

Einsamkeit in Krisenzeiten: So gefährdet ist unsere Psyche!

Globale Krisen und Einsamkeit: Psychiatrische Versorgungsstrukturen werden bei der ÖGPP-Jahrestagung in Wien diskutiert.

Wien, Österreich - Globale Krisen wie die COVID-19-Pandemie, Inflation, bewaffnete Konflikte und die Klimakrise stellen große Herausforderungen für die Gesellschaft und das individuelle Wohlbefinden dar. Besonders gefährdet sind Personen, die in schwierigen Lebensbedingungen leben oder an psychiatrischen Erkrankungen leiden. Dies wird von **OTS** hervorgehoben, das betont, dass Einsamkeit als zentrales Problem identifiziert wird und durch soziale Isolation verstärkt wird. Einsamkeit erhöht nicht nur das Risiko psychischer Erkrankungen, sondern ist auch mit körperlichen Erkrankungen wie Herz-Kreislauf- und neurodegenerativen Krankheiten verbunden.

Langfristige Einsamkeit kann den Heilungsprozess bestehender Erkrankungen erheblich verzögern. Betroffene neigen dazu, soziale Kontakte als bedrohlicher wahrzunehmen, was zu einem Rückzug und einem Rückgang des sozialen Engagements führt. Diese Entwicklung ist besonders besorgniserregend, da Krisen bestehende Probleme oft verstärken und tabuisierte Themen sichtbar machen. Die Prävention und Behandlung dieser Krisen sind Kernkompetenzen der Psychiatrie, jedoch gibt es in Österreich einen akuten Mangel an Psychiater:innen, was die Versorgungssituation verschärft.

Einsamkeit in verschiedenen Altersgruppen

Die Auswirkungen der sozialen Isolation und Einsamkeit sind nicht auf eine Altersgruppe beschränkt. Eine Analyse von **PMC** zeigt, dass ältere Menschen stark von den negativen Effekten der SARS-CoV-2-Pandemie betroffen sind. Insbesondere soziale Isolation, definiert als Mangel an Sozialkontakten, stellt ein erhebliches Risiko für die Gesundheit älterer Menschen dar. Studien belegen, dass soziale Isolation nicht nur das Immunsystem schwächt, sondern auch das Risiko für chronische Erkrankungen wie arterielle Hypertonie und Herzinsuffizienz erhöht.

Einsamkeit ist jedoch nicht nur ein Problem älterer Menschen. Laut **Ärzteblatt** betrifft sie rund 8 Millionen Menschen in Deutschland. Dabei sind sowohl jüngere Erwachsene als auch Senioren stark betroffen. Besondere Risikofaktoren sind unter anderem Introvertiertheit, emotionale Instabilität, Arbeitslosigkeit und das Leben ohne Partner. Die WHO plant sogar die Gründung einer Kommission, um die Sichtbarkeit des Themas Einsamkeit zu erhöhen und Präventionsmaßnahmen zu entwickeln.

Politische und gesellschaftliche Reaktionen

Um die Herausforderungen von Einsamkeit und sozialer Isolation zu bewältigen, fordert OTS eine Anpassung der Ausbildung von Psychiater:innen an die aktuellen Anforderungen und die Umsetzung bestehender Konzepte zur Verbesserung der psychiatrischen Versorgung. Die Tagung der Österreichischen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik (ÖGPP), die vom 2. bis 5. April 2025 in Wien stattfindet, wird eine Plattform bieten, um über diese grundlegenden Themen zu diskutieren. Mit über 500 Teilnehmenden verspricht die Veranstaltung, wichtige Impulse für die psychiatrische Versorgung in Österreich zu geben.

Die Bedeutung, Einsamkeit und soziale Isolation zu adressieren, kann nicht genug betont werden. Die Politik sowie die Gesellschaft sind aufgerufen, umfassende Maßnahmen zu

ergreifen, um den betroffenen Menschen Unterstützung zu bieten und ein Umdenken im Umgang mit psychischen Erkrankungen und deren Prävention zu fördern.

Details	
Ort	Wien, Österreich
Quellen	• www.ots.at • pmc.ncbi.nlm.nih.gov • www.aerzteblatt.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at