

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat 2004 einen Bericht über die weltweite Bedeutung psychischer Erkrankungen veröffentlicht. Die WHO klärt darüber auf, dass statistisch gesehen eine von vier Personen mindestens eine psychische Störung in ihrem Leben entwickelt. Aktuell sind es weltweit 450 Millionen Menschen, die an einer psychischen Störung leiden.

Wenn man weltweit die Jahre summiert, die Menschen aufgrund von Krankheit oder Verletzung mit einer bedeutsamen Einschränkung ihres Lebensvollzugs verbringen, gehen 13% dieser Jahre ursächlich auf psychische Erkrankungen zurück.

Aus einer anderen Perspektive formuliert: betrachtet man die zehn weltweit häufigsten Ursachen für Behinderung und Tod, findet man darunter fünf psychische Krankheitsbilder, darunter depressive und psychotische Erkrankungen.

Die WHO berichtet, dass im Jahr 2001 weltweit ca. 850.000 Menschen durch Suizid gestorben sind und geht davon aus, dass diese Zahl bis 2020 auf 1.2 Millionen ansteigen wird. In den meisten europäischen Ländern sterben jährlich weniger Menschen durch Verkehrsunfälle. Weltweit betrachtet, übersteigt die Anzahl durch Suizid Verstorbener im Jahr 2001 sogar die Zahl durch Gewalt (500.000) oder Krieg (230.000) Verstorbener. Zu bedenken ist, dass die Zahl versuchter Suizide die Zahlen vollendeter Suizide sogar um das 10- bis 20-fache übersteigt.

*Ein Mann steht am Ufer eines schnell fließenden Flusses und sieht einen Ertrinkenden darin treiben. Er eilt ihr sofort zu Hilfe, springt ins Wasser und beatmet den bewusstlosen Mann. Als dieser gerade wieder anfängt zu atmen, erblickt der Retter einen weiteren Menschen im Fluss. Auch diesen rettet der Mann, um kurz darauf den nächsten Notleidenden zu entdecken. So wiederholt sich die Rettungsmaße einige Male. Dem Mann kommt der Gedanke, dass er unmöglich so weitermachen kann, wenn ständig neue Ertrinkende auftauchen. Er ist selbst schon ganz erschöpft. Eilig macht er sich deshalb auf den Weg flussaufwärts, um herauszufinden, weshalb all die Menschen in den Fluss stürzen. Er kommt zu einer alten klapprigen Brücke, die von vielen Menschen genutzt wird, weil sie die einzige Verbindung in das nächste Dorf ist. Sie ist jedoch auch der Grund für die vielen Unglücke. Der Mann holt sich Verstärkung und setzt die Brücke wieder in Stand. Fortan treiben keine Ertrinkenden mehr durch den Fluss.*

Die WHO konstatiert – wie in der Metapher angedeutet – dass psychische Erkrankungen trotz aller Fortschritte und Bemühungen der Medizin und der Psychotherapie bis heute nicht selten mit einem hohen Maß an Leid, Belastung und Beeinträchtigung einhergehen und zum Teil die Verwirklichung persönlicher Ziele und Pläne für das eigene Leben erheblich behindern. Daher kommt die WHO zu dem Schluss, dass die Prävention psychischer Störungen der einzig gangbare Weg sei, diese Belastungen einzudämmen.

Der Begriff „Prävention“ leitet sich vom lateinischen *praevenire*, also *zuvorkommen*, ab. Maßnahmen der Prävention sind vorbeugende Maßnahmen, die darauf abzielen, ein unerwünschtes Ereignis oder auch eine unerwünschte Entwicklung zu verhindern und Probleme vorausschauend zu umschiffen.

Solche Maßnahmen können sich an unterschiedliche Zielgruppen richten.

Die Vorschrift, beim Autofahren Gurte zu tragen zum Beispiel, richtet sich an alle Menschen und soll schwere Verletzungen und Tod durch Unfälle verhindern. Ein anderes Beispiel sind bestimmte Impfungen, die jedes Neugeborene standardmäßig erhält. Diese Initiativen werden der *universellen Prävention* zugeordnet, da sie sich an alle Menschen gleichermaßen richten, unabhängig von dem individuellen Risiko, das sie tragen.

Richtet sich eine präventive Maßnahme an Personen, die ein überdurchschnittliches Risiko für die Entwicklung einer Erkrankung haben, spricht man von *selektiver Prävention*. Dies ist zum Beispiel der Fall, wenn in der Familie einer Person Fälle von Krebs, Depression, Psychose oder anderen Erkrankungen aufgetreten sind. Da die meisten Erkrankungen, die körperlichen wie auch die psychischen, wahrscheinlich auch genetisch mitbedingt sind und zudem das Stressniveau beim Vorliegen einer Erkrankung in der Familie in der Regel höher ist, geht man von einem erhöhten Erkrankungsrisiko aus. Die Person, an die sich die präventive Maßnahme richtet, hat selbst noch keine Beschwerden oder Symptome, man vermutet jedoch sozusagen eine niedrigere Schwelle oder höhere Anfälligkeit für die Entwicklung von Symptomen, gegen die Menschen mit erhöhtem Risiko gestärkt werden sollen. Zudem sollen eventuell sich entwickelnde Beschwerden möglichst schnell erkannt werden, um ungünstige Verläufe zu verhindern. Bemühungen, die auf die frühe

Erkennung von Krankheitsanzeichen abzielen, werden der *indizierten Prävention* zugeordnet. Hier liegen Krankheitsanzeichen, also *Indikatoren*, vor, die zwar (noch) nicht dem Vollbild einer Erkrankung entsprechen, das Risiko für eine solche Entwicklung jedoch erhöhen und selbst schon zu Leid und Beeinträchtigung führen können. Im Bereich psychischer Störungen sind in den letzten Jahren wichtige Erkenntnisse zur frühen Erkennung und Behandlung gewonnen worden.