



## Pressemitteilung

### **Unerwünschte Nebenwirkung: Die Pandemie fördert psychische Probleme**

**FREISTADT.** Die Corona-Pandemie hat klar aufgezeigt, wie wichtig ein respektvoller und ressourcenschonender Umgang mit Spitalskapazitäten ist. Gleichzeitig soll bei gesundheitlichen Problemen medizinische Hilfe in Anspruch genommen werden – und das möglichst frühzeitig und an der richtigen Anlaufstelle. Das Land OÖ und die oberösterreichischen Spitäler starten nun eine gemeinsame trägerübergreifende Informationsoffensive: Ziel ist es, die Bevölkerung über ernst zu nehmende Symptome aufzuklären und zu informieren, wann Krankenhausbesuche notwendig sind. Den Auftakt bildet das Thema psychische Erkrankungen.

Die Corona-Pandemie hat bei zahlreichen Menschen Angst, Unsicherheit und ein Gefühl der Hilflosigkeit verursacht. Viele sind in den letzten Monaten an den Rand ihrer körperlichen und seelischen Belastbarkeit gekommen. Neben Kindern und Jugendlichen sind laut Studien besonders Erwachsene unter 35 Jahren, Frauen, Singles und Menschen ohne Arbeit von psychischen Belastungen betroffen. „*Typische Beschwerden reichen von ausgeprägten Ängsten über Schlafstörungen bis hin zu anhaltender Erschöpfung und Antriebslosigkeit,*“ erklärt OÄ Dr.<sup>in</sup> Stephanie Abel, Standortleitung der Tagesklinik für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin im Klinikum Freistadt. Besteht eines dieser Alarmzeichen über einen längeren Zeitraum hinweg, sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden.

#### **Hinsehen und ansprechen!**

Viele Menschen, die schon vor der Pandemie psychisch erkrankt waren, haben vermehrt Probleme, den Alltag zu bewältigen. Bei ihnen haben sich depressive Symptome verstärkt. Psychische Veränderungen und Verhaltensweisen können darauf hinweisen, dass eine Person über einen Suizid nachdenken könnte. Was können Angehörige, FreundInnen oder ArbeitskollegInnen tun, wenn sich ein Mensch zurückzieht, Kontakte reduziert, Interessen vernachlässigt oder verstärkt Alkohol beziehungsweise Drogen konsumiert?



*„Sagen Sie offen, dass Sie sich Sorgen machen, aber geben Sie nicht gleich konkrete Tipps. Oft ist es für Betroffene auch hilfreich, wenn sie zur Hausärztin/zum Hausarzt oder zu psychologischen Beratungsstellen beziehungsweise Akutambulanzen begleitet werden“,* empfiehlt Primar Dr. Jörg Auer, Vorstand der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin am Neuromed Campus des Kepler Universitätsklinikums, an die auch der Standort Freistadt angegliedert ist. *„Statt Ratschläge zu erteilen, ist es hilfreicher, wenn Angehörige Unterstützung beim Einhalten einer Tagesstruktur anbieten sowie mit den Betroffenen in regelmäßigem Kontakt bleiben, zum Beispiel über gemeinsame Spaziergänge in der Natur. So kann den bei psychischen Erkrankungen häufig auftretenden Rückzugstendenzen entgegengewirkt werden,“* ergänzt OÄ Dr.<sup>in</sup> Stephanie Abel. Trotz Einschränkungen ist es wichtig, Dinge zu tun, die Freude bereiten, und die Zeit sinnvoll zu nutzen, etwa mit einem neuen Hobby. *„Wenn Sie Symptome einer psychischen Belastung an sich oder anderen feststellen, nutzen Sie die Angebote und lassen Sie sich beraten. Wenn ein Krankenhausaufenthalt empfohlen wird, folgen Sie diesem Rat. Alle Spitäler haben umfangreiche und strenge Hygiene- und Schutzmaßnahmen ergriffen, sodass das Ansteckungsrisiko minimal gehalten wird“,* informiert Primar Dr. Jörg Auer.

### **Ansprechpersonen bei seelischen Beschwerden**

Die Hausärztin/der Hausarzt ist die erste Anlaufstelle bei psychischen Beschwerden wie Schlafstörungen oder wenn bereits eine psychische Erkrankung diagnostiziert ist. Zudem stehen bei gesundheitlichen Beschwerden die geschulten Fachkräfte der telefonischen Gesundheitsberatung 1450 rund um die Uhr zur Verfügung. Über die jeweils richtige Anlaufstelle im Gesundheitssystem informiert auch die Website [www.wobinichrichtig.at](http://www.wobinichrichtig.at). Bei finanziellen Sorgen können Gespräche mit der Schuldnerberatung oder mit der Bank die Situation erleichtern. Die Krisenhilfe OÖ ist rund um die Uhr unter der Telefonnummer 0732/2177 erreichbar.

### **Hilfe auch online und per Telefon**

Viele psychosoziale Beratungsstellen bieten auch Online- und Telefonberatungen an. *„Hier kann gemeinsam entschieden werden, welche Form der Hilfeleistung passend beziehungsweise erforderlich ist. Häufig kann eine Stabilisierung auch ohne direkten persönlichen Kontakt erreicht werden, so OÄ Dr.<sup>in</sup> Stephanie Abel.*



Freistadt, am 8. Juli 2021

**Bildtext 1:** OÄ Dr.<sup>in</sup> Stephanie Abel, Standortleitung der Tagesklinik für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin im Klinikum Freistadt.

**Bildtext 2:** Primar Dr. Jörg Auer, Vorstand der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin am Neuromed Campus des Kepler Universitätsklinikums, an die auch der Standort Freistadt angegliedert ist.

**Fotocredit:** OÖG (honorarfrei)

**Rückfragen bitte an:**

Mag. (FH) Nina Panholzer

Kommunikationsagentur Prizovsky & Partner GmbH

Mobil: 0664 88624196

E-Mail: [n.panholzer@dci-consulting.at](mailto:n.panholzer@dci-consulting.at)