

Infobrief für Angehörige psychisch Kranker



**familien selbsthilfe
psychiatrie**

Nr. 12, März 2011

Kontakt:
Landesverband Saarland der Angehörigen psychisch Kranker e. V.
LVAPK, c/o KISS, Futterstraße 27,
66111 Saarbrücken
Telefon: (06 81) 83 16 82,
Bürozeiten: Mittwochs 15:00 Uhr
bis 17:00 Uhr außer ges. Feiertag
Internet: www.lvapk-saarland.info
E-Mail: lvapk_saar@yahoo.de

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Angehörige,

ich freue mich, für den Herbst ein Seminar ankündigen zu können, das sich an Angehörige richtet, die in schöner Umgebung einmal richtig abschalten wollen. Auf S. 3 finden Sie auch Informationen zu Kuren für Mütter und Partnerinnen von psychisch Kranken in Bad Wurzach.

Weitere Themen dieser Ausgabe sind: „Die Schizophrenie im Blick der Philosophie“, „Integrierte Versorgung - Stellungnahme des BApK“. Zwei Beiträge beschäftigen sich mit dem Thema psychische Erkrankungen und Arbeit.

Ich möchte Sie auch ganz herzlich zu unserer diesjährigen Mitgliederversammlung am 14. April 2011 um 16:00 Uhr in den Räumen der KISS einladen. Hier haben Sie Gelegenheit, Ideen und Wünsche einzubringen. Ich wünsche Ihnen Frohe Ostern und eine schöne Sommerzeit!

*Jürgen Pawelczyk
für den Vorstand*

Depression und Arbeitswelt: Veranstaltung in Merzig

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe des AK-Forum zu Depression und Arbeitswelt findet am **12. April 2011**, 16:30 Uhr bis 19:00 Uhr im Großen Sitzungssaal im Landratsamt Merzig, Bahnhofstraße 44, die Tagung „Ein starkes Netz - Depression in guten Händen“ statt. Veranstalter sind die Arbeitskammer des Saarlandes in Kooperation mit dem Saarländischen Bündnis gegen Depression und dem Landkreis Merzig-Wadern. Die Teilnahme ist kostenlos.

Kollegen und Vorgesetzte erleben es immer wieder. Mitarbeiter, die man als hoch motiviert, leistungsfähig und umgänglich kennt, sind auf einmal reizbar, dünnhäutig, soft- und kraftlos, ziehen sich zurück oder fehlen für längere Zeit. Was ist los? Sind private Sorgen und Schicksalsschläge zu verkraften, wird die Arbeit zu viel oder steckt mehr dahinter? Liegt vielleicht sogar eine ernsthafte seelische Erkrankung, eine Depression, vor? In vielen Fällen ist genau das der Fall. Auch die Daten der Krankenversicherungs- und der Rentenversicherungsträger weisen zunehmend in diese Richtung.

Arbeitgeber, betriebliche Arbeitnehmervertretungen sowie Kolleginnen und Kollegen wissen oft nicht, sich angemessen zu verhalten und die richtigen Schritte zu tun. Es gilt, auf die Betroffenen zuzugehen, den Weg in die Behandlung zu unterstützen und sich schließlich um die Wiedereingliederung zu kümmern. Es geht aber auch darum, eine Kultur der Wertschätzung zu entwickeln, belastende Faktoren der Arbeit zu minimieren sowie inner- und außerbetriebliche Angebote besser miteinander zu verknüpfen.

Weitere Informationen unter <http://www.arbeitskammer.de> und <http://www.depression-saarland.de>.

Steuererklärung leicht gemacht - Neuer Ratgeber hilft Eltern behinderter Kinder

Der Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen (bvkm) hat sein jährlich neu erscheinendes Steuermerkblatt für Familien mit behinderten Kindern aktualisiert. Das Steuermerkblatt steht als kostenloser Download unter <http://www.bvkm.de/recht/rechtsratgeber/steuermerkblatt.pdf> zur Verfügung.

Therapieprogramm für schizophrene Patienten prämiert

Der Hamburger Neuropsychologe Prof. Dr. phil. Steffen Moritz ist für sein Metakognitives Training zur Behandlung von schizophrenen Patienten mit dem DGPPN-Psychotherapiepreis 2010 ausgezeichnet worden. In insgesamt acht Therapieeinheiten werden Patienten spielerisch schizophrenie-typische Denkvorstellungen, wie beispielsweise voreilige Schlussfolgerungen oder einseitige Zuschreibungen, vor Augen geführt. Die Patienten lernen, ihr bisheriges Problemlösungsverhalten kritisch zu reflektieren. Alternative Denkmuster werden eingeübt. Das Training verspricht nicht nur einen Rückgang der Wahnvorstellungen und schützt vor Rückfällen, sondern es fördert auch eine stärkere Krankheitseinsicht. Mehr unter <http://idw-online.de/pages/de/news399123>)

Chefsache Psychische Gesundheit

Die psychische Gesundheit von Mitarbeitern hat sich - auch durch die Wirtschaftskrise - von einem Randthema zur Nummer Eins der arbeitsbedingten Erkrankungen entwickelt. Führungskräfte können jedoch durch die Gestaltung der Arbeitsbedingungen und ihren Umgang mit den Beschäftigten die psychische und körperliche Gesundheit unmittelbar beeinflussen. Der Verband Deutscher Betriebs- und Werksärzte hat fünf Ratschläge für Führungskräfte zusammengestellt, wie psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz vermindert werden können. Mehr unter http://www.arbeit-und-gesundheit.de/webcom/show_article.php/_c-661/_nr-189/i.html.

Losheim: Postpartale Depression - Mütter in der Krise

Weitaus mehr Frauen als gemeinhin angenommen geraten nach der Geburt ihres Kindes in eine seelische Krise. Allein in Deutschland sind jährlich etwa 100.000 Frauen betroffen. So mannigfaltig die Ursachen sind, so unterschiedlich auch die Hilfemöglichkeiten - aber in jedem Fall brauchen die Frauen Zuwendung und Menschen, die sie verstehen und die sie ernst nehmen. Genau dafür ist die Selbsthilfegruppe gedacht - als Möglichkeit, sich in vertrauensvoller und entspannter Atmosphäre zu öffnen, sich auszutauschen und zu erkennen: Ich bin nicht allein. Es gibt einen Weg aus der Krise. Die Gruppentreffen finden in Losheim statt. Kontakt: B. Weyand, (0 68 72) 81 92. Informationen auch unter <http://www.schatten-und-licht.de>.

Verzeichnis der Anbieter von Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben

Die Träger der Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben haben ein Verzeichnis erstellt, das eine erste Orientierung über die Angebotsstruktur der Anbieter ermöglicht. Die Angaben betreffen u. a. Angebote zum besonderen individuellen Förder- und Unterstützungsbedarf, zur Form der Leistungserbringung, zu speziellen Zielgruppen, zu einzelnen Berufsfeldern, zur schulischen Unterweisung, zur Qualitätssicherung oder zu Wohnangeboten. Das Verzeichnis ist nach Bundesländern sortiert und kann unter http://www.bar-frankfurt.de/LTA_Verzeichnis.bar eingesehen werden.

Duisburger Netzwerk für Kinder psychisch kranker Eltern ausgezeichnet

Kinder psychisch kranker Eltern bleiben mit ihrer belastenden Lebenssituation meist allein. Denn bislang gibt es für die betroffenen Kinder bundesweit kaum vernetzte Unterstützungsangebote. Die Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) Duisburg hat diese Versorgungslücke erkannt und ein vorbildliches Netzwerk unterschiedlicher Hilfesysteme für Kinder psychisch kranker Eltern geschaffen. Für dieses Engagement ist die Initiative in Berlin mit dem !Impuls - Integrationspreis Seelische Gesundheit des Bundesverbands der Angehörigen psychisch Kranker e. V. und Janssen-Cilag GmbH ausgezeichnet worden. Mehr unter http://psychiatrie.de/data/downloads/84/00/00/PM_Impuls_2010_110113.pdf.

Netzwerke für psychisch Kranke

Ab sofort können sich Interessierte unter <http://www.impuls-psychiatrie.net> über vernetzte regionale Versorgungsangebote informieren. Die Internetseite stellt 100 beispielhafte Projekte für psychisch kranke Menschen aus ganz Deutschland vor. Die Schwerpunkte der einzelnen Initiativen reichen von gemeinsamen Projekten zur beruflichen Integration psychisch kranker Menschen über vernetzte Hilfen für wohnungslose Patienten bis hin zu abgestimmter ambulanter Betreuung. Zielgruppen der Netzwerke sind außer chronisch psychisch Erkrankten und Menschen in akuten psychischen Krisen auch ihre Angehörigen. (Quelle: Ärzte Zeitung, 11.02.2011)

Die Schizophrenie im Blick der Philosophie

Die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN) hat in Verbindung mit der Stiftung für Seelische Gesundheit sowie in Zusammenarbeit mit der „Gesellschaft für Philosophie und Wissenschaften der Psyche“ den mit insgesamt 4.000 Euro dotierten DGPPN-Preis für Philosophie in der Psychiatrie 2010 vergeben. Der Preis ging zum einen an Dr. med. Martin Voss und Professor Gottfried Vosgerau für ihre Arbeit „Autorenschaft und Kontrolle über Gedanken“. Zum anderen wurde Dr. med. Lara Rzesnizsek für ihre Arbeit „Depersonalisation, Ich-Störung, Störung des Selbstbewusstseins“ ausgezeichnet. Einige Patienten, die an Schizophrenie leiden, erleben einen Teil ihrer Gedanken als von außen eingegeben und fremd. Schizophrene Patienten scheinen im Gegensatz zu Gesunden nicht in der Lage zu sein, die eingegebenen Gedanken zu kontrollieren und in den Griff zu bekommen. Der Philosoph Prof. Dr. Gottfried Vosgerau von der Universität Düsseldorf und der Psychiater Dr. med. Martin Voss von der Charité Campus Mitte gehen in einem von der Volkswagenstiftung geförderten interdisziplinären Forschungsprojekt der Frage nach, was es bedeutet einen unkontrollierbaren Gedanken zu haben. Bevor eine Erforschung des Phänomens „Gedanken-eingebung“ mittels moderner neurowissenschaftlicher Methoden wie funktioneller Kernspintomographie oder Elektroenzephalographie möglich ist, müssen auf dieser Ebene wichtige Fragen geklärt und Begriffe definiert werden. Die Autoren

Kuren für Angehörige psychisch Kranker

Schon seit vielen Jahren werden in Bad Wurzach Kuren für Mütter und Partnerinnen von psychisch kranken Angehörigen in Zusammenarbeit mit unserem Bundesverband BApK angeboten. Mütter und Partnerinnen eines psychisch Kranken sind - oft lebenslänglich - extremen Belastungssituationen ausgesetzt. Isolation, psychische und körperliche Überforderung, Verzicht auf Urlaub und Freizeitgestaltung sind nur einige der Belastungselemente. Auch hohe zusätzliche finanzielle Aufwendungen im Zusammenhang

mit der Sorge für den psychisch kranken Angehörigen belasten die familiäre Situation. Häufig entstehen als Folge dieser jahrelangen Beanspruchungen bei den Müttern/Partnerinnen erhebliche körperlich-somatische und psychische Beeinträchtigungen.

Ziel dieses Angebots ist, den Frauen die Möglichkeit des „Auftankens“ zu geben und die eigene Gesundheit zu stabilisieren. Nächster Termin: **21. September bis 12. Oktober 2011.**

Weitere Informationen unter <http://www.muettergenesung-kur.de>.

Dazu ein Angebot unseres Angehörigenverbandes:

Vor diesem Hintergrund möchte unser Landesverband im September oder Oktober - auch für Väter und Partner - ein Wochenendseminar anbieten. Auf dem Programm sollen zwei Fachvorträge stehen und ansonsten Entspannung und Erholung. Wir

haben das Haus Sonnenwald in Besseringen bzw. das Gästehaus des Klosters in Tholey ins Auge gefasst. Interessierte werden gebeten, sich bis Ende April mit Herrn Pawelczyk in Verbindung zu setzen, damit genug Zeit für die Organisation bleibt.

legen in ihrer Arbeit „Autorenschaft und Kontrolle von Gedanken“ dazu die Grundlage.

Ebenso überzeugte die Jury die Arbeit der Psychiaterin Dr. med. Lara Rzesnizsek von der Charité Campus Benjamin Franklin. Hintergrund ihrer Arbeit ist die Frage, inwiefern Bipolare Störungen und Schizophrenie unterschiedliche Krankheiten oder lediglich verschiedene Ausprägungen einer Art Einheitspsychose sind. In der

gegenwärtigen Fachdiskussion geht es um eine angemessene Definition der Psychose im Allgemeinen. Die Diskussion geht sogar so weit, den Krankheitsbegriff der Schizophrenie umzubenennen - etwa in Saliency Syndrom. Ihre Arbeit leistet einen provokanten Beitrag dazu und nähert sich dem Thema auf der Ebene der direkten psychiatrischen Befundbeschreibung.

Mehr unter <http://idw-online.de/pages/de/news399169>.

Integrierte Versorgungsverträge (IV)-Verträge: BApK fordert Transparenz, Evaluation und Qualitätssicherung

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker e. V. (BApK) begrüßt die Chancen, die durch Integrierte Versorgungsverträge auch in der Versorgung psychisch kranker Menschen gegeben sind. Bereits 2006 hat der BApK einen Kriterienkatalog für IV-Verträge erarbeitet, um sicherzustellen, dass derartige Verträge tatsächlich eine bessere Versorgung bringen und weder alten Wein in neuen Schläuchen darstellen noch rein kostenorientiert sind. Nachdem in der Modellphase die Krankenkassen sehr zurückhaltend beim Abschluss von IV-Verträgen im Bereich der psychiatrischen und psychotherapeutischen Versorgung waren, hat sich das in der letzten Zeit geändert.

Leider sind die Regelungen in allen IV-Verträgen nicht transparent. Soweit dem BApK bekannt, gibt es auch noch keine Evaluationsergebnisse. Den Patienten und ihren Familien bleiben also die Versprechungen, die eingeschriebenen Patienten gemacht werden. Attraktiv sind dabei insbesondere Leistungen, die üblicherweise vom Versorgungssystem nicht oder nur in Einzelfällen erbracht werden. Dazu gehören: Bezugsperson mit Lotsenfunktion, aufsuchende Dienste, ambulante psychiatrische Krankenpflege, Soziotherapie, Psychoedukation, Unterstützung für Angehörige und nicht zuletzt ein Krisendienst rund um die Uhr. Dies alles sind Forderungen der Selbsthilfe der Familien, die seit vielen Jahren formuliert werden. Die Beurteilung angebotener

IV-Verträge ist wegen der fehlenden Transparenz und Evaluation also nur dahingehend möglich, für wie glaubhaft die genannten Versprechungen gehalten werden oder auch durch die Abwägung, ob Chancen und Risiken in einem vertretbaren Verhältnis stehen. Dies kann im Einzelfall zu unterschiedlichen Einschätzungen führen, wie im Fall des derzeit in der Diskussion stehenden IV-Vertrags in Niedersachsen zwischen der AOK und einer Management-Gesellschaft, die Tochter eines Pharmaunternehmens ist.

Die Zulassung von pharmazeutischen Unternehmen als direkte Partner in IV-Verträgen, die ausgerechnet im Zuge des Arzneimittelmarktneuordnungsgesetzes beschlossen wurde, sieht der BApK mit Skepsis. Dies gilt auch für andere IV-Verträge, so z. B. die Verträge der Techniker Krankenkasse, die diese in verschiedenen Regionen mit einem regionalen Träger als alleinigem Partner auf Anbieterseite abgeschlossen hat. Dazu wurde z. B. in Schleswig-Holstein ebenfalls eine Management-Gesellschaft als Tochter des ohnedies größten Anbieters in Schleswig-Holstein gegründet.

Der BApK steht grundsätzlich jeder Art von Exklusiv-Verträgen kritisch gegenüber, egal ob mit einem mit der Pharmaindustrie verbundenen Unternehmen, einem Krankenhausträger oder einem anderen Leistungsanbieter. Da bei allen diesen Verträgen wirtschaftliche Interessen der Beteiligten eine erhebliche Rolle spielen, wird der BApK als neutraler Verband ohne wirtschaftliche Eigeninteressen und ohne wirtschaftliche Abhängigkeit von einzelnen Unternehmen oder Organisationen nicht Position für oder gegen eine

der beteiligten Parteien in IV-Verträgen beziehen, solange keine Fakten bezüglich eines Missbrauchs wirtschaftlicher oder anderweitiger Verflechtungen vorliegen. Allerdings muss die weitere Entwicklung sorgfältig beobachtet und die Durchführung neutral evaluiert werden. Dafür hofft der BApK auch auf Unterstützung aus der Politik. (Quelle: <http://www.bapk.de>)

Psychoedukation: Stabilisierung des Stimmungsstabilisators

„Wenn man kaum mehr schläft und innerhalb von 14 Tagen drei Autos kauft, die man sich nicht leisten kann, ist relativ klar: Es handelt sich um eine Manie“, erklärt Christian Simhandl, Psychiater, Psychotherapeut und Leiter des Bipolar Zentrums in Wiener Neustadt. Viele Betroffene erkennen ihre Manie nicht selbst, sondern sind auf Rückmeldungen durch Familienmitglieder, Freunde oder Arbeitskollegen angewiesen, die aber in der akuten manischen Phase oft nicht angenommen werden. Hier tritt das Konzept der Psychoedukation auf den Plan.

Psychoedukation gibt es nicht nur für Bipolare Erkrankungen, sondern auch für Schizophrenie oder Depression. In Psychoedukationsgruppen teilen Betroffene einander ihre Beobachtungen mit, besprechen ihre Erlebnisse, was die möglichen Folgen einer Manie sind und an wen sie sich wenden. Was dem Arzt oder der Familie nicht geglaubt wird, nehmen die Erkrankten in der Gemeinschaft Gleichbetroffener besser an. Mehr unter <http://derstandard.at/1297216165872/Psychoedukation-Stabilisierung-des-Stimmungsstabilisators>.