

## **Auch leichte psychische Störungen sollten gelöst werden**

Die folgende Meldung, die gleich von mehreren Agenturen und Zeitungen gebracht wurde, belegt eindeutig, wie lebensrettend nicht nur die psychotherapeutische Arbeit, sondern auch schon die Tätigkeit des Psychologischen Beraters sein kann. Die Ärzte-Zeitung online titelte am 04.08.12 sogar *„Schon ein bisschen Stress tötet - Die Lebenserwartung von Menschen mit psychischen Problemen ist verkürzt. Auch dann, wenn die Beschwerden noch keinen Krankheitswert haben.“*

Sie referierte genau wie schon am 03.08.12 die Zeitung „Arzt am Abend“, die wir hier zitieren, über eine groß angelegte britische Studie mit über 68.000 Teilnehmern. Danach sind leichte psychische Störungen mehr als nur Missbefindlichkeiten, denn sogar Menschen mit nur leichten psychischen Beschwerden haben eine schlechtere Prognose als psychisch Gesunde:

„Dass psychische Störungen keine Befindlichkeitsstörungen sind, legt nun auch eine Analyse von zehn britischen Kohorten-Studien nahe, die gerade im „British Medical Journal“ erschienen ist. Hauptergebnisse der Studie:

Es gibt eine Dosis-Wirkungs-Beziehung zwischen psychischen Störungen und Sterblichkeit. Und: Selbst Menschen mit nur leichten psychischen Beschwerden – das waren rund 25 Prozent der Teilnehmer – haben eine schlechtere Prognose als psychisch Gesunde. Ausgewertet wurden Daten aus den Jahren 1994 bis 2004 – und zwar von 68.222 mindestens 35-jährigen Erwachsenen (Durchschnittsalter 60), die weder eine Herz-Kreislauf- noch eine Krebs-Erkrankung hatten und ihren eigenen vier Wänden lebten. Das Befinden wurde mit einem Fragebogen, dem „General Health Questionnaire“ (GHQ-12) beurteilt, bei dem unter anderem nach Ängsten, Vertrauensverlust und depressiven Symptomen gefragt wird. Ausgehend von diesem Fragebogen wurden die Studienteilnehmer in vier Gruppen eingeteilt: asymptomatisch, subklinisch symptomatisch, symptomatisch und hoch symptomatisch.

Die Beobachtungsdauer betrug im Mittel acht Jahre. In dieser Zeit gab es 8.365 Todesfälle, darunter 3.382 kardiovaskuläre, 2.552 tumor-bedingte und 386 äußere Todesfälle. Aus den vorliegenden Daten errechneten die Wissenschaftler um Dr. David Batty („University College London“) für die Studienteilnehmer mit psychischen Störungen (unabhängig vom Schweregrad) eine Zunahme des Gesamtmortalitäts-Risikos um 21 Prozent; des kardiovaskulären Mortalitäts-Risikos um 22 Prozent, des tumor-bedingten Sterbe-Risikos um neun Prozent und des Risikos für Tod durch äußere Umstände um 26 Prozent.

Selbst Studienteilnehmer, die der Gruppe „subklinisch symptomatisch“ zugeordnet waren, haben – auch nach Berücksichtigung von relevanten Einflussfaktoren – ein insbesondere kardiovaskulär signifikant erhöhtes Mortalitäts-Risiko. (tk).