

Friedrich Neitscher
Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie
Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Friedrich Neitscher*Alter Markt 12* 53879 Euskirchen

Tel-Nr.: 02251-74116* Fax: 02251-74195

Seelische Krisenhilfe in Zeiten der Corona-Pandemie

Die Folgen der Corona-Krise für die Menschen, der Mangel an Sozialkontakten, die Einschränkungen des Ausgangs, der Bewegung und der Selbstbestimmung, die Schließung von Kitas und Schulen etc. haben zu einer drastischen Veränderung des sozialen Alltags geführt. Nicht nur für Menschen mit psychischen Erkrankungen, auch für psychisch stabile Menschen bedeutet dies eine enorme Belastung und Sorge um die eigene Gesundheit. Experten befürchten vor allem durch den Mangel täglicher Routinen und Bewegungsfreiheit eine Zunahme häuslicher Konflikte, Gewalt und Suizide.

Das damit verbundene Konfliktpotential und die einhergehende psychische Belastung der Bevölkerung erfordert nach der Meinung der Experten meines Fachgebietes nicht nur das Einhalten der Maßregeln für den Schutz des Körpers, also Abstandhalten, Vermeiden von Händeschütteln, Händereinigung, Mundschutz etc., sondern auch die Berücksichtigung der psychischen Belastung der Bevölkerung mit zeitnahen Hilfsangeboten. Aus der chinesischen Stadt Wuhan wissen wir, dass die dortigen Krisentelefone von tausenden von Menschen genutzt wurden. Auch Krisentelefone in unserem Land, etwa in Berlin, werden viel öfter in Anspruch genommen als bisher. Hauptthemen dabei sind offenbar: **Unberechenbarkeit und Angsterleben**. Es ist dabei festzustellen, dass auch bisher gesunde und stabile Menschen plötzlich behandlungsbedürftige Angstsymptome und Schlafstörungen entwickeln und sich die Symptome psychisch kranker Menschen verschärfen. Die damit verbundenen Beschwerden wie Einsamkeit, Selbstunsicherheit, Depression, Erleben von Ausweglosigkeit etc. bergen auch das Potential für Kontrollverluste, aggressives Agieren, innerfamiliäre Gewalt und/oder Alkohol- und Medikamentenmissbrauch, ebenso steigt die Gefahr der Entwicklung von Spielsüchten. Dies bestätigen die Erfahrungen in China und Italien.

In Deutschland bieten inzwischen sowohl etliche psychiatrisch-psychotherapeutische Kliniken als auch psychotherapeutische Praxen alternative Beratungs- und Behandlungsmethoden wie Krisentelefone und Videosprechstunde an.

Ich möchte Sie auch herzlich bitten, auf die Hilfsangebote der PSAG und den **Wegweiser für seelische Gesundheit** (s.u.) des Kreises Euskirchen und die weiteren überregionalen Hilfen (siehe Downloads) zu verweisen.

Friedrich Neitscher (Vorsitzender der PSAG im Kreis Euskirchen)

Euskirchen, den 2. April 2020