

Selbsthilfegruppen für viele Patienten wichtiger als Ärzte Neue DAK-Studie: Bei Depressionen oder Krebserkrankungen wird der Austausch mit Betroffenen besonders oft gesucht

Hamburg, 17. Juni 2010. Bei schweren und seltenen Erkrankungen ist für die meisten Patienten der Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen besonders sinnvoll. 56 Prozent der Deutschen finden sogar, dass „Selbsthilfegruppen manchmal wichtiger sind als Ärzte und Psychologen“. Das ergab eine repräsentative DAK-Studie, die das Forsa-Institut* jetzt im Auftrag der Krankenkasse durchgeführt hat.

In der DAK-Untersuchung gaben fast 90 Prozent der Befragten an, dass Selbsthilfegruppen eine sinnvolle Ergänzung zur ärztlichen Behandlung seien. Dies gelte vor allem bei psychischen Problemen wie zum Beispiel Depressionen oder bei lebensbedrohlichen Erkrankungen wie Krebs. Bei chronischen Leiden wie Diabetes finden 65 Prozent den Austausch nützlich, bei Beziehungsproblemen in der Familie 58 Prozent. Das Gespräch mit anderen Betroffenen wird vor allem in der Altersgruppe der 30- bis 60-Jährigen gesucht. Jüngere Patienten holen sich vermehrt Rat bei Familie und Freunden oder gehen ins Internet.

„Die Ergebnisse zeigen, wie wichtig Selbsthilfeorganisationen bei der Bewältigung von chronischen Krankheiten und Behinderungen sind“, erklärt DAK-Sprecher Jörg Bodanowitz. „Sie bilden die vierte Säule im deutschen Gesundheitswesen, neben der ambulanten und stationären Behandlung sowie Rehabilitationsmaßnahmen.“ In Deutschland haben sich etwa drei Millionen Menschen in rund 50.000 Selbsthilfegruppen zusammengeschlossen. Gesetzliche Krankenkassen sind zur Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe verpflichtet. Die DAK fördert einzelne Gruppen sowie Bundes- und Landesorganisationen pauschal oder projektbezogen jährlich mit fast 3,5 Millionen Euro.

Laut Umfrage haben die meisten Befragten ihre Informationen zum Thema Selbsthilfe aus den Medien (63 Prozent) oder von Freunden (45 Prozent). Vom Arzt oder einer Krankenkasse wurden 22 bzw. 15 Prozent informiert. 8 Prozent der Befragten gaben an, dass sie selbst in einer Gruppe sind oder waren. 17 Prozent wussten nicht, was in den Organisationen genau gemacht wird.

Die Selbsthilfe ist eine besondere Form des freiwilligen gesundheitsbezogenen Engagements. Sie findet innerhalb selbst organisierter, eigenverantwortlicher Gruppen statt, in denen sich Betroffene einschließlich ihrer Angehörigen zusammenschließen. Die Aktivitäten richten sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten und/oder psychischen Problemen durch Gespräche mit gegenseitiger Hilfestellung. Das Themengebiet umfasst nahezu das gesamte Spektrum körperlicher Erkrankungen und Behinderungen von allergischen, asthmatischen und anderen Atemwegserkrankungen über Herz-Kreislauf- bis hin zu Tumorerkrankungen sowie Sucht und Abhängigkeit, psychischen Problemen, von denen sie - entweder selbst oder als Angehörige - betroffen sind.

In vielen Städten und Regionen gibt es Selbsthilfekontaktstellen. Sie haben einen Überblick über die Selbsthilfeangebote und stellen Kontakt zu den Selbsthilfegruppen her. Bundesweite Informationen gibt die Berliner Kontaktstelle NAKOS unter www.nakos.de. Für Eltern von Kindern und Jugendlichen mit chronischen Erkrankungen, Entwicklungsverzögerungen und Behinderungen bietet das Kindernetzwerk e.V. unter www.kindernetzwerk.de Hilfe an. Die Datenbank enthält über 90.000 Adressen, zum Beispiel von Bundesverbänden, Selbsthilfegruppen, Kliniken, Eltern oder Internetadressen.

*Das Forsa-Institut führte für die DAK am 2. und 3. Juni 2010 eine bundesweite und repräsentative Befragung von 1.001 Männern und Frauen durch