

Psychotherapie Gegen psychische Leiden gibt es wirksame Therapien – aber zu wenige Behandlungsplätze. Warum stockt der Ausbau?

Wer medizinische Hilfe benötigt, bekommt sie. Mit dieser Gewissheit leben wir. Dass dies keine Selbstverständlichkeit ist, verdeutlichen zuletzt Bilder aus Indien: Menschen, denen eine Covid-19-Erkrankung die Luft zum Atmen raubte, blieben ohne Zugang zu medizinischem Sauerstoff auf der Straße zurück. In unserem Gesundheitssystem zum Glück undenkbar. Gut, bei Fachärzten, besonders in ländlichen Regionen, können längere Wartezeiten nicht ungewöhnlich sein. Die Versorgung ist aber immer gesichert.

Außer es handelt sich um psychische Leiden. In Deutschland erkranken jedes Jahr 28 Prozent der Menschen an einer solchen Störung, besonders häufig an Depressionen oder einer Angststörung. Die Forschung belegt, dass es dagegen wirksame Behandlungen gibt, allen voran Psychotherapie. Doch die ist, so lässt der Blick auf lange Wartezeiten vermuten, Mangelware. Eine Umfrage der Bundespsychotherapeutenkammer aus dem Jahr 2018 zeigt: Erwachsene, bei denen eine psychische Erkrankung diagnostiziert wurde, warten durchschnittlich fünf Monate lang auf einen Therapieplatz, Kinder viereinhalb. Während der Corona-Pandemie hat sich die Situation weiter verschärft. Im Januar 2021 stiegen die Anfragen in psychotherapeutischen Praxen um 40 Prozent im Vergleich zum Vorjahreszeitraum.

Triage in der Psychiatrie

In den Kliniken sei die Situation ähnlich, schilderte kürzlich Jakob Maske, Sprecher des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ), gegenüber der Rheinischen Post: „Die Kinder- und Jugendpsychiatrien sind voll, dort findet eine Triage statt“, also eine Situation wie in der Intensivmedizin, wenn es nicht mehr genügend Platz für alle Patientinnen und Patienten gibt. „Wer nicht suizidgefährdet ist und ‚nur‘ eine Depression hat, wird gar nicht mehr aufgenommen.“

Je länger die Wartezeit, desto höher der Anteil der Menschen, die erst gar keine Therapie beginnen. In einer australischen Studie mit Personen, die unter Ängsten litten, führte bereits eine zweimonatige Wartezeit dazu, dass viele gar keine Behandlung mehr aufnahmen. Doch ohne Therapie steigt das Risiko, dass die Störungen chronisch werden und das Leben dauerhaft beeinträchtigen. Um den Zugang zu psychotherapeutischen Angeboten zu verbessern, wurde 2017 die sogenannte Psychotherapie-Richtlinie geändert. Seitdem haben Patientinnen und Patienten einen Anspruch auf Termine für Sprechstunden und Akutbehandlungen in dringenden Fällen. Diese Einzelstunden können über Terminservicestellen (siehe unten) gebucht werden. Die Patienten bekommen jetzt zwar schnell eine Einschätzung, ob eine Behandlung nötig ist – dadurch aber noch keine Therapie.

Zahlen des Robert Koch-Instituts zeigen, dass der Anteil der Menschen, die psychisch erkranken, über die Jahre konstant geblieben ist. „Verändert hat sich unser Umgang mit diesen Problemen“, sagt Dr. Andrea Benecke, Vizepräsidentin der Bundespsychotherapeutenkammer. „Psychische Erkrankungen sind nicht mehr so stigmatisiert. Die Betroffenen haben weniger Scheu, therapeutische Hilfe zu suchen“, so die psychologische Psychotherapeutin aus Mainz.

Beschränken statt ausbauen?

Dass der Zugang zu Psychotherapie erleichtert werden muss, weiß man auch im Bundesgesundheitsministerium. Im Mai 2021 wurde auf dessen Initiative ein Änderungsantrag in das „Gesundheitsversorgungsweiterentwicklungsgesetz“ eingebracht. Demnach hätten je nach Diagnose und Schweregrad pauschale Stundenzahlen und damit Deckelungen für Psychotherapien eingeführt werden können, um mehr Patienten zu behandeln. Experten liefen Sturm gegen die Pläne und sprachen von einer „Rasterpsychotherapie“. Inzwischen ist der

/Psychotherapie/Behandlungsplatz/Wartezeit/

Antrag vom Bundestag kassiert worden, die Grundfrage bleibt: Kann man eine Psychotherapie in ein „Raster“ zwängen? Andrea Benecke sieht in dem Vorschlag den Versuch, den Zugang zu Psychotherapie weiter zu begrenzen. Aus ihrer Sicht müsse eher die Anzahl der Therapeuten, die einen Kassensitz haben, deren Leistung also von den gesetzlichen Kassen bezahlt werden, steigen.

Doch das Vorhaben, die Kassensitze auszubauen, kommt seit Jahren nicht voran. Dazu muss man wissen: Über die Anzahl von Kassensitzen entscheidet der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA). Er setzt sich aus Vertreterinnen und Vertretern der Ärzteschaft, der gesetzlichen Krankenversicherung sowie von Patientenseite zusammen. Ein vom G-BA beauftragtes Gutachten kam 2018 zu dem Ergebnis, dass 2400 zusätzliche Kassensitze im Bereich Psychotherapie benötigt werden. Installiert wurden nur 800. Benecke von der Bundespsychotherapeutenkammer vermutet dahinter vor allem finanzielle Motive: „Die Krankenkassen befürchten hohe Kosten, wenn mehr Menschen Psychotherapie in Anspruch nehmen.“

Finden gesetzlich Versicherte nachweislich keinen Therapieplatz bei einer Therapeutin oder einem Therapeuten mit einer Kassenzulassung, obwohl sie dringend Hilfe benötigen, können sie bei ihrer Kasse einen Antrag auf Kostenübernahme in einer Privatpraxis stellen. Doch sowohl Patienten als auch Therapeutinnen und Therapeuten berichten, dass Krankenkassen die Anträge häufig ablehnen. Die Apotheken Umschau fragte bei den Krankenkassen AOK, Techniker und Barmer an, nach welchen Kriterien sie bei Anträgen auf Kostenübernahme entscheiden. Keine der Kassen gewährte Einblick in die entsprechenden Kriterien.

Antrag auf Kostenübernahme: abgelehnt

„Wenn Versicherte nicht informiert werden, was zu tun ist, sinken die Chancen, dass die Anträge bewilligt werden“, erklärt Dr. Felicitas Bergmann, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin aus Essen. „Man sollte auf Beratung bestehen, dazu sind die Kassen verpflichtet.“ Um deren Umgang mit dem Thema kritisch zu begleiten, hat Bergmann die Initiative Kassenwatch mitgegründet. Auch aus Bergmanns Sicht müsste die Anzahl der Kassensitze erhöht werden. „Meine Warteliste ist voll. Ich muss jeden Tag Menschen abweisen, von denen ich weiß, dass sie Hilfe brauchen.“

Katja Töpfer

Die Wartezeit verkürzen – oder sinnvoll überbrücken

Terminservicestellen: Im Notfall und für ein Erstgespräch erhält man unter der Telefonnummer 116 117 einen Termin.

Antrag auf Kostenübernahme: Gelingt es nicht, eine Therapeutin oder einen Therapeuten mit Kassenzulassung zu finden, können Versicherte bei ihrer gesetzlichen Krankenkasse einen Antrag auf Übernahme der Kosten von privat abgerechneten Therapiesitzungen stellen. Fragen Sie in diesem Fall im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse nach, welche Nachweise zu erbringen sind. Aktuelle Informationen zur Kostenübernahme finden Sie auch auf www.kassenwatch.de
Selbsthilfegruppen: Der Austausch mit anderen Betroffenen kann helfen, die Wartezeit bis zum Beginn einer Psychotherapie zu überbrücken.

Gezielte Suche: Auf der Plattform www.therapie.de können Patientinnen und Patienten nach freien Therapieplätzen in ihrer Region suchen.

Dr. Andrea Benecke, Vizepräsidentin der Bundespsychotherapeutenkammer

Therapie via App? Online-Programme können bei psychischen Problemen helfen. Der Digital Ratgeber hat verschiedene Apps getestet. Die Ergebnisse finden Sie hier:

Apotheken Umschau A

21/07

54

64608

/Psychotherapie/Behandlungsplatz/Wartezeit/

www.a-u.de/v4t5uB