

World Mental Health Day 2023

Über 700.000 Menschen begehen weltweit jährlich Suizid

Psychische Erkrankungen häufigste Ursache – 4-Ebenen-Interventionsansatz wirkungsvolles Instrument gegen Suizidversuche und Suizide

Anlässlich des World Mental Health Day macht die European Alliance Against Depression (EAAD) darauf aufmerksam, dass weltweit jährlich über 700.000 Menschen einen Suizid begehen. Suizide erfolgen fast immer vor dem Hintergrund einer nicht optimal behandelten psychischen Erkrankung, am häufigsten einer Depression.

Die EAAD ist eine internationale, gemeinnützige Organisation mit 17 Vollmitgliedern und 11 assoziierten Mitgliedern aus verschiedenen Ländern weltweit. Gemeinsam arbeiten wir daran, die Versorgung von Menschen mit Depressionen zu optimieren und Suizidalität zu verhindern. Die EAAD bietet Interessensvertretern und Patienten die folgenden Interventionen an:

- Unsere Organisation hat ein gemeindebasiertes Interventionsprogramm (sog. "4-Ebenen-Ansatz") gegen Depressionen und Suizid entwickelt, das bereits in mehr als 120 Regionen der Welt umgesetzt wurde. Eine unabhängige Forschungsgruppe (Linskens et al., 2022) kam kürzlich zu dem Schluss, dass es sich um die bislang vielversprechendste gemeindebasierte Intervention zur Suizidprävention handelt.
- Im Jahr 2023 verzeichnete die EAAD-Website, die Informationen für Menschen mit Depressionen und ihre Familien in 21 Sprachen (einschließlich westafrikanischer Sprachen) bietet, über 1,6 Millionen Besucher.
- Das evidenzbasierte Online-Selbstmanagement-Tool der EAAD, iFightDepression®, gibt es in 17 Sprachen (einschließlich Ukrainisch, Russisch und Arabisch). Es ist kostenlos und wird bereits von mehr als 27 000 Patienten genutzt (tool.ifightdepression.com/).

Wie Suizidprävention gelingen kann: international etablierter 4-Ebenen-Ansatz

Der 4-Ebenen-Ansatz verbindet zwei Ziele: die bessere Versorgung von Menschen mit Depression und die Prävention von Suiziden sowie Suizidversuchen. In einer umschriebenen Region (Stadt, Gemeinde) werden dafür gleichzeitig Interventionen auf vier Ebenen gestartet:

- Kooperation mit Hausärzten (u.a. Schulungen).
- Öffentlichkeitsarbeit (z.B. Plakatkampagne, öffentliche Veranstaltungen).
- Schulungen von Multiplikatoren (z.B. Pfarrer, Lehrer, Journalisten, Altenpflegekräfte, Polizisten).
- Unterstützung für Betroffene und deren Angehörige, u.a. durch Informationsmaterialien, die Förderung der Selbsthilfe und das iFightDepression-Tool.

Auf die Errungenschaften des 4-Ebenen-Ansatzes wird in Europa durch EAAD-Best (vollständiger Titel: "Anpassung und Umsetzung des EAAD-Best-Practice-Modells zur Verbesserung der Behandlung von Depressionen und zur Vorbeugung suizidalen Verhaltens in Europa ") weiter gebaut, einem aktiven, von der EU kofinanzierten Projekt unter der Leitung der EAAD. Die Hauptziele sind die Verbreitung des 4-Ebenen-Ansatzes in weiteren Regionen sieben europäischer Länder (Bulgarien, Estland, Griechenland, Ungarn, Irland, Polen, Spanien) und die Förderung der landesweiten Einführung des iFightDepression®-Tools in diesen Ländern und in Italien. Bis heute wurden in 15 neuen Regionen in

den teilnehmenden Ländern Aktivitäten gegen Depression und Suizid durchgeführt, und über 700 neue Patienten haben mit der Nutzung des iFightDepression®-Tools begonnen.

Save the Date: Informations- und Austauschveranstaltung in Brüssel

Die EAAD organisiert am 4. März 2024 in Brüssel eine internationale Veranstaltung für Interessenvertreter. Eingeladen sind alle, die mehr über Best Practice bei den Themen Depression und Suizidprävention erfahren möchten. Die Veranstaltung bietet praktische Anleitungen für diejenigen, die eigene gemeindebasierte Interventionsmaßnahmen initiieren möchten und dient als Drehscheibe für den Austausch wertvoller Erkenntnisse und Erfahrungen. Sie bietet außerdem die Möglichkeit zum Austausch mit nationalen und internationalen Akteuren, die bei der Förderung psychischer Gesundheit eine zentrale Rolle spielen.

Weitere Informationen über die Veranstaltung finden Sie auf unserer Website auf X (früher Twitter) unter [@EAAD_Best](#) oder Sie können uns per E-Mail unter contact@ead.net kontaktieren.