

Landespsychotherapeut*innen-Tag RLP

Katastrophen & Krisen: Psychische Gesundheit und Versorgung

Sabine Maur, Präsidentin | 24.09.2022

Folgen

— **Pandemie:**

- Anstieg psychischer Belastungen (auch im Gesundheitswesen)
- teilw. Zunahme psychischer Erkrankungen, insb. in Risikogruppen
- LongCovid

— **Flutkatastrophe:**

- Schock, akute Belastungsreaktion, Trauer/Leid
- Verlauf: Traumafolgestörungen

— **Versorgung von geflüchteten Menschen**

— **Energiekrise**

- existentielle Sorgen, Armut als Risikofaktor für psychische Erkrankungen
- soziale und gesellschaftliche Folgen?

Ausgangslage

- schon 2019 lange Wartezeiten auf einen Psychotherapie-Platz (Durchschnitt 5 Monate in RLP)
- keine Regelversorgung für geflüchtete Menschen (insb. keine Sprach- und Kulturmittler*innen)
- keine geregelte Zusammenarbeit im Katastrophenfall
- erstmals sind Psychotherapeut*innen auch selbst betroffen (Pandemie, Energiekrise, Klimakrise)

Flutkatastrophe 2021

- sofortiger Kontakt zur Landesregierung und zum Opferbeauftragten

**04.08.2021 Austausch mit dem Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit,
Staatssekretär Dr. Alt**

Bei der Flut-Katastrophe werden nicht die körperlichen Verletzungen im Vordergrund stehen, sondern die massiven psychischen Verletzungen und deren weitreichende und langfristige Folgen.

Betroffen sein können die Menschen, die die Flut am 14.7. unmittelbar erlebt haben, sowie die Rettungskräfte.

Die besondere Herausforderung liegt hier zum einen in der extrem großen Anzahl der Betroffenen in den Flutgebieten, zum anderen darin, dass psychisch haltgebende Strukturen wie eigene Wohnung, Heimat, Nachbarschaft und Berufstätigkeit in großem Ausmaß zerstört und mit einer völlig unklaren Zukunftsperspektive versehen sind.

Aufgrund der Ausprägung der Traumatisierung ist bei etwa 20-30% der Betroffenen mit Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS; Kriterien siehe Anhang) zu rechnen, außerdem mit Angststörungen, depressiven Störungen und Suchterkrankungen.

Bei Kindern ist insbesondere mit Posttraumatischen Belastungsstörungen und Angststörungen zu rechnen. Die Verarbeitung der Traumatisierung ist bei Kindern hochgradig abhängig von der psychischen Belastung der Eltern.

Alle diese psychischen Erkrankungen haben starke Auswirkungen auf die Funktionsfähigkeit der betroffenen Menschen in Alltag, Familie und Beruf. Es ist mit

**LandesPsychotherapeutenKammer
Rheinland-Pfalz**
Körperschaft des öffentlichen Rechts

GESCHÄFTSSTELLE

Diether-von-Isenburg-Str. 9-11
55116 Mainz

Tel: 06131-93055-0

Fax: 06131-93055-20

Mail: service@lpk-rlp.de

Web: www.lpk-rlp.de

BANKVERBINDUNG

Flutkatastrophe 2021

— Information zu psychischen Auswirkungen

- Website LPK RLP
- Flyer Ministerium
- Hausärzt*innen
- Medien

Flutkatastrophe im Ahrtal



[Foto: iStock/ideeone]

Bei der Flutkatastrophe in Rheinland-Pfalz haben viele Menschen Angehörige verloren, Todesangst und den Verlust ihres Zuhauses erlebt. Die traumatischen Erlebnisse der Betroffenen und Helfer*innen sind immens, ebenso die Herausforderung in Bezug auf die psychotherapeutische Versorgung der Opfer. Denn es hat sich schnell herausgestellt, dass die Betroffenen überwiegend nicht körperlich, sondern vor allem psychisch beeinträchtigt sind. In den kommenden Monaten werden sich die psychischen Folgen der Katastrophe noch deutlicher zeigen. Diesen Herausforderungen hat sich die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz

Posttraumatische Belastungsstörungen: Symptome in verschiedenen Altersklassen, Screening-Verfahren, Behandlung und Anlaufstellen für Hilfe

Nach Flutkatastrophen treten bei etwa 20-30% der Betroffenen Posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS) sowie verstärkt Angststörungen auf.

Die wichtigsten Symptome einer Posttraumatischen Belastungsstörung sind bei Jugendlichen und Erwachsenen (*nicht alle müssen erfüllt sein für die Diagnose*):

A. Traumatisches Ereignis: Die Person war mit einem der folgenden Ereignissen konfrontiert: Tod, tödlicher Bedrohung, schwerer Verletzung, angedrohter schwerer Verletzung, sexueller Gewalt, angedrohter sexueller Gewalt, und zwar in einer der nachfolgenden Weisen (mindestens eine):

- Direkt ausgesetzt
- Als Augenzeuge
- Indirekt; erfahren, dass ein naher Verwandter oder ein Freund einem traumatischen Ereignis ausgesetzt war.
- Konfrontation mit Details von traumatischen Ereignissen (z. B. als Ersthelfer, Polizist ...)

B. Wiedererleben: Das traumatische Ereignis wird wiederkehrend wiedererlebt und zwar in einer der nach-

Flutkatastrophe 2021

- Organisation von psychotherapeutischen Sprechstunden qua Telefonhotline (Kooperation mit Opferbeauftragtem der Landesregierung und KV RLP)

Hilfe bei psychischer Belastung für Betroffene der Flutkatastrophe im Ahrtal

Beratung und Soforthilfe

Hotline für direkte **Gespräche zur psychosozialen Unterstützung** mit in Krisensituationen erfahrenen Psychologinnen und Psychologen:
0800 001 0 218 (aktuell täglich 8 - 20 Uhr, - Zeiten werden nach Bedarf angepasst, kostenfrei)

Hotline für **Beratung und psychotherapeutische Soforthilfe** durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Dr. von Ehrenwall'schen Klinik (ggf. auch vor Ort): **0800 729 5 729** (werktags 8 - 17 Uhr, kostenfrei)

Psychotherapeutische Erste Hilfe für Betroffene von Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten (ggf. auch vor Ort) (www.sofortaktiv.de):
E-Mail an trauma@sofortaktiv.de

Hotline für **Soforthilfe** des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen: **0800 777 22 44** (täglich 16 - 20 Uhr, kostenfrei)

Traumatelefon für **Kinder und Jugendliche** der DRK Fachklinik Bad Neuenahr: **0261 20404 250** (werktags 8 - 17 Uhr, übliche Telefongebühren)

Therapie und Notfälle

Vermittlung von Psychotherapie (vor Ort sowie per Video) durch Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten (www.lpk-rlp.de): **0800 575 8 767** (werktags 9 - 16 Uhr - Zeiten werden nach Bedarf angepasst, kostenfrei)

Flutkatastrophe 2021

—keine Organisation von
Psychologischer Erster Hilfe vor Ort
aufgrund fehlender Strukturen

- ehrenamtliches Engagement einzelner KJP/PP
- Projekt vor Ort „Soforthilfe Psyche“:
Support durch KV RLP und LPK RLP



Verdienstpreis 2022 der LPK RLP an
Daniela Lempertz

Flutkatastrophe 2021

- gemeinsames Projekt von Soforthilfe Psyche, LPK RLP und MWG: Gruppenangebote vor Ort zwecks Psychoedukation und Fortbildungen (z.B. Kindergärten, Schulen)

Wie Sie Ihr Kind unterstützen:

- ▶ Halten Sie den gewohnten Tagesablauf aufrecht mit den üblichen Schlaf und Essenszeiten usw., dies vermittelt Orientierung und Sicherheit
- ▶ Seien Sie verlässlich und halten Absprachen, z. B. zu einer vereinbarten Zeit von der Kita abholen, ein
- ▶ Vermitteln Sie Sicherheit über körperliche Zuwendung und Nähe – falls Ihr Kind dies möchte
- ▶ Haben Sie Geduld und Verständnis für die beschriebenen Belastungsreaktionen: Es ist zunächst eine „normale“ Reaktion auf ein „unnormales“ Ereignis
- ▶ Falls Ihr Kind Fragen zu dem Ereignis stellt, beantworten Sie diese kindgerecht und altersangepasst offen und ehrlich
- ▶ Vermeiden Sie überfordernde und unnötige Informationen oder Details
- ▶ Falls Ihr Kind sich schuldig fühlt, erklären Sie Ihrem Kind, dass es für das Ereignis nicht verantwortlich ist und erläutern Sie so gut aber auch so kurz wie möglich die tatsächlichen Ursachen
- ▶ Unterstützen Sie alternative Bewältigungsstrategien wie z. B. Sport, Spiel, Freunde treffen oder gemeinsame Aktivitäten
- ▶ Falls Sie selbst – verständlicherweise – unter dem Erlebten leiden und verunsichert sind, seien Sie auch geduldig mit sich und nehmen ggf. Unterstützung in Anspruch

Netzwerk Soforthilfe Psyche

Sollte nach ca. vier bis sechs Wochen keine Besserung eintreten, die Belastungszeichen weiterhin ausgeprägt sein oder stärker werden und Sie bezüglich des Verhaltens Ihres (anvertrauten) Kindes oder Jugendlichen verunsichert oder besorgt sein, zögern Sie nicht, sich Unterstützung zu suchen. Hilfe und Unterstützung bieten Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und -therapeuten und Kinder- und Jugendpsychiaterinnen und -psychiater. Informationen bekommen Sie auch über Ihre Kinder- oder Hausärztin oder Ihren Kinder- oder Hausarzt.

Das Netzwerk „Soforthilfe Psyche“ bietet mit approbierten Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und -therapeuten und psychologischen und ärztlichen Psychotherapeutinnen und -therapeuten Informationsgruppen zur Orientierung bei Stress und nach dem Erleben eines Traumas an. Finanziert und unterstützt wird dieses Angebot durch das Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit und die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz. Neben Aufklärung und Fortbildung bietet das Netzwerk „Soforthilfe Psyche“ Einzelgespräche und Kurzinterventionen zur Entlastung an.

Nähere Informationen zum Angebot von „Soforthilfe Psyche“ finden Sie unter: www.sofortaktiv.de und unter: **0163 2565010**, Dienstags und Donnerstag von 9 Uhr bis 11 Uhr

Eine Übersicht über weitere Hilfsangebote finden Sie unter:
<https://hochwasser-ahr.rlp.de/de/hilfsangebote/>.



Folgen der Flutkatastrophe bei Kindern und Jugendlichen

Informationen und Hilfsangebote



Flutkatastrophe 2021

- Mitarbeit der LPK in der AG Flutkatastrophe des MWG
- enge Zusammenarbeit mit KV RLP und Ministerium
 - Schaffung zusätzlicher Versorgungsaufträge im Ahrtal durch den Zulassungsausschuss

Fazit

- unglaublicher Kraftakt unseres Berufsstands, abhängig vom Engagement einzelner Personen
- schneller Kontakt zur Politik nur aufgrund bereits bestehender Kontakte, nicht aufgrund vorgesehener Strukturen
- keine Strukturen zur Psychologischen Ersten Hilfe
- neue „Ideen“ in einer Krisensituation nicht umsetzbar
- vorbestehende Versorgungsprobleme fallen einem auf die Füße

Forderungen (I)

—Großschadenslagen / Extremwetterereignisse:

- Implementierung von Strukturen zur Psychologisch-Psychotherapeutischen Ersten Hilfe (entpathologisierend, ressourcenorientiert)

Die ersten Interventionen sollen den Prinzipien Beruhigen und Entlasten, Steigern von Kontrolle und Selbstwirksamkeit, Fördern von Kontakt und sozialer Anbindung sowie Stärkung von Hoffnung und Zukunftsorientierung folgen.

Forderungen (I)

- Großschadenslagen / Extremwetterereignisse:
 - Implementierung von Strukturen zur Psychologisch-Psychotherapeutischen Ersten Hilfe (entpathologisierend, ressourcenorientiert)
 - Screen & Treat Ansatz
 - Implementierung von niedrigschwelligen Gruppenangeboten bei Großschadenslagen (auch per Video)
 - zentral verfügbare Informationen und Expertise
 - koordinierter Übergang in die Regelversorgung (Gesundheitswesen)
 - Bereitstellung von Ressourcen zur Implementierung

Forderungen (II)

- Stärkung von Prävention
- Abbau sozialer und gesellschaftlicher Risikofaktoren für psychische Erkrankungen
- Verbesserung der bestehenden ambulanten und stationären psychotherapeutischen Versorgung
- bessere interdisziplinäre Versorgungsmodelle

LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP

LPK RLP LPK RLP



**VIELEN DANK FÜR IHRE
AUFMERKSAMKEIT!**