

# DARÜBER REDEN. HILFE FINDEN.

Der Aktionstag zur Stärkung der psychischen  
Gesundheit in Zeiten von Corona.



Zürich und Rheinfelden, 9. Dezember 2020

## **Gemeinsame Medienmitteilung des Ambulatoriums Aarau (Klinik Schützen Rheinfelden) und der Stiftung Dialog Ethik zum «Aktionstag Psychische Gesundheit in der Schweiz»**

In unserer Arbeit mit ambulanten psychiatrischen Patienten und bei der Begleitung von Behandlungsteams in Langzeitinstitutionen und Spitälern stellen wir seit dem Lockdown im Frühjahr einige signifikante Veränderungen fest: Es treten häufiger Krisen auf. Patienten sind durch Besuchsverbote bei kranken Angehörigen oder Verwandten in Institutionen belastet. Der Wegfall dringend benötigter Tagesstrukturen führt zu einer Überforderung oder Leere und Orientierungslosigkeit. Die Vielzahl unterschiedlicher und häufig wechselnder Verhaltensregeln und Einschränkungen verunsichert. Dabei fällt auf, dass die zweite Phase der Einschränkungen im Herbst bei den meisten Patienten mit grösserer Verunsicherung und mehr Zukunftsängsten verbunden ist. Beim Lockdown im Frühjahr herrschte eher die Überzeugung, «das geht bald wieder vorbei». So ist die Zahl der Neuanmeldungen 2020 deutlich gestiegen, und eine Reihe ehemaliger Patientinnen und Patienten des Ambulatoriums hat sich für eine Wiederaufnahme der Behandlung gemeldet.

In laufenden Therapien erleben wir, dass vor allem ältere Patientinnen und Patienten mehr als sonst unter Einsamkeit oder Isolation leiden, auch wenn sie nicht in Quarantäne sind. Sie sind belastet durch die reduzierten Kontaktmöglichkeiten, die ihr ohnehin kleines soziales Netz noch weiter schrumpfen lassen. Die gewohnten Treffen, Gruppen, Veranstaltungen etc. finden nicht statt. Es gilt hier die Betroffenen zu unterstützen, vorhandene Ressourcen zu aktivieren, den Menschen beim Durchhalten und zu einem für sie annehmbaren Umgang mit dem Unveränderbaren zu helfen. Der Grossteil der Patientinnen und Patienten bevorzugt den persönlichen Kontakt zu den Behandelnden gegenüber (Video-)Telefonaten. Letztere werden vorübergehend meist gut akzeptiert, wenn ein Patient zum Beispiel in Quarantäne ist.

### **Namir Lababidi**

Leitender Arzt, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Schwerpunkt Konsiliar- und Liaisonpsychiatrie, Klinik Schützen, Rheinfelden

### **Dr. med., lic. theol. Diana Meier-Allmendinger**

Psychiaterin und Theologin, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Klinik Schützen, Rheinfelden; Mitglied des Institutsteams Dialog Ethik, Zürich

### **Dr. med. Jochen Uebel**

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Bereichsverantwortlicher für Arbeitsintegration und Versicherungsmedizin, Klinik Schützen, Rheinfelden

### **Dr. theol. Ruth Baumann-Hölzle**

Institutsleitung, Stiftung Dialog Ethik, Zürich