

PSY-CARE – Psychotherapeuten unterstützen pflegebedürftige ältere Menschen mit Depression in Berlin



© Halfpoint - Adobe Stock

Pflegebedürftig zu sein ist nicht nur eine körperliche und finanzielle, sondern auch eine große emotionale Herausforderung für die Betroffenen. Fast jeder dritte bis vierte Pflegebedürftige ist von einer depressiven Erkrankung betroffen. Die weltweit einzigartige Versorgungsinitiative PSY-CARE in Berlin bietet den Betroffenen und ihren Angehörigen Hilfe. Dabei erhalten Pflegebedürftige mit Depression Unterstützung durch eine bisher in dem Bereich nicht vertretene Berufsgruppe – nämlich Psychotherapeuten mit spezieller gerontologischer Qualifikation. Das Projekt PSY-CARE wird durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) gefördert und von der MSB Medical School Berlin in Kooperation mit der Charité Universitätsmedizin umgesetzt.

Nach aktuellen Analysen leben allein in Berlin circa 113.000 Pflegebedürftige, die überwiegende Mehrheit älter als 60 Jahre. Bis zum Jahr 2030 wird diese Zahl auf 162.000 Personen ansteigen. Mehr als 75 Prozent der pflegebedürftigen Menschen werden zu Hause gepflegt. Pflegebedürftige sind nicht nur körperlichen, sondern auch psychosozialen Belastungsfaktoren ausgesetzt, die das Risiko von Depression erhöhen. Dazu gehören eingeschränkte Möglichkeiten, sich am sozialen Leben zu beteiligen, und die Abhängigkeit von anderen bei der Verrichtung von Dingen des alltäglichen Lebens. Umgekehrt erhöht Depression das Risiko für körperliche Erkrankungen, Suizidalität und verstärkten Hilfebedarf. Der deutliche Zusammenhang zwischen Depression und beeinträchtigter Lebensqualität bei pflegebedürftigen älteren Menschen macht es zu einer wichtigen gesundheitspolitischen Aufgabe, Depressionen zu erkennen und angemessen zu behandeln.

Große Versorgungsdefizite bei Pflegebedürftigen mit Depression

Haus- und Nervenärzten kommt eine wichtige Funktion in der Behandlung der Patientengruppe bei. Allerdings mangelt es nicht selten an Zeit für die aufwändige Betreuung der Patienten, Hausbesuche und die sehr wichtigen, aber umfangreichen Koordinations- und

Kooperationsaufgaben etwa mit Pflegekräften, Physio- und Ergotherapeuten. Psychotherapeuten wiederum sind noch nicht ,in den Köpfen als relevante Akteursgruppe in der Versorgung dieser Patientengruppe verankert. „Das lohnt sich doch nicht mehr!“ ist eine häufige Annahme von Behandlern und Pflegenden. Entsprechend werden ältere Menschen mit Depression häufig nur pharmakologisch behandelt, obwohl gerade bei gebrechlichen älteren Menschen die Nebenwirkungen von Antidepressiva erheblich sein können. Auch ältere Menschen selbst trauen sich eine Psychotherapie häufig nicht mehr zu oder denken „Das steht mir nicht mehr zu“.

Psychotherapie wirkt auch im hohen und sehr hohen Alter

Dabei ist die Wirksamkeit von Psychotherapie, insbesondere Verhaltenstherapie, bei älteren Patienten mit Depression in Meta-Analysen gut belegt worden. Bisher wenig Wirksamkeitsnachweise liegen für multimorbide, sehr alte und pflegebedürftige Patienten vor. Allerdings zeichnet sich auf der Basis weniger Pilotstudien aus dem Ausland auch hier eine positive Tendenz ab.

Trotz des steigenden Bedarfs sowie entsprechender Leitlinienempfehlungen durch Fachgesellschaften befinden sich allerdings weniger als fünf Prozent der älteren Menschen mit Depression in Deutschland in psychotherapeutischer Behandlung. Bei Pflegebedürftigen kann man sogar von einer ‚Nicht-Versorgung‘ statt einer Unterversorgung sprechen. Dabei kann eine Psychotherapie pflegebedürftige Patienten dabei zu unterstützen, das Leben wieder besser bewältigen und zuversichtlicher Dinge anpacken zu können

Das Projekt PSY-CARE für Pflegebedürftige mit Depression

Das Projekt ist an der MSB Medical School Berlin angesiedelt. Die private Hochschule für Medizin und Gesundheit hat ihren Sitz in Berlin Lankwitz und möchte mit dem Projekt PSY-CARE unter der Projektleitung von Prof. Dr. Eva- Marie Kessler, Professorin für Gerontopsychologie, diese Versorgungslücke schließen. Pflegebedürftigen Menschen über 60 mit Depression wird in dem Projekt in Berlin und angrenzenden Regionen Brandenburgs der Zugang zu psychologischer Therapie und Beratung gebahnt. Insbesondere wird untersucht, ob eine ambulante Kurzzeit-Verhaltenstherapie im Behandlungsteam mit Hausärzten und Pflegenden bei zuhause lebenden Pflegebedürftigen mit Depression wirkt. Eine leichte kognitive Störung oder eine beginnende Demenz sind dabei explizit kein Ausschlusskriterium. Es handelt sich um die weltweit erste Studie zu der Thematik.

Das Projekt PSY-CARE wird durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) gefördert wird. Die wissenschaftliche Evaluation erfolgt durch die Charité Universitätsmedizin Charité – Institut für Medizinische Soziologie und Rehabilitationswissenschaft (IMSR).

Die Versorgungsinitiative PSY-CARE ist in den letzten Monaten bereits auf positive Resonanz in der Berliner Altenhilfe (Kliniken, Pflegedienste, Pflegestützpunkte, Seniorenfreizeitstätten etc.) und bei älteren Menschen und ihren Angehörigen selbst

gestoßen. Bereits über 120 ältere Berliner nehmen daran teil. Durch die Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Verhaltenstherapie (dgvt) ist es gelungen, ein weltweit einzigartiges Netzwerk von gerontologisch qualifizierten niedergelassenen Psychotherapeuten für die Mitarbeit aufzubauen, welches zur Verfügung steht. Im Fall von starker Mobilitätseinschränkung werden die psychotherapeutischen Sitzungen im häuslichen Umfeld der Patienten angeboten.

Das Netzwerk von Psychotherapeuten wird auch nach Ende des Projektes älteren Menschen mit Depression zur Verfügung stehen. Die Ergebnisse des Projektes werden durch den G-BA in der Regelversorgung umgesetzt werden.

Anmeldungen für Ihre Kunden 60plus mit Pflegegrad und Depression sind aktuell möglich. Die Teilnahme ist kostenlos. Unter **030 – 766 8375 838** stehen Prof. Dr. Eva-Marie Kessler und ihren Mitarbeiterinnen für Informationen und Anmeldungen zur Verfügung.

TEILNEHMEN, KÖNNEN ALLE, DIE...

- älter als 60 Jahre sind;
- zuhause leben und Pflegebedarf haben (Pflegegrad 1 – 5)
- einige der folgenden Beschwerden zeigen:
 - ✓ Antriebsmangel
 - ✓ Interessen- und Freudlosigkeit
 - ✓ gedrückte Stimmung und Schuldgefühle
 - ✓ Schlaf- und Appetitstörungen
 - ✓ Lebensüberdruß und verminderter Antrieb
 - ✓ negativ getrübe Gedanken

Unter www.psy-care.de haben Sie auch die Möglichkeit, einen Informationsflyer für Ihre Kunden ausdrucken. Gerne schicken wir Ihnen auch Informationsflyer und kleine Poster (A4) zur Auslage.

Kontakt MSB Medical School Berlin | Calandrellistr. 1-9 | 12247 Berlin
Prof. Dr. habil. Eva-Marie Kessler
Tel: 030 / 7668375- 832 | Mail: [eva-marie.kessler\(at\)medicalschoo-berlin.de](mailto:eva-marie.kessler@medicalschoo-berlin.de)
www.medicalschoo-berlin.de | www.facebook.com/MSBMedicalSchoolBerlin/