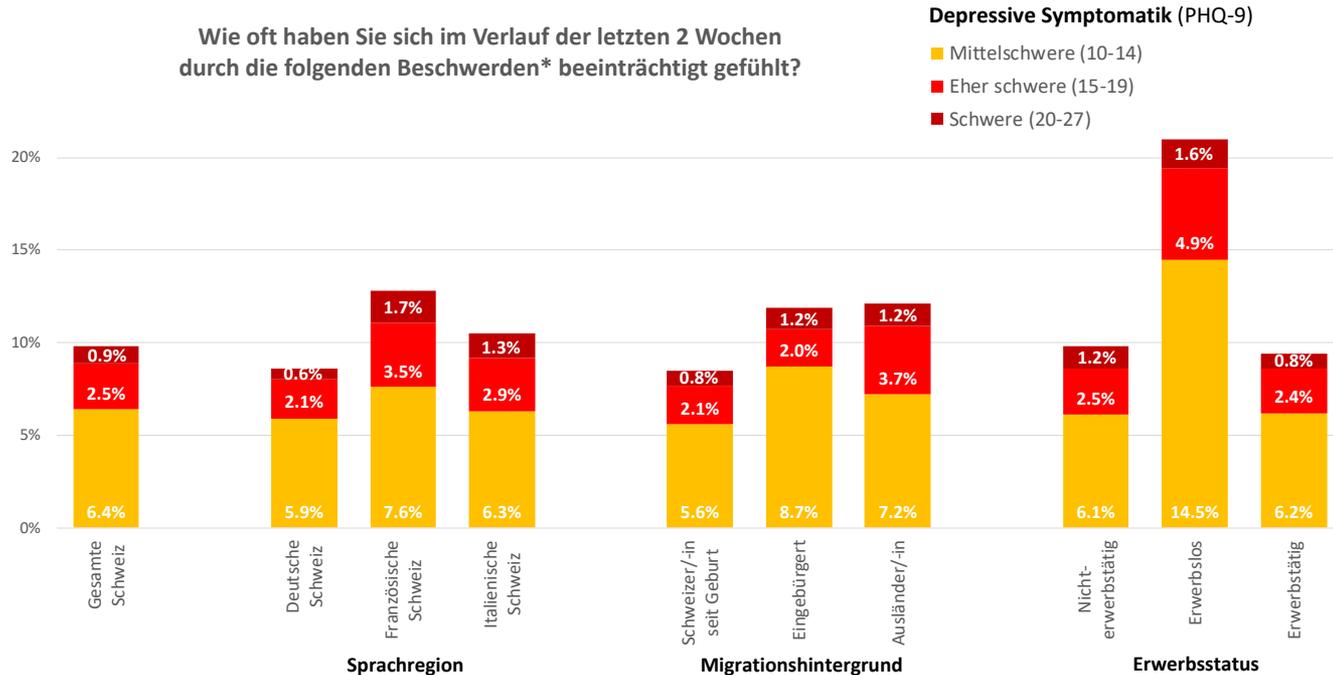


Datenquelle: SGB 2022

*5 Fragen/Items (MHI-5): a) Sehr nervös b) So niedergeschlagen oder verstimmt, dass Sie nichts hat aufmuntern können c) Ruhig, ausgeglichen und gelassen d) Entmutigt und deprimiert e) Glückliche; Antwortskala: Immer (4/0), Meistens (3/1), Manchmal (2), Selten (1/3), Nie (0/4)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Depressive Symptomatik (Depressivität ≠ Depression)

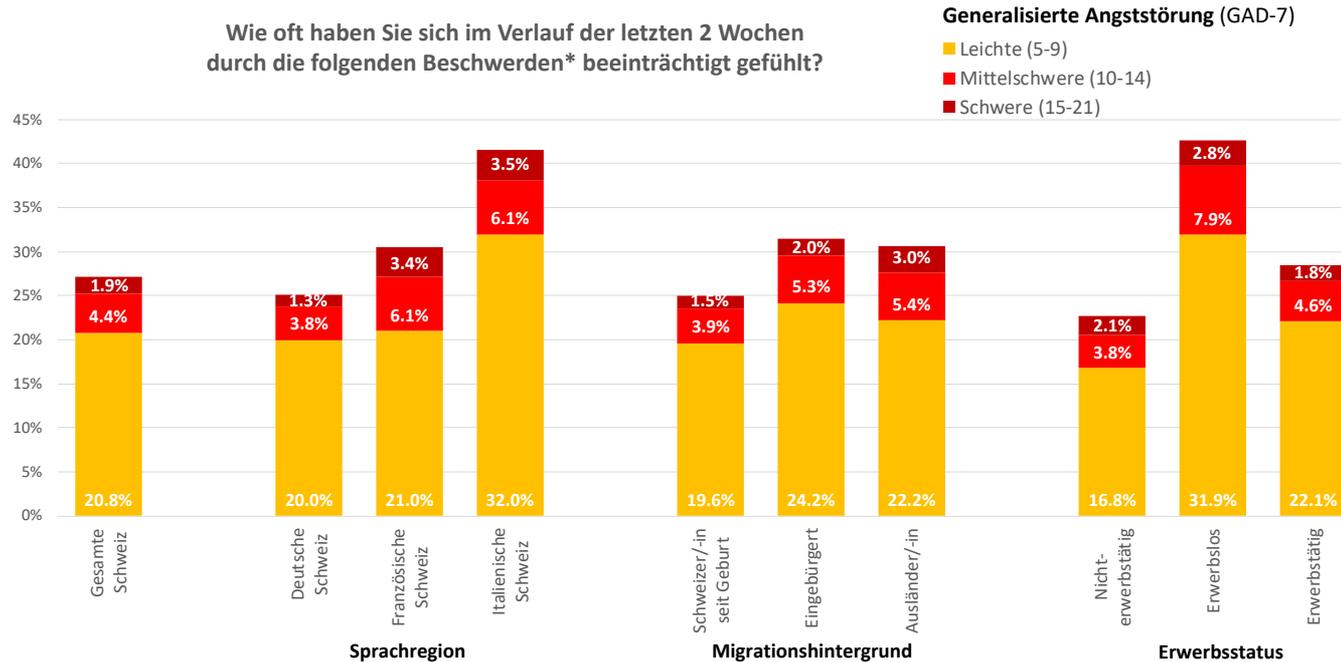


Datenquelle: SGB 2022

*9 Fragen/Items (PHQ-9): a) Interesse-/Freudlosigkeit b) Niedergeschlagenheit, Schwermut oder Hoffnungslosigkeit c) Ein-/Durchschlafprobleme oder vermehrter Schlaf d) Müdigkeit oder Gefühl der Energielosigkeit e) Appetitlosigkeit oder übermässiger Appetit f) Gefühl des Versagens oder Familie enttäuscht zu haben g) Konzentrationsprobleme h) verlangsamte Bewegungen bzw. Sprache oder Ruhelosigkeit und übermässiger Bewegungsdrang i) Gedanken an Tod oder Selbstschädigung; **Antwortskala:** Überhaupt nicht (0), An einzelnen Tagen (1), An mehr als der Hälfte der Tage (2), Beinahe jeden Tag (3)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Generalisierte Angststörung

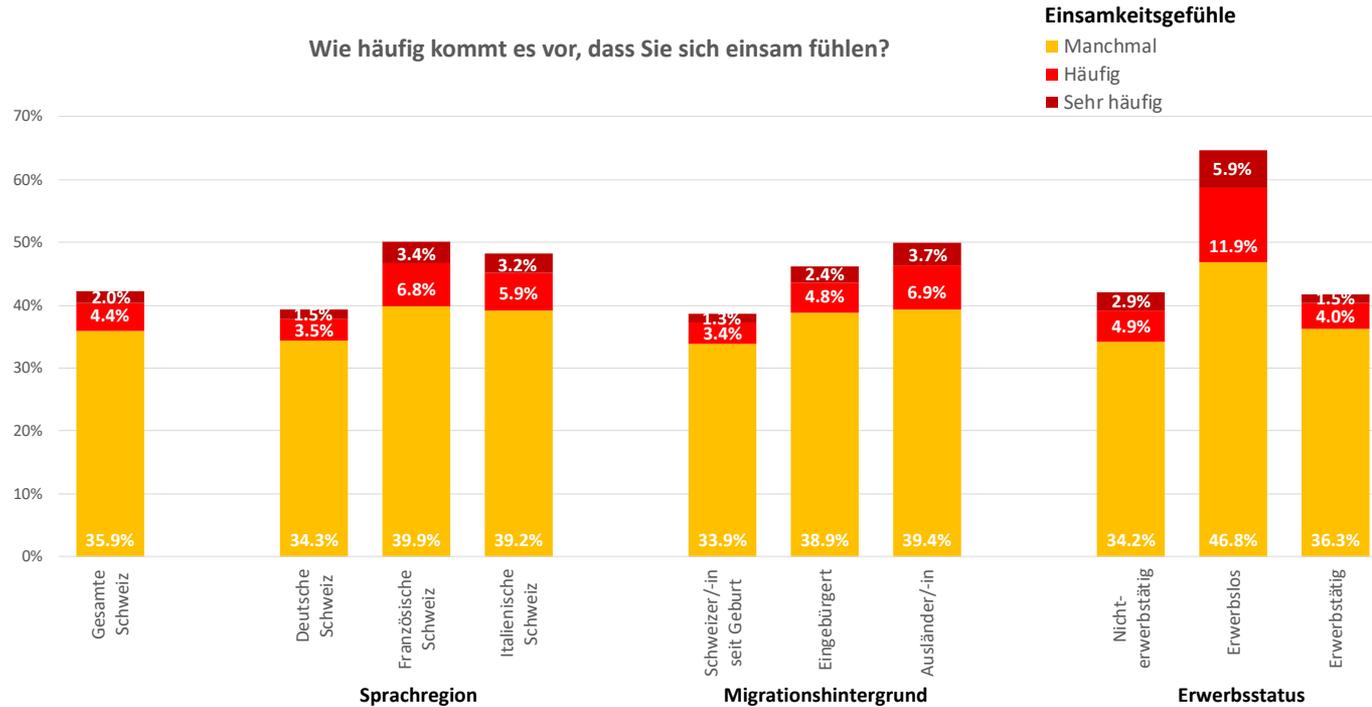


Datenquelle: SGB 2022

*7 Fragen/Items (GAD-7): **a)** Nervosität, Ängstlichkeit, Anspannung **b)** Unkontrollierbarkeit des Sich-Sorgen-Machens **c)** Übermässiges Besorgtsein wegen verschiedener Angelegenheiten **d)** Unfähigkeit/Schwierigkeit zur Entspannung **e)** Rastlosigkeit, Nicht-Stillsitzen-Können **f)** Schnelle Verärgerung oder Gereiztheit **g)** Gefühl der Angst vor schrecklichem Ereignis; **Antwortskala:** *Überhaupt nicht* (0), *An einzelnen Tagen* (1), *An mehr als der Hälfte der Tage* (2), *Beinahe jeden Tag* (3)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

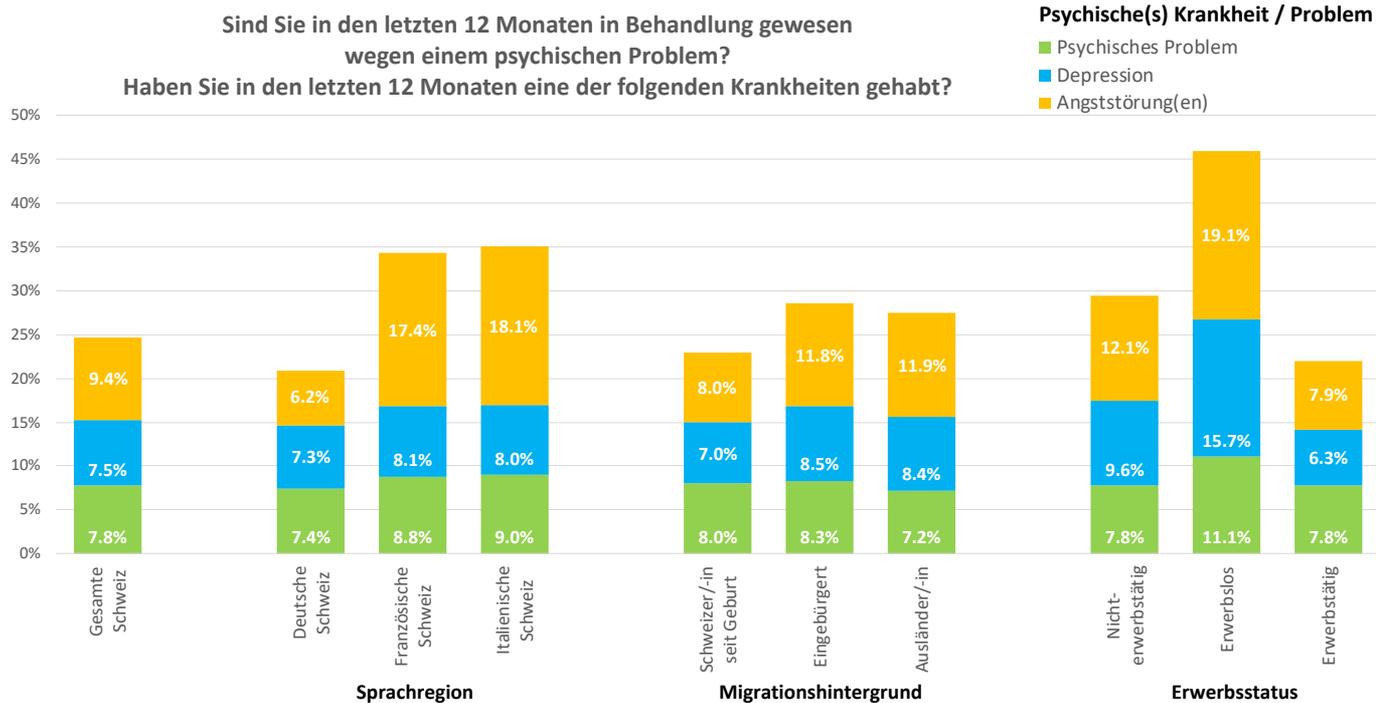
Einsamkeitsgefühle / empfundene soziale Isolation



Datenquelle: SGB 2022

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Probleme bzw. Erkrankung(en)



Datenquelle: SGB 2022

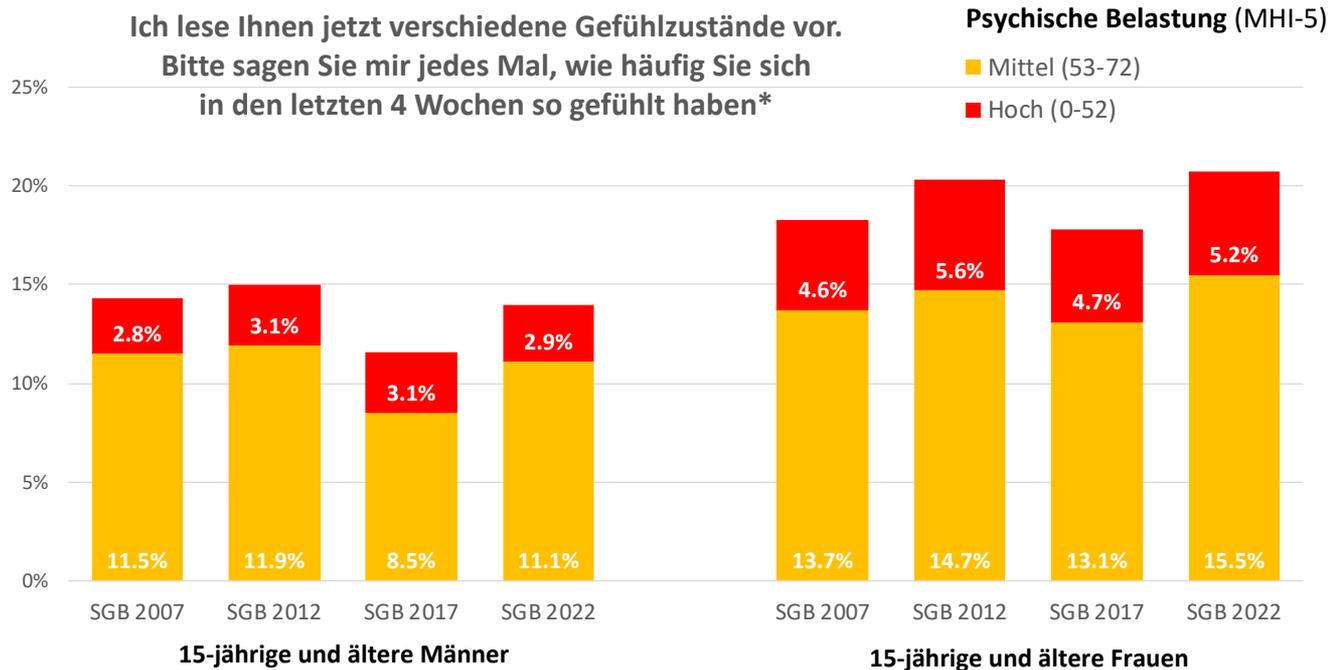
Psychische Gesundheit in der Schweiz

Veränderungen im Zeitverlauf / Trends



Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Belastung in der Gesamtbevölkerung



Datenquelle:
SGB 2007-22

*5 Fragen/Items (MHI-5): a) Sehr nervös b) So niedergeschlagen oder verstimmt, dass Sie nichts hat aufmuntern können c) Ruhig, ausgeglichen und gelassen d) Entmutigt und deprimiert e) Glücklich; **Antwortskala:** Immer (4/0), Meistens (3/1), Manchmal (2), Selten (1/3), Nie (0/4)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Belastung bei Jugendlichen

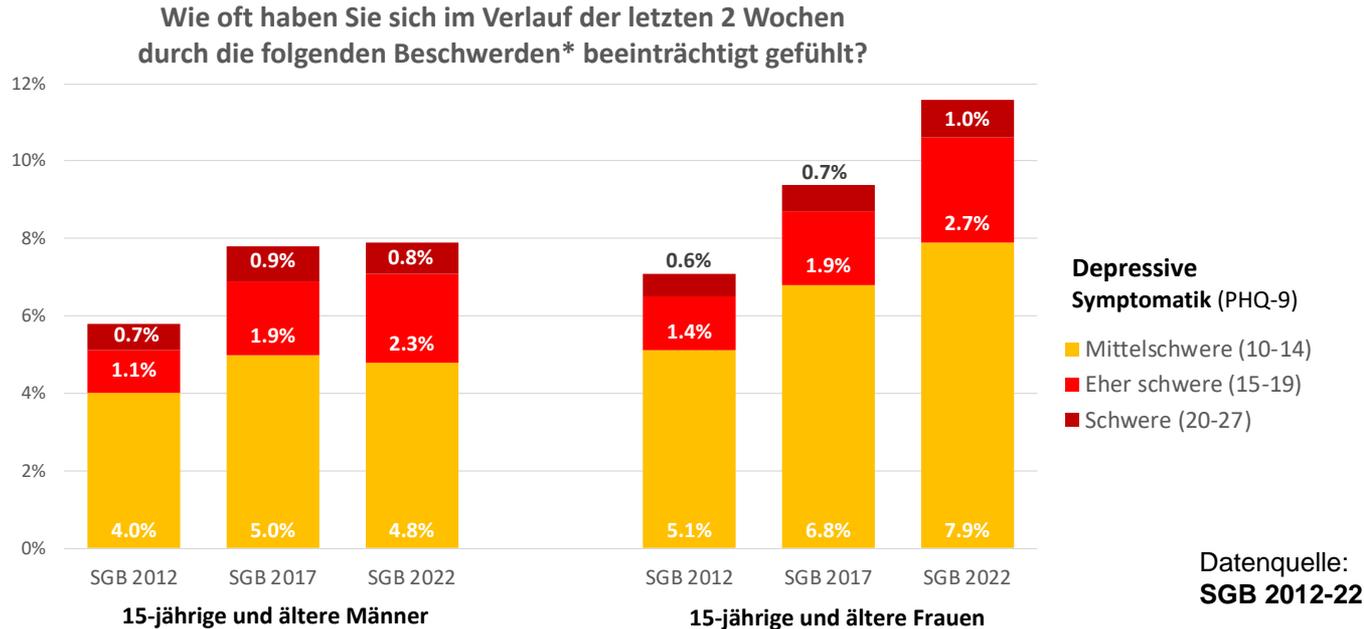


Datenquelle:
SGB 2007-22

*5 Fragen/Items (MHI-5): a) Sehr nervös b) So niedergeschlagen oder verstimmt, dass Sie nichts hat aufmuntern können c) Ruhig, ausgeglichen und gelassen d) Entmutigt und deprimiert e) Glücklich; **Antwortskala:** Immer (4/0), Meistens (3/1), Manchmal (2), Selten (1/3), Nie (0/4)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

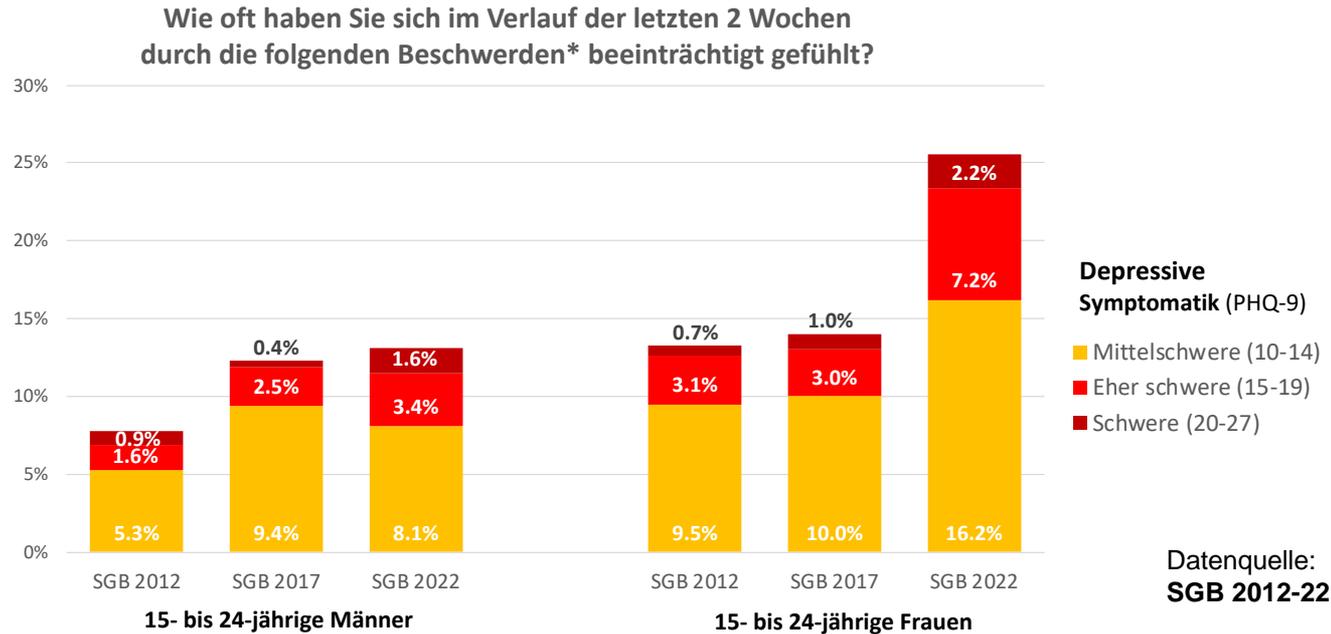
Depressive Symptomatik in der Gesamtbevölkerung



*9 Fragen/Items (PHQ-9): a) Interesse-/Freudlosigkeit b) Niedergeschlagenheit, Schwermut oder Hoffnungslosigkeit c) Ein-/Durchschlafprobleme oder vermehrter Schlaf d) Müdigkeit oder Gefühl der Energielosigkeit e) Appetitlosigkeit oder übermässiger Appetit f) Gefühl des Versagens oder Familie enttäuscht zu haben g) Konzentrationsprobleme h) verlangsamte Bewegungen bzw. Sprache oder Ruhelosigkeit und übermässiger Bewegungsdrang i) Gedanken an Tod oder Selbstschädigung; **Antwortskala:** *Überhaupt nicht* (0), *An einzelnen Tagen* (1), *An mehr als der Hälfte der Tage* (2), *Beinahe jeden Tag* (3)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Depressive Symptomatik bei Jugendlichen

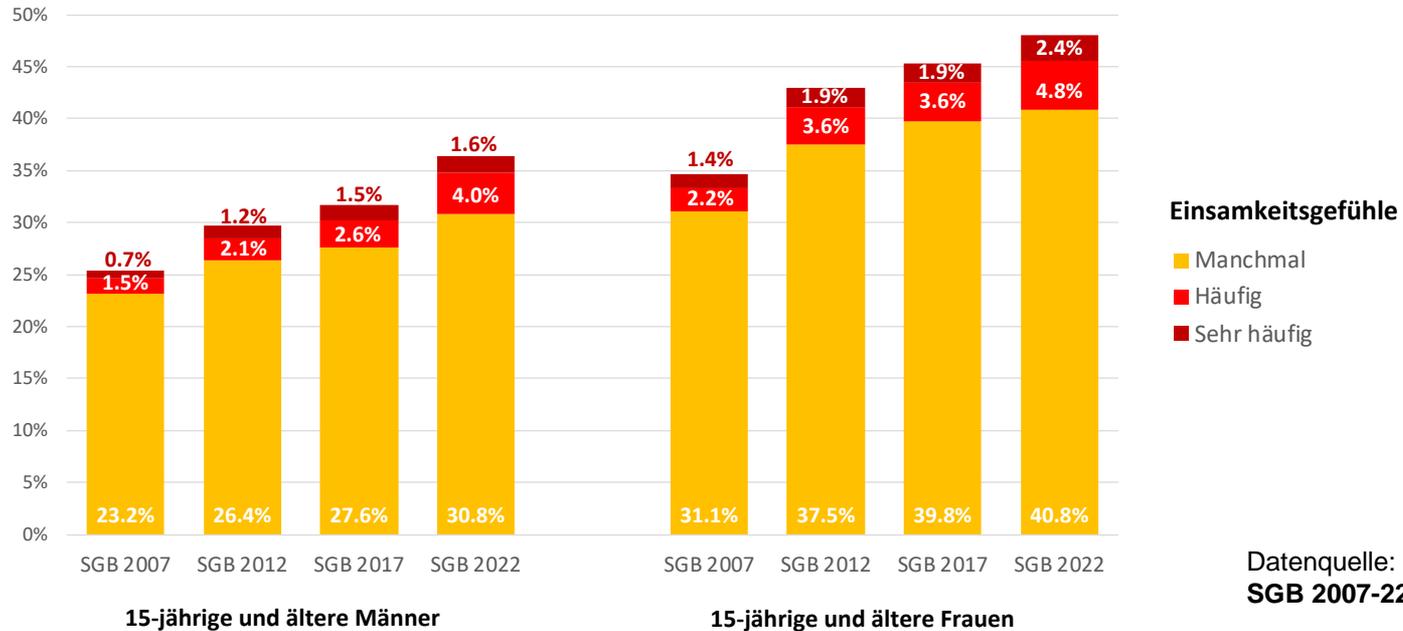


*9 Fragen/Items (PHQ-9): a) Interesse-/Freudlosigkeit b) Niedergeschlagenheit, Schwermut oder Hoffnungslosigkeit c) Ein-/Durchschlafprobleme oder vermehrter Schlaf d) Müdigkeit oder Gefühl der Energielosigkeit e) Appetitlosigkeit oder übermässiger Appetit f) Gefühl des Versagens oder Familie enttäuscht zu haben g) Konzentrationsprobleme h) verlangsamte Bewegungen bzw. Sprache oder Ruhelosigkeit und übermässiger Bewegungsdrang i) Gedanken an Tod oder Selbstschädigung; **Antwortskala:** Überhaupt nicht (0), An einzelnen Tagen (1), An mehr als der Hälfte der Tage (2), Beinahe jeden Tag (3)

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Einsamkeitsgefühle in der Gesamtbevölkerung

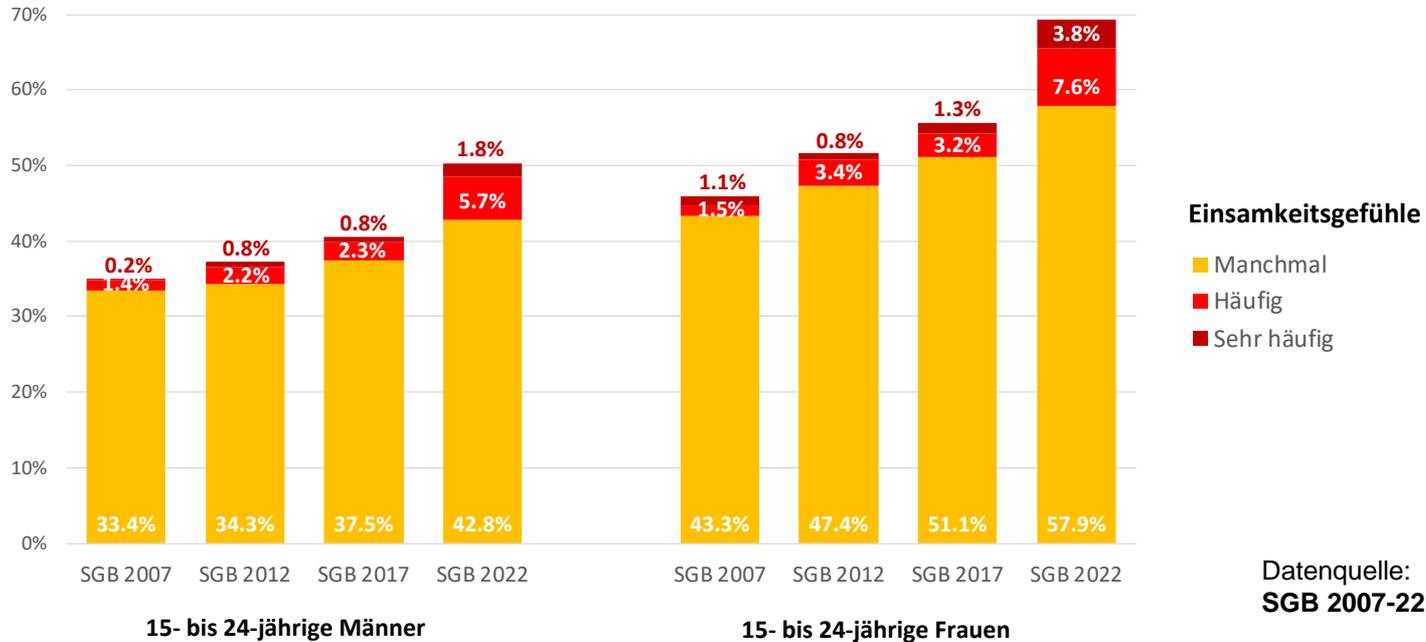
Wie häufig kommt es vor, dass Sie sich einsam fühlen?



Psychische Gesundheit in der Schweiz

Einsamkeitsgefühle bei Jugendlichen

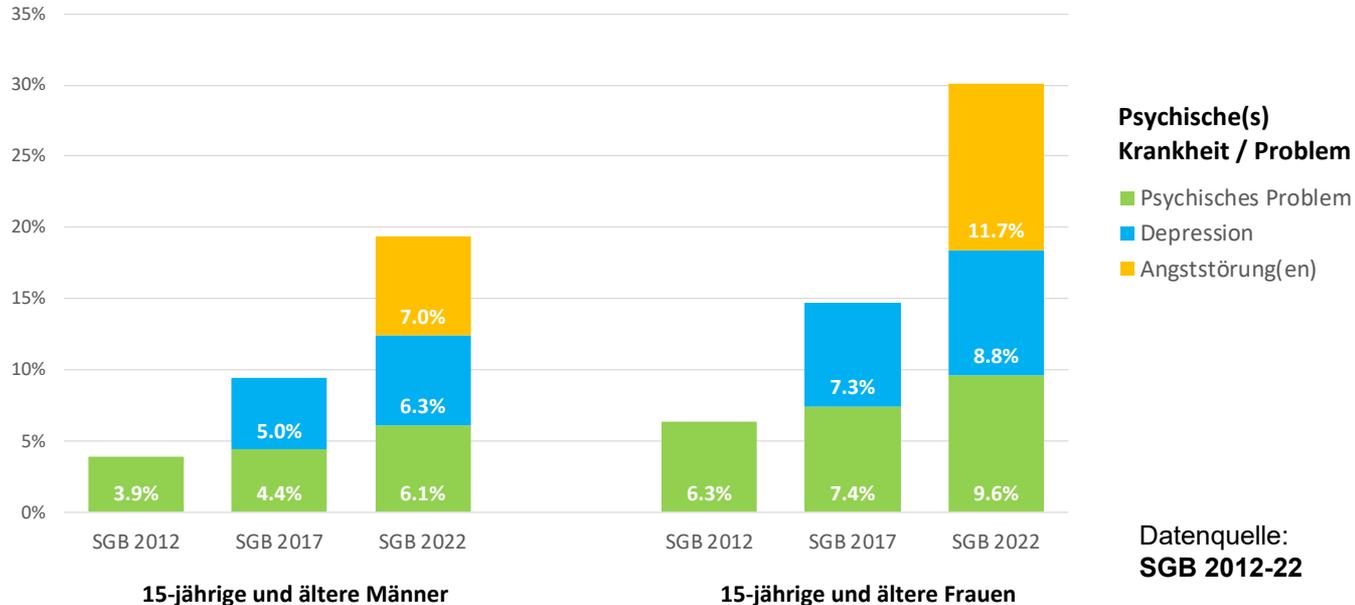
Wie häufig kommt es vor, dass Sie sich einsam fühlen?



Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Probleme / Erkrankungen in der Bevölkerung

Sind Sie in den letzten 12 Monaten in Behandlung gewesen wegen einem psychischen Problem?
Haben Sie in den letzten 12 Monaten eine der folgenden Krankheiten gehabt?

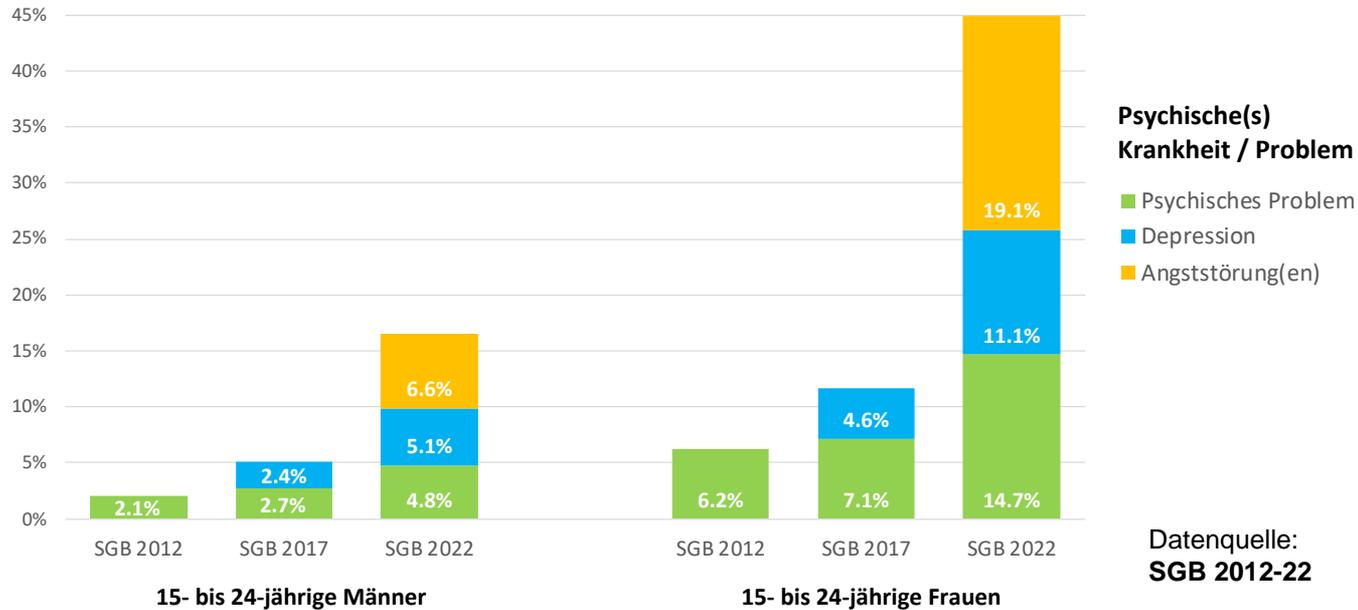


Datenquelle:
SGB 2012-22

Psychische Gesundheit in der Schweiz

Psychische Probleme / Erkrankungen bei Jugendlichen

Sind Sie in den letzten 12 Monaten in Behandlung gewesen wegen einem psychischen Problem?
Haben Sie in den letzten 12 Monaten eine der folgenden Krankheiten gehabt?



Datenquelle:
SGB 2012-22



Zusammenfassung und Schlussfolgerung

Wichtigste Ergebnisse und Erkenntnisse

- Typischer Geschlechterunterschied (, **Gender Health Gap**‘ oder Reporting-Bias ?)
- Atypischer Altersverlauf (**Alterseffekt** oder Kohorteneffekt ?)
- Klassischer Sozialgradient bzw. **Bildungsgradient**
- „**Röstigraben**“ – die Kluft zwischen den Sprachregionen (Regionaler Unterschied oder kultureller Reporting-Bias ?)
- KEIN , **Healthy Migrant**‘-Paradoxon, sondern das Gegenteil
- KEIN klarer , **Healthy Worker**‘-Effekt (Kein Selection-Bias ?)
- Zeitlicher Trend zur Verschlechterung der psychischen Gesundheit, v.a. bei Frauen und Jugendlichen (, **Mental Health Crisis**‘)

**STAND
BY YOU**

Schweiz

Claims Day 2024 / Swiss Life / 26. September 2024 /
Christian Pfister / Co-Präsident Stand by You Schweiz

Mitten drin – und doch am Rande
Angehörige und Vertraute von Menschen
mit psychischen Erkrankungen in der Schweiz



Theo

„Sometimes
the silence can be
like thunder“

Bob Dylan, „Love Sick“

**...das Landet auf
unseren Schultern...**

Stand by You Studie

Situation der Angehörigen und Vertrauten
von Menschen mit psychischen
Erkrankungen in der Schweiz

März 2024

SOTGMO



Schlüsselzahlen aus der Studie 1/4

- **90 Prozent** der erwachsenen Bevölkerung kennt mindestens eine Person aus ihrem Umfeld, die schon einmal psychisch erkrankt ist.
73 Prozent kennt mehrere Personen.

Schlüsselzahlen aus der Studie 1/4

- **90 Prozent** der erwachsenen Bevölkerung kennt mindestens eine Person aus ihrem Umfeld, die schon einmal psychisch erkrankt ist.
73 Prozent kennt mehrere Personen.
- **59 Prozent** der erwachsenen Schweizer Bevölkerung (also **4.3 Millionen Menschen**) war schon in der Rolle eines Angehörigen oder hat eine psychisch erkrankte Person aus ihrem sozialen Umfeld aktiv unterstützt.

Schlüsselzahlen aus der Studie 1/4

- **90 Prozent** der erwachsenen Bevölkerung kennt mindestens eine Person aus ihrem Umfeld, die schon einmal psychisch erkrankt ist. **73 Prozent** kennt mehrere Personen.
- **59 Prozent** der erwachsenen Schweizer Bevölkerung (also **4.3 Millionen Menschen**) war schon in der Rolle eines Angehörigen oder hat eine psychisch erkrankte Person aus ihrem sozialen Umfeld aktiv unterstützt. Etwa die Hälfte davon, also rund **2,1 Millionen** Menschen, sind aktuell in dieser Situation.

Schlüsselzahlen aus der Studie 1/4

- **90 Prozent** der erwachsenen Bevölkerung kennt mindestens eine Person aus ihrem Umfeld, die schon einmal psychisch erkrankt ist. **73 Prozent** kennt mehrere Personen.
- **59 Prozent** der erwachsenen Schweizer Bevölkerung (also 4.3 Millionen Menschen) war schon in der Rolle eines Angehörigen oder hat eine psychisch erkrankte Person aus ihrem sozialen Umfeld aktiv unterstützt. Etwa die Hälfte davon, also rund **2,1 Millionen** Menschen, sind aktuell in dieser Situation.
- **96 Prozent** der Menschen mit einer psychischen Erkrankung, die von Personen aus ihrem Umfeld unterstützt werden, sehen die Unterstützung durch Angehörige und Vertrauenspersonen als wichtig an.

Schlüsselzahlen aus der Studie 2/4

- **58 Prozent** der Menschen mit einer psychischen Erkrankung, die von Personen aus ihrem Umfeld unterstützt wurden, sagen, dass sie ohne diese Unterstützung zusätzliche professionelle Hilfe in Anspruch hätten nehmen müssen.

Schlüsselzahlen aus der Studie 2/4

- **58 Prozent** der Menschen mit einer psychischen Erkrankung, die von Personen aus ihrem Umfeld unterstützt wurden, sagen, dass sie ohne diese Unterstützung zusätzliche professionelle Hilfe in Anspruch hätten nehmen müssen.
- **68 Prozent** der Angehörigen und Vertrauten, die Unterstützung leisten oder dies in der Vergangenheit getan haben, sagen, dass sie dies während mindestens einem Jahr getan haben. **Ein Drittel** leistet oder leistete diese Hilfe während mehr als fünf Jahren. Mit längerer Unterstützungsdauer steigt das Konfliktpotenzial zwischen Unterstützenden und Betroffenen.

Schlüsselzahlen aus der Studie 3/4

- **37 Prozent** der Unterstützenden erleben Angst und Sorge, dass sich die betroffene Person das Leben nehmen könnte.

Schlüsselzahlen aus der Studie 3/4

- **37 Prozent** der Unterstützenden erleben Angst und Sorge, dass sich die betroffene Person das Leben nehmen könnte.
- **73 Prozent** der Angehörigen und Vertrauten finden, dass sie von der Gesellschaft zu wenig Verständnis bekommen.

Schlüsselzahlen aus der Studie 3/4

- **37 Prozent** der Unterstützenden erleben Angst und Sorge, dass sich die betroffene Person das Leben nehmen könnte.
- **73 Prozent** der Angehörigen und Vertrauten finden, dass sie von der Gesellschaft zu wenig Verständnis bekommen.
- **53 Prozent** sind der Meinung, dass es zu wenige spezifische Angebote gibt, um das soziale Umfeld von Personen mit psychischen Erkrankungen angemessen zu unterstützen. Besonders gross ist der Bedarf nach verbessertem Zugang zu Informationen und Erfahrungsaustauschen.

Schlüsselzahlen aus der Studie 4/4

- **36 Prozent** der Menschen in der Schweiz geben an, als Kind miterlebt zu haben, wie ein Familienmitglied unter einer psychischen Erkrankung litt. Das entspricht etwa **1,9 Millionen** heute erwachsenen Menschen. **73 Prozent** von ihnen gaben an, unter diesem Zustand gelitten zu haben.

Medienresonanz

Rund **130 Berichte**
in allen relevanten
Tagesmedien!
Radio und
Fernsehen
inklusive.

Dossier

erstellt von Thomas Ley am 25-03-2024



Anzahl Dokumente 39

Inhaltsverzeichnis

25-03-2024 Neue Zürcher Zeitung	Was die Psychiatrie nicht leisten kann, schultern oft die Angehörigen.....	2
21-03-2024 Beobachter.ch	Die unsichtbaren Helfer brauchen mehr Hilfe.....	5
21-03-2024 Le Temps	OEuvrer dans l'ombre des malades psychiques.....	6
21-03-2024 Berner Oberländer	Als sie in die Psychiatrie ging, informierte sie ihre Arbeitskollegen persönlich.....	7
21-03-2024 Schaffhauser AZ	Wenig Raum zum Durchatmen.....	9
21-03-2024 Der Landbote	«Ärztinnen und Therapeuten nehmen uns Angehörige oft als unbequem wahr».....	11
20-03-2024 letemps.ch	En Suisse, plus de 2 millions de personnes soutiennent des proches atteints dans leur santé psychique.....	13
20-03-2024 pomona.ch	«Les maladies mentales sont encore stigmatisées».....	14
20-03-2024 pomona.ch	«Mental illnesses are still stigmatized».....	14
20-03-2024 pomona.ch	«Psychische Erkrankungen werden noch immer stigmatisiert».....	15
20-03-2024 blick.ch	Blick-Leser und Leserinnen teilen ihre Erfahrungen.....	16
20-03-2024 blick.ch	«La tâche des proches est de toujours mettre l'accent sur l'autre personne».....	17
20-03-2024 swissinfo.ch	Swiss caregivers crucial for mental illness support, study finds.....	18
20-03-2024 blick.ch	Les proches-aidants, ces héros invisibles.....	20
20-03-2024 20 minuten online	«Ohne pflegende Angehörige würde das System zusammenkrachen».....	21
20-03-2024 srf.ch	So geht es Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen.....	23
20-03-2024 zuonline.ch	Umfrage zu psychisch Erkrankten: Als sie in die Psychiatrie ging, informierte sie ihre Arbeitskollegen persönlich.....	24
20-03-2024 watson.ch	So geht es Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen in der Schweiz.....	26
20-03-2024 rsi.ch	Malati psichici: a loro sostegno, più di 2 milioni di persone.....	28
20-03-2024 zofingertagblatt.ch	Das Leiden der Angehörigen: «Ich konnte machen, was ich wollte, es war falsch».....	29
20-03-2024 ajour.ch	Das Leiden der Angehörigen: «Ich konnte machen, was ich wollte, es war falsch».....	31
20-03-2024 pomona.ch	La souffrance des proches : «Je pouvais faire ce que je voulais, c'était mal».....	33
20-03-2024 pomona.ch	The suffering of the relatives: «I could do what I wanted, it was wrong».....	35
20-03-2024 blick.ch	Wie geht es dir als Angehöriger?.....	37
20-03-2024 blick.ch	Psychische Gesundheit: Studie zeigt Angehörige als unsichtbare Helden.....	38
20-03-2024 blick.ch	Die Betreuung psychisch Kranker: Angehörige erzählen.....	39
20-03-2024 bluewin.ch	Fast 60 Prozent unterstützen eine psychisch erkrankte Person.....	40
20-03-2024 Blick	«Ich habe viele Tränen verdrückt».....	41
20-03-2024 Blick	Angehörige und Freunde als unsichtbare Helden.....	42
20-03-2024 Neue Zürcher Zeitung	Familie und Umfeld leiden mit.....	43
20-03-2024 Bote der Urschweiz	Im Schatten der Krankheit.....	44
20-03-2024 Bote der Urschweiz	Jede vierte Person betreut Erkrankte.....	46
20-03-2024 Zuger Zeitung	Jede vierte Person betreut psychisch Erkrankte.....	47
20-03-2024 Werdenberger & Obertoggenburger	Viele betreuen psychisch Erkrankte.....	48
20-03-2024 bz - Zeitung für die Region Basel	Jede vierte Person betreut psychisch Erkrankte.....	49
20-03-2024 Badener Tagblatt	Jede vierte Person unterstützt eine psychisch Erkrankte.....	50
19-03-2024 SDA/ATS	Maladies psychiques: 60% de la population a déjà soutenu un proche.....	51
19-03-2024 SDA/ATS	Il 60% degli svizzeri ha dovuto occuparsi di un malato di mente.....	52
19-03-2024 SDA/ATS	Fast 60 Prozent unterstützen eine psychisch erkrankte Person.....	53

Unser Perspektive via Studienkommunikation sicht- und hörbar gemacht

- Hauptplattform über unsere **Website**
- Starke Präsenz auf unseren **Social-Media-Kanälen**
- **Netzwerk** der Angehörigen genutzt.
- Erfolgreiche **Medienarbeit sichergestellt**
- In einem zweiten Schritt, werden wir nun die Kommunikation zu **Politik und Parlamentarier:innen** aufbauen.
- Entwickeln von **Folgestudien** hätten grosses Potenzial.

Nationalrätin Sarah Wyss und Ständerat Damian Müller haben letzte Woche je eine Interpellation eingereicht, die die Arbeit der Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen ins Zentrum rücken



<https://www.parlament.ch/de/ratsbetrieb/suche-curia-vista/geschaeft?AffairId=20243848>

<https://www.parlament.ch/de/ratsbetrieb/suche-curia-vista/geschaeft?AffairId=20243863>

Aus dem Vorwort:

«Der Bericht ist eine **Hommage** an die vielen Menschen in unserem Land, die als Angehörige und Vertraute von Menschen mit psychischen Erkrankungen **immer wieder Wege finden, ihren Lieben beizustehen.**»



NEUES SELBSTVERSTÄNDNIS

VASK  Schweiz Suisse
Svizzera Svizra
Dachverband der Vereinigungen
von Angehörigen psychisch Kranker



**STAND
BY
YOU**

Schweiz

Unsere Neuausrichtung seit Januar 2024

**STAND
BY
YOU**

Schweiz

Angehörige und Vertraute von Menschen
mit psychischen Erkrankungen

**STAND
BY
YOU**

Schweiz

Angehörige und
Vertraute
von Menschen mit
psychischen
Erkrankungen

**STAND
BY
YOU**

Schweiz

Angehörige und Vertraute
von Menschen mit
psychischen Erkrankungen

**Kernaussage unseres
neuen Namens**

...beistehen...

❖ unseren Lieben

❖ anderen Angehörigen

Als Angehörigenbewegung verfolgen wir mit unserem Projekt **drei strategische Ziele**

- **STÄRKEN /**

Wir stärken die **solidaritätsnetze, Hilfestellungen** und die **Befähigung** der Angehörigen und Vertrauten von Menschen mit psychischen Krisenerfahrungen und Erkrankungen

- **MITGESTALTEN /**

Wir bringen unsere **systemrelevante Rolle** in der Psychiatrie ein. Wir stehen für unsere Anliegen ein.

- **VERNETZEN /**

Wir vernetzen **Menschen und Institutionen**, die Angehörige und Vertraute als **Teil ihrer Aufgaben** sehen.

STÄRKEN / wir stärken die solidaritätsnetze, Hilfestellungen und die Befähigung der Angehörigen und Vertrauten

- Wir wollen die Angehörigen und die Vertrauten von psychisch erkrankten Menschen in der Schweiz **stärken** und in ihrer grossen Aufgabe **unterstützen**.
- Wir **initiiieren** eine kräftige, inspirierende **Bewegung von Angehörigen und Vertrauten** von psychisch erkrankten Menschen in der Schweiz. Wir entwickeln das **Erbe der VASK Schweiz** weiter.
- Wir wollen **frische, inspirierte und mutige neue Angehörige und Vertraute** dafür gewinnen, in der Angehörigenbewegung Schweiz mitanzupacken.
- Wir verfolgen die **Mittelbeschaffung** für das Projekt **systematisch. Ziele** für die Mittelbeschaffung werden erreicht.
- Wir stellen **bis zum Ende des Projekts** eine **nachhaltige Finanzierung** der Angehörigenbewegung sicher.

MITGESTALTEN / wir bringen unsere systemrelevante Rolle in der Psychiatrie ein und stehen für unsere Anliegen ein

- Wir verfolgen auch **systemische Ziele**: Als Angehörige und Vertraute von psychisch erkrankten Menschen leisten wir einen Beitrag an das grosse Ziel, die Psychiatrie in der Schweiz **nachhaltiger, wirksamer und menschlicher** zu gestalten.
- Wir stellen uns und unsere **Expertise den Institutionen zur Verfügung**.
- Wir bringen unsere **Perspektive in der Politik** und **im Gesundheitssystem** ein.
- Angehörigenarbeit ist auch **Präventionsarbeit** – wir wollen dazu beitragen, dass dies anerkannt und gefördert wird.
- Wir machen **Angehörige und Vertraute** von psychisch erkrankten Menschen in der Schweiz **sicht-, hör- und spürbar**. Wir wollen diese **Rolle** zeitgemäss **darstellen, erforschen und kommunizieren**.

VERNETZEN / wir vernetzen Menschen und Institutionen, die Angehörige und Vertraute als Teil ihrer Aufgaben sehen.

- Wir entwickeln eine Strategie, die der Angehörigenbewegung als Kompass dient, aber ebenso Vielfalt innerhalb der Bewegung begrüsst.
- Wir versuchen schrittweise, unterschiedliche Institutionen mit Angehörigenbezug für die Unterstützung der nationalen Angehörigenbewegung zu gewinnen. Ein wichtiger Grund für den neuen Namen, den wir der Bewegung geben.
- Wir kultivieren den Optimismus. Und ja: wir verändern – zusammen mit anderen – die Welt.

...Begegnungen...



«Da muess ich jetzt
dürdürä»

11-jähriger Enkel zu seiner Grossmutter – irgendwo in der Schweiz:

Schlüsselzahlen aus der Studie 4/4

- **36 Prozent** der Menschen in der Schweiz geben an, als Kind miterlebt zu haben, wie ein Familienmitglied unter einer psychischen Erkrankung litt. Das entspricht etwa **1,9 Millionen** heute erwachsenen Menschen. **73 Prozent** von ihnen gaben an, unter diesem Zustand gelitten zu haben.

**...das Gift
der Resignation...**



Theo



Projektschwerpunkte für 2024/2025

1/2

- Ausbildungslehrgang für Angehörige für **Helpline / für Austausch mit Angehörigen** (*gesicherte Finanzierung*)
- Umsetzung einer **Podcast-Serie** zu emotionalen Herausforderungen von Angehörigen (*partielle Finanzierung gesichert*)
- Entwickeln einer virtuellen **Community-Plattform** und Integration eines **Angehörigenpools** für Peer-Austausch.
(*partielle Finanzierung gesichert*)
- **Folgestudie** für Vertiefung von relevanten Aspekten aus erster SOTOMO-Studie
(*Finanzierung noch nicht gesichert*)

Projektschwerpunkte für 2024/2025

2/2

- Projekt zur Gewinnung von neuen Angehörigen in den regionalen VASKen und **Nachwuchsplanung / Generationenwechsel**
(Konzeptphase, noch ohne Finanzierungsbedarf)
- Konzept Schutz und Unterstützung von **Kindern / Jugendlichen / Junge Erwachsenen** als Angehörige
(Finanzierung noch nicht gesichert)
- Mitwirken bei der Ausgestaltung des Themas **«Bezahlte Angehörigenarbeit»** im Kontext der Psychiatrieversorgung auf nationaler Ebene
(keine Finanzierung nötig)

Danke für die Aufmerksamkeit –

Fragen?

Kritik?

Hinweise?

Einzahlungsschein?

Danke für die Aufmerksamkeit –

Fragen?

Kritik?

Hinweise?

**STAND
BY YOU**

Schweiz

*Wir unterstützen Menschen dabei,
ihr Leben finanziell selbstbestimmt zu gestalten.*