

Psychotherapeutische Versorgung in unterversorgten Regionen sicherstellen!

Antrag der Fraktion der SPD, Drucksache 18/3666

Anhörung des Ausschusses für Arbeit, Gesundheit und Soziales am

13. September 2023

LANDTAG
NORDRHEIN-WESTFALEN
18. WAHLPERIODE

**STELLUNGNAHME
18/740**

A01

STELLUNGNAHME DER DEUTSCHEN DEPRESSIONSLIGA

Kurzvorstellung der Deutschen DepressionsLiga e. V.

Die Deutsche DepressionsLiga e.V. ist eine bundesweit aktive Patientenvertretung für an Depressionen erkrankte Menschen. Sie ist eine reine Betroffenenorganisation, deren Mitglieder entweder selbst von der Krankheit Depression betroffen oder deren Angehörige betroffen sind. Wer nicht zu diesem Personenkreis gehört, hat die Möglichkeit einer Fördermitgliedschaft.

Der Vorstand und die Mitglieder arbeiten ehrenamtlich an ihren Zielen Aufklärung und Entstigmatisierung, an Angeboten der Hilfe und Selbsthilfe für Betroffene und an der Vertretung der Interessen dieser Menschen gegenüber Politik, Gesundheitswesen und Öffentlichkeit. Wir legen großen Wert auf Unabhängigkeit von der Pharmaindustrie oder sonstigen Interessengruppen und haben dies auch in unserer Satzung festgeschrieben.

Die DDL ist als gemeinnützig anerkannt und wird finanziert im Rahmen der Selbsthilfeförderung der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 h SGB V sowie durch Mitgliedsbeiträge, Spenden und sonstige Zuwendungen.

Die DDL hat ca. 1.782 Mitglieder (Stand April 2023).

Projekt 22 Wochen Warten

<https://depressionsliga.de/projekte/22wochenwarten/>

22 Wochen Warten – Jeder Tag ist einer zu viel!

Niemand wartet gerne. Ob an der Supermarktkasse oder an der Ampel. Stellen Sie sich vor, Sie warten 22 Wochen auf einen Psychotherapieplatz. Denn das ist aktuell die durchschnittliche Wartezeit. 22 lange Wochen, in denen der Leidensdruck bei Betroffenen enorm wachsen kann. Wir fordern die

Bundesregierung (und alle anderen verantwortlichen Politiker) dazu auf, nicht länger zu warten, und endlich etwas zu verändern.

Warum wir nicht länger warten wollen

Lange Wartezeiten auf einen Therapieplatz sind nicht die Ausnahme, sondern die Norm. Wir wissen, was das für Betroffene und deren Angehörige bedeutet: Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung, Resignation. Das Warten ist kräftezehrend und manchmal sogar lebensgefährlich.

Mit der Aktion „#22WochenWarten“ wollen wir auf dieses lebenswichtige Thema aufmerksam machen, damit das Warten endlich ein Ende hat.

Damit sich die Situation in Deutschland endlich ändert und die Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz reduziert werden, haben wir uns mit [einem offenen Brief](#) in Form einer Petition an die Bundesregierung gewendet. Dieser wurde – mit über 100.000 Unterschriften von change.org – an den Bundesgesundheitsausschuss überreicht.

Digitales Wartezimmer – Geschichten von Betroffenen

Auf unserer Homepage haben wir exemplarische Betroffenenberichte veröffentlicht:

<https://depressionsliga.de/projekte/22wochenwarten/>

Im April 2021 beginne ich meine Suche. Unzählige Telefonate und einige Erstgespräche mit dem selben Ergebnis, wir haben keine freien Therapieplätze. Am 5. Oktober 2021 endet der Leidensdruck im Schlaganfall. Ich habe dann einen Platz gefunden und aus einer anfänglichen Akutbehandlung wurde eine Langzeittherapie bei der für mich besten Therapeutin.

--

nach einem schweren Unfall mit Folgeschäden hatte ich PTBS & Depressionen, wollte es als Mann nicht wahrhaben. Monatelang sagte ich mir: "du schaffst das, gib nicht auf", dann der Zusammenbruch, nichts ging mehr, ich brauchte Hilfe. Die Antwort nach einem dutzend Telefonaten? "Ich kann Ihnen in 8 Monaten einen Probetermin anbieten."

--

Ich war viel zu krank, um mich selber um einen Platz zu kümmern. Wir wohnen in einer kleinen Stadt, und da gibt es wenig Möglichkeiten. Mein Mann hat dann telefoniert. Eine Therapeutin in der Nähe war telefonisch erreichbar. Ich kam auf die Liste, 9 Monate Wartezeit! Viele sind telefonisch nicht erreichbar, nehmen keine Patienten mehr an oder gehen erst gar nicht ans Telefon. Die Klinik war dann meine einzige Möglichkeit. Dort habe ich eine Ärztin kennen gelernt, die eine Praxis aufmachen wollte. Wartezeit 7 Monate!

--

Ich arbeite mit Menschen mit psychischer Diagnose. Ich bin total müde und hilflos, motivierte Menschen zu sehen, die an ihren Situation was ändern wollen und Ihnen zu sagen "Es wird schwer einen Platz zu finden". Ich sehe wie sie trotz intensivster Suche von Woche zu Woche resignieren. Frustrierend!

--

Ich verspüre Verzweiflung, aber auch Wut über diese mangelhafte Situation, auf einen Therapieplatz immer wieder warten zu müssen. Dieses Jahr konnte mir trotz eines PTV 11-Formulars mit Vermittlungscode im Umkreis von 150km kein Termin über die Kassenärztlichen Bundesvereinigung angezeigt werden. Und ich wohne zwischen Großstädten! Irgendwann erhält man zwar Hilfe, aber es muss sich dringend etwas an den Wartezeiten ändern. Momentan gibt mir meine Selbsthilfegruppe sehr viel Halt.

--

Im Jahr 2017 bin ich in eine tiefe Depression gerutscht, dazu kamen Ängste, Panikattacken und vieles mehr. Ich war Innerhalb 1 1/2 Jahren in 3 Kliniken und eine davon war eine Akutklinik. Nur durch die Klinik in Dahn bekam ich einen ambulanten Therapie Platz. Ein Therapeut der Klinik gab mir einen Platz, nach über 1 Jahr. Ich fuhr alle 2 Wochen 1 Stunde hin, hatte Therapie und fuhr eine Stunde zurück.

Jetzt habe ich eine Selbsthilfegruppe gegründet und versuche anderen und mir selbst zu helfen. Durchschnittlich 22 Wochen warten damit man Hilfe bekommt sind untragbar.

Zeit für Veränderungen

--

Die Wartezeit brachte mich noch mehr ins Grübeln. Wirke ich glaubwürdig depressiv? Ich bin doch (noch) "arbeitsfähig"

Reicht es, um die Notwendigkeit einer Therapie zu begründen? Wie soll eine DiGA das überbrücken, wenn ich keinen Antrieb habe, das Programm zu starten? Das Verstecken und weiter funktionieren ist einfach so kraftezehrend.

--

Mein bisschen Energie habe ich darauf verwendet, erreichbare Therapeuten zu finden, einen Plan zu erstellen, wann sie telefonisch erreichbar sind und dann jeden Tag mindestens einen anzurufen. Mehr Absagen konnte ich nicht ertragen, ich fühlte mich persönlich abgelehnt. Nach vier Wochen hatte ich zwei Erstgespräche und dann einen Platz acht Wochen später. Glück gehabt, scheint mir.. (Wartelisten führte kein einziger ()).

--

Ich hab alle Therapeut:innen in der Stadt in der ich damals lebte und Umgebung abtelefoniert. Letztendlich hab ich keinen Termin erhalten oder war auf Wartelisten. Ich hab mich dann dazu entschieden meine Therapie selbst zu zahlen. Das hab ich zwei Jahre gemacht. Nach meinem Umzug nach Hannover ging das Spiel von vorne los. Warteliste oder voll. Ich hatte dann Glück und bekam die Nummer von einer Therapeutin, die sich neu niederließ und noch Patient:innen aufnahm. Bis es allerdings soweit war, hab ich noch nen armen Krankenkassenmitarbeiter zusammen geschrien, wie blöd das System ist. Insgesamt hat das alles viel Kraft gekostet zusätzlich zu den Zweifeln, ob ich überhaupt ne Therapie verdiene und später, dann die Angst einfach jemanden zu nehmen, mit dem/der ich nicht klarkomme.

--

Im Oktober 2021 war ich dem Tod näher als dem Leben. Ich war schwerst an Depressionen erkrankt, hatte bereits alles für meinen Suizid geplant. Meine Ärztin hat mich rechtzeitig abgefangen und eingewiesen. Seit damals suche ich einen Therapieplatz (50km Umkreis). Erfolglos. Selbst schwerst,

lebensbedrohlich Erkrankte, bekommen aktuell keine ambulante Anbindung. Es ist frustrierend und beängstigend. Ich bin aktuell stabil. Aber wie lange? Wer wird mich abfangen, wenn ich die nächste schwere Episode habe? Mir mein Hirn wieder einredet, die Welt wäre ohne mich besser dran?

--

Mein Name ist Pascal, 27 "ewiger Student" der Leistungsdruck der Gesellschaft hat mich immer weiter angetrieben. Nie war etwas gut genug. Jeder Erfolg einen Dreck wert. So lange bis der einzig beruhigende Gedanke eine Flucht in Selbstmordgedanken war. Ich erkannte, dass das nicht normal sein kann. Als ich fragte ob man hier erst vom Dach springen muss um Hilfe zu bekommen, wurde mir geholfen. Soweit sollte man nicht gehen müssen.

--

Meine letzte Psychotherapieplatzsuche in Kiel dauerte ein Jahr. Nach etlichen erfolglosen, frustrierenden Anrufen gelang ich über Umwege (116117 Erstgespräch -> Empfehlungsschreiben -> Überweisung Hausarzt) auf die Warteliste eines Ambulanzentrums. Insgesamt sind jedoch 5 Jahre und mehrere Umzüge vergangen seit meine letzte Therapeutin aufgrund meines damaligen ADHS Verdachts die Therapie abbrach.

[Psychotherapie: Lange Wartezeiten bis zu einem Therapieplatz - Nachrichten - WDR](#)

Die Deutsche Depressionsliga schließt sich diesem Bericht des WDR vom 20.07.2022 an.

Das die Situation sich ein Jahr später 2023 unverändert darstellt, ist nicht hinnehmbar. Dies bedeutet weiterhin unterlassene Hilfeleistung für seelische erkrankte Menschen !

Bericht des WDR :

Psychotherapie: Lange Wartezeiten bis zu einem Therapieplatz

Stand: 20.07.2022, 15:46 Uhr

Wer psychische Probleme hat, muss in Deutschland im Schnitt knapp fünf Monate auf einen Therapieplatz warten - in NRW sogar noch länger. Was heißt das für Betroffene? Warum dauert es so lange? Und wie kann die Politik das Problem lösen?

Von Lisa Jülich und Judith Bräuniger

Manuel, 26, hat längst erkannt, dass es so nicht weitergehen kann. Der Solinger verspürt keine Freude mehr, nichts macht ihm mehr Spaß. Nach außen funktioniert er. Innerlich fühlt er sich tot. Manuel weiß, dass er Hilfe braucht. Er ist auch bereit, danach zu fragen. Der Griff zum Telefon ist aber unglaublich schwer.

"Das klingt für Außenstehende total absurd", sagt er. "Man will zwar irgendwie, dass einem das Leid abgenommen wird, dass man Hilfe bekommt. Aber den Aufwand, das Handy zu nehmen, den bewältigt man einfach nicht."



Manuel weiß: "So geht es nicht weiter."

Manchmal schafft er es doch. Dann ruft er bei einer Psychotherapiepraxis an, erzählt einer fremden Stimme, wie es ihm geht, was bei ihm los ist. Dann fragt er nach einem Therapieplatz und bekommt: eine Absage. Eine nach der anderen.

In NRW wartet man besonders lange auf einen Therapieplatz

Rund 43 Prozent der Erwachsenen in Deutschland leiden laut der Deutschen Psychotherapeuten Vereinigung (DPtV) einmal in ihrem Leben an einer psychischen Erkrankung. Tendenz steigend. Verschiedene Studien belegen: Seit der Pandemie haben psychische Erkrankungen wie Angststörungen, Depressionen, Stresssymptome, Einsamkeitsgefühle, Essstörungen und Schlafprobleme zugenommen.

Eine Folge davon: längere Wartezeiten. Laut Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) warten Betroffene im Schnitt mehr als fünf Wochen auf ein sogenanntes psychotherapeutisches Erstgespräch. Seit 2017 sind Psychotherapeutinnen und -therapeuten dazu verpflichtet, ein solches anzubieten. Patientinnen und Patienten sollen dadurch schneller abklären lassen können, ob sie eine Therapie brauchen.

"Spätestens nach dem dritten Anruf denkt man sich: Es hat eigentlich eh keinen Sinn, dann lasse ich es lieber." Manuel, 26, bis heute ohne Therapieplatz

Doch ein Erstgespräch ist noch lange keine Garantie für einen Therapieplatz. Laut BPtK warten 40 Prozent der Betroffenen nach ihrem psychotherapeutischen Erstgespräch drei bis neun Monate auf den Beginn einer Behandlung. Im Schnitt sind es bundesweit 19,9 Wochen, fast fünf Monate.

Dabei gibt regionale Unterschiede. Vergleicht man die Wartezeiten unter den Bundesländern, zeigt sich: In NRW wartet man besonders

lang auf einen festen Therapieplatz - im Schnitt 23,1 Wochen oder fast sechs Monate.

Es fehlt nicht an Therapeuten, sondern an Therapeuten mit Kassensitz

Die langen Wartezeiten sind ein Problem. Denn mit der Wartezeit steigt auch das Risiko, dass sich psychische Erkrankungen verschlimmern, verlängern oder immer wiederkehren, mahnt die Bundespsychotherapeutenkammer. Mit zunehmender Wartezeit steigt zudem der Anteil der Menschen, die die Therapieplatzsuche wieder aufgeben.

Auch Manuel stand kurz davor. Er sagt: "Spätestens nach dem dritten Anruf denkt man sich: Es hat eigentlich eh keinen Sinn, dann lasse ich es lieber. Man befindet sich dann in einer Spirale, die sich immer weiter nach unten dreht. Irgendwann ist man an dem Punkt, es mit sich selbst ausmachen zu wollen."

Manuel hat auf ein Erstgespräch zwei Monate warten müssen und dabei 15 Absagen kassiert. Jedes Mal hat er in etwa dasselbe zu hören bekommen: "Ich bin voll ausgebucht. Ich habe leider keinen freien Platz." Manche Therapeutinnen und Therapeuten führen eine Warteliste. Andere sogar Wartelisten für die Warteliste. Manche bieten auch das nicht an.

Bei Therapeutin Nummer 16 hat Manuel ein Erstgespräch bekommen. Sie diagnostiziert: Manuel hat eine affektive bipolare Störung. Im Volksmund würde man sagen, er ist manisch-depressiv. Einen festen Therapieplatz hat er trotzdem noch nicht.

Die "Bedarfsplanung" orientiert sich laut BPtK nicht am tatsächlichen Bedarf

Laut Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) liegt das Problem nicht etwa darin, dass es in Deutschland zu wenig Psychotherapeut:innen gibt. Problematisch sei eher, dass es zu wenig Kassensitze gibt. Sprich: zu wenig Psychotherapeut:innen, die eine Kassenzulassung bekommen, um ihre Leistungen mit den Krankenkassen abrechnen zu können.

Die Deutsche DepressionsLiga schließt sich den Forderungen der SPD Fraktion an:

Der Landtag fordert die Landesregierung auf,

- über den Landesausschuss der Kassenärztlichen Vereinigung und den Krankenkassen zu erwirken, dass die Möglichkeiten nach § 99 Absatz 1 Satz 3 SGB V für die Berücksichtigung regionaler Versorgungsbesonderheiten genutzt werden,
- Anreize (§ 105 SGB V) für Niederlassungen in unterversorgten Stadtteilen mit erhöhtem Bedarf geschaffen werden, wie sie teils bereits im ländlichen Raum vorgesehen sind,
- sich gemeinsam mit der Bundesebene dafür einzusetzen, dass die psychotherapeutische Bedarfsplanung reformiert wird und im Zuge dessen eine kleinteiligere Planung mehr Plätze für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten vor allem in unterversorgten Regionen ermöglicht.

Jürgen Leuther
Vorstand (Beisitzer)

Telefon: [07144-70489-59](tel:07144-70489-59)

E-Mail: j.leuther@depressionsliga.de

Web: www.depressionsliga.de



Deutsche Depressionsliga e.V.

Postfach 210166

53156 Bonn

Deutschland

Telefon: [0228-24 06 57 72](tel:0228-24065772)

E-Mail: kontakt@depressionsliga.de

Im Auftrag und mit Wirkung für den gemeinnützigen Verein Deutsche DepressionsLiga e. V.
Oppelner Str. 130, 53119 Bonn, Tel. [+49 228 240 65 772](tel:+4922824065772), E-Mail: kontakt@depressionsliga.de
Amtsgericht Bonn, Registernr. VR 11406

Vorstand: Waltraud Rinke (Vorstandsvorsitzende), Armin Rösl (stellvertretender Vorsitzender, Sprecher), Frank Mercier (Schatzmeister),
Christine Müller (Schriftführerin), Dr. Claudia Kociucki (Beisitzerin), Stefanie Waßmann (Beisitzerin), Jürgen Leuther (Beisitzer)

