

Mental Health: Wie (un)gesund ist Österreich?

zum Welttag für mentale Gesundheit
am 10. Oktober



Future
Health
Lab

WIENER
STÄDTISCHE



VIENNA INSURANCE GROUP

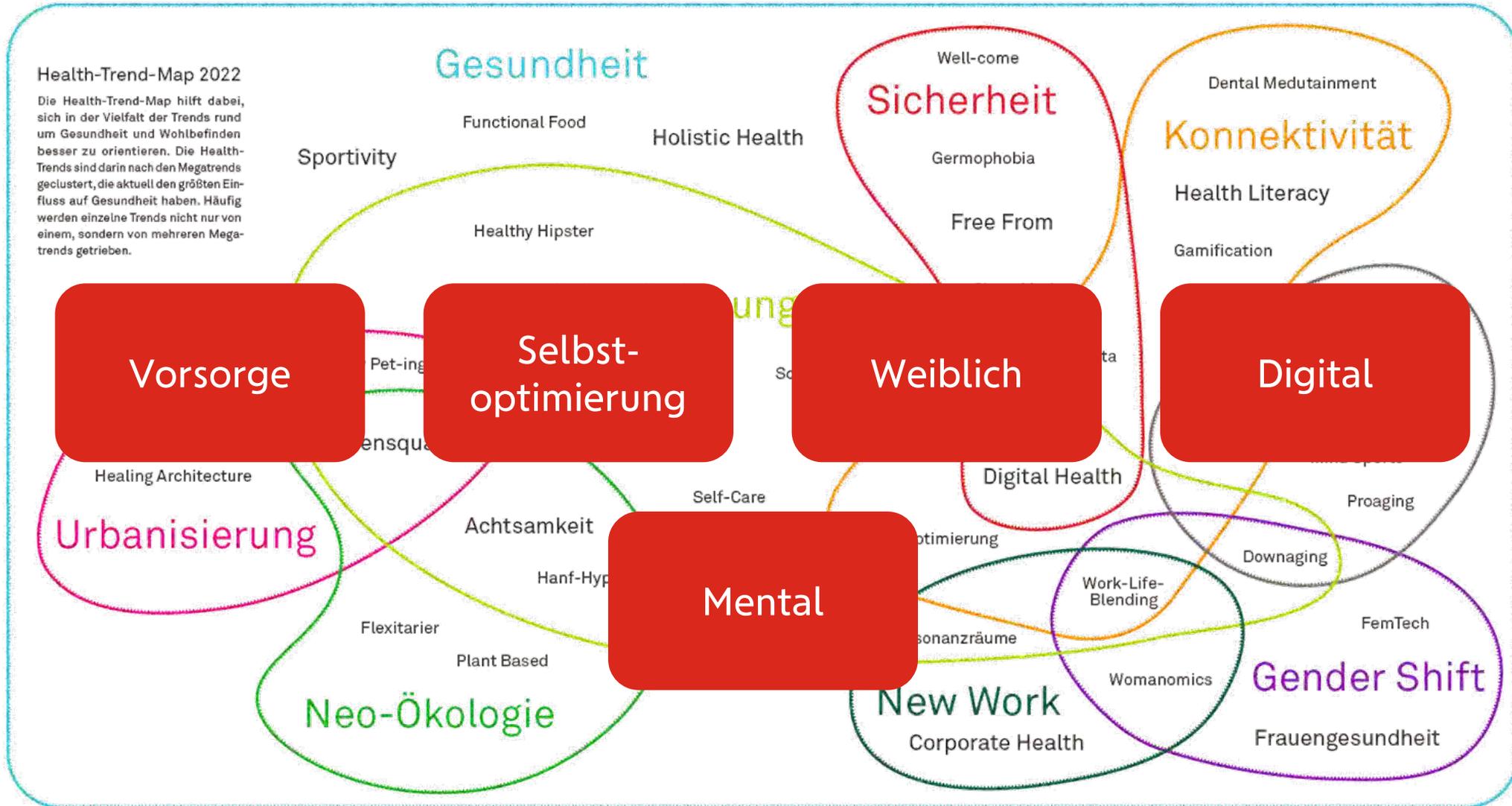


"The need for action on mental health is indisputable and urgent."

WHO, Juni 2022



Megatrends – Gesundheit ist ...



Empfehlungen der WHO für eine globale Reform



World mental health report, Juni 2022

*Förderung der
psychischen
Gesundheit für alle*

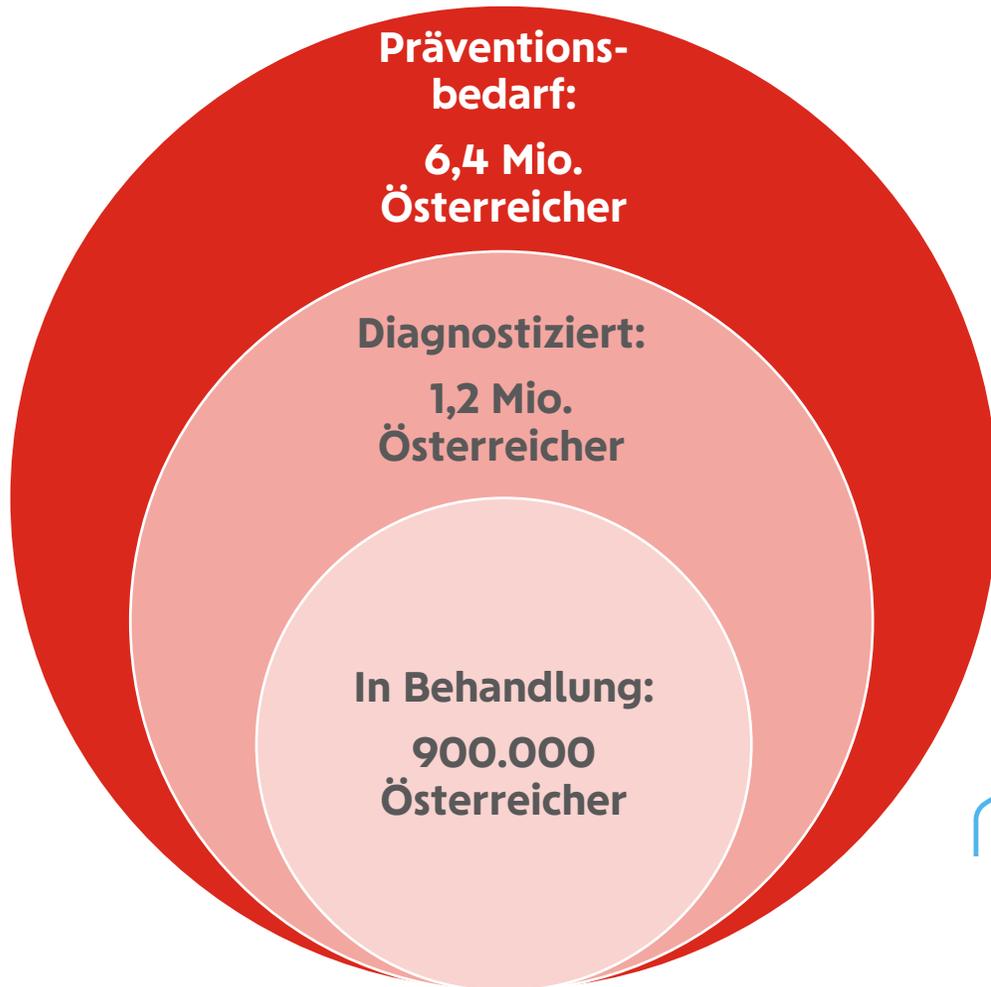
*Besonderer Schutz
für
Personengruppen
mit hohem Risiko*

*Etablierung von
Versorgungs-
angeboten*



- Suizidprävention
- Kinder und Jugendliche
- Mentale Gesundheit am Arbeitsplatz

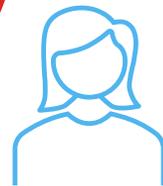
- Niederschwellige Angebote (gemeinnützige Arbeit)
- Versorgungsangebote im Gesundheitssystem
- Angebote außerhalb des Gesundheitssystems



Bedarf an Bewusstseinsbildung und Früherkennung zur Förderung

Bedarf an Orientierung, Behandlungsoptionen

Bedarf an Motivation und Enttabuisierung



Tendenz steigend: Pandemie der mentalen Gesundheit

Psychische Erkrankungen beschleunigt, hohe Belastung durch Pandemie & Long-COVID

→ **+12 % Betroffene in 3 Jahren**



Hohe Kosten und eingeschränkte Leistbarkeit

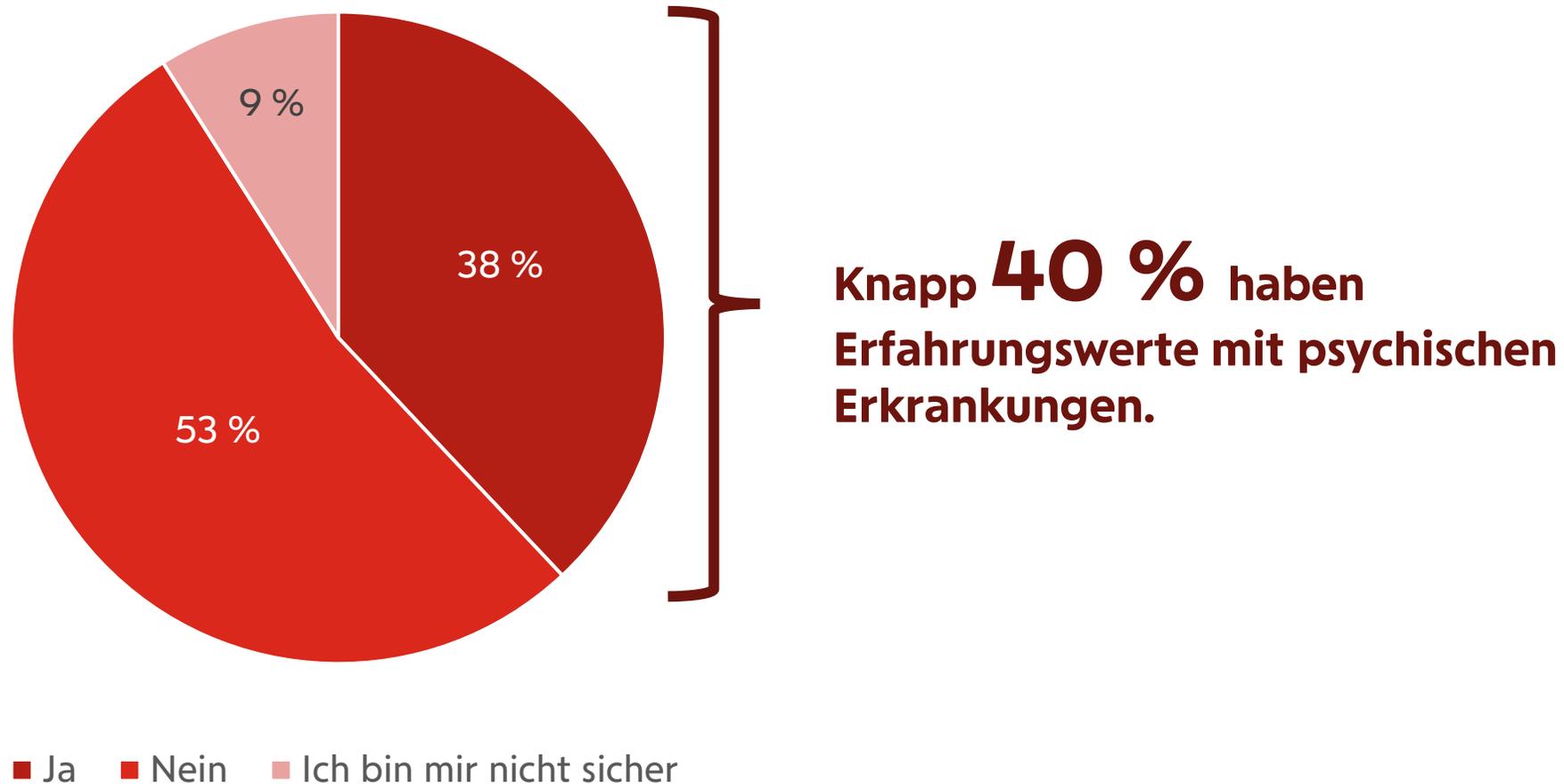
- Die jährlichen Kosten werden auf ca. **12 Mrd. Euro in Österreich** geschätzt, wovon ein großer Teil durch Prävention und Versorgung eingespart werden könnte.
- **2/3 der psychisch Erkrankten** können sich die notwendige Vorsorge & Behandlung für mentale Gesundheit nicht leisten.
- hohe Bedeutung für die Arbeitswelt → **kontinuierlicher Anstieg** der Krankschreibungen



Status quo

Quelle: Gesundheitsstudie 2022

Durchgeführt unter 1.000 Personen im Alter von 16 bis 70 Jahre durch das Gallup Institut im Auftrag der Wiener Städtischen.



Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen II



V. a. Frauen, Personen mit niedrigem Bildungsniveau und Singles sind betroffen.



Ein **Fünftel** ist aktuell psychisch krank.

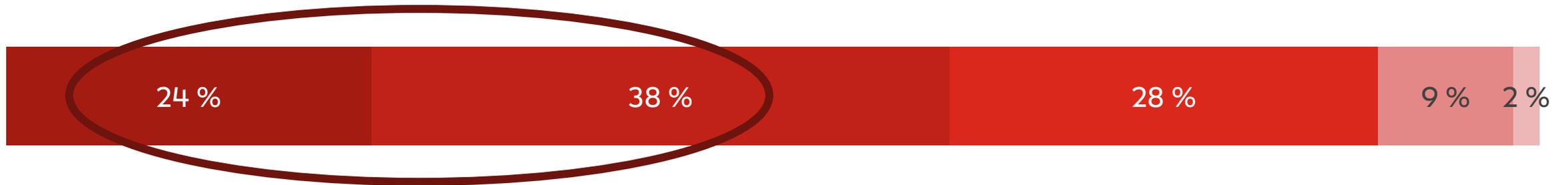
- Ja, in der Vergangenheit
- Ja, aktuell
- Ich bin mir nicht sicher

- Ja, in der Vergangenheit und aktuell
- Nein, noch nie

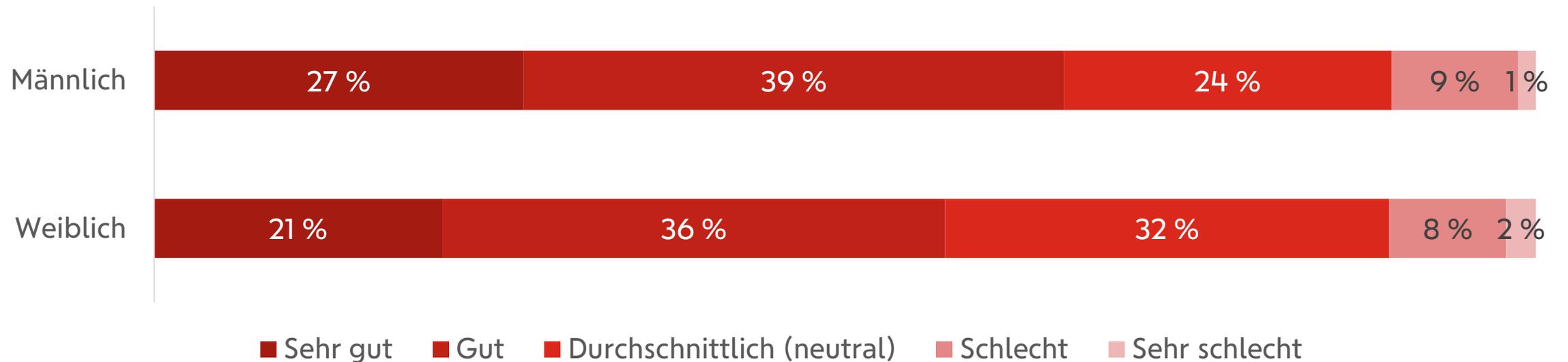
Aktueller mentaler Gesundheitszustand



Männer fühlen sich mental besser als Frauen.



62 % beurteilen ihr psychisches Befinden als (sehr) gut.



Veränderung der mentalen Gesundheit in den letzten 12 Monaten.



Der psychische Gesundheitszustand hat sich bei der Mehrheit nicht verändert.



25 % haben eine Verschlechterung ihres psychischen Befindens festgestellt.

- Ja, er hat sich verbessert
- Ja, er hat sich verschlechtert
- Nein, er hat sich nicht verändert
- Keine Angabe, weiß nicht

Gründe für Verschlechterung der mentalen Gesundheit



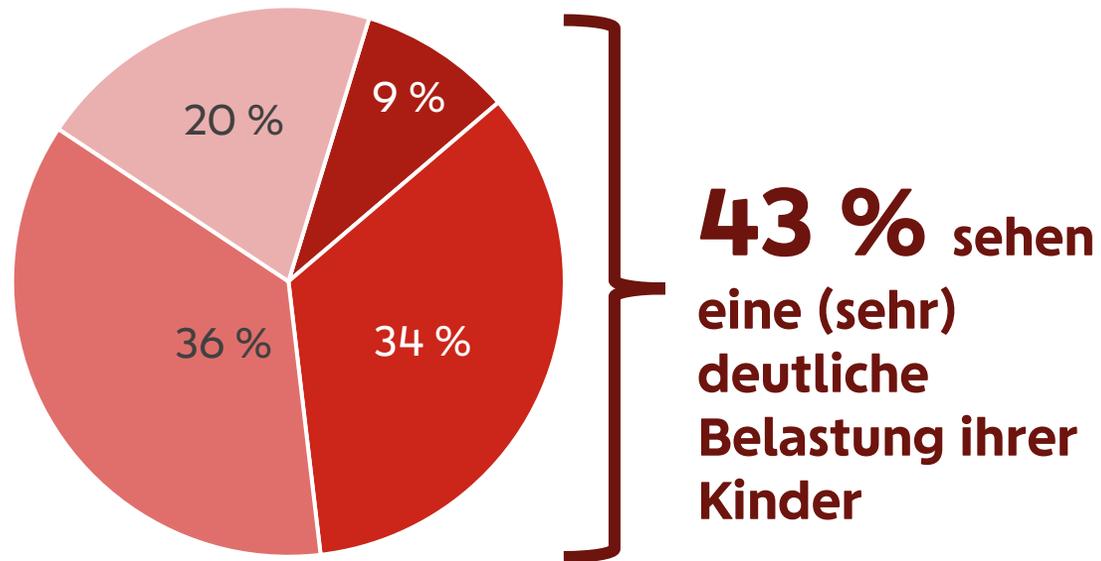
| PANDEMIE | |
|--|------|
| Wegen Corona/Pandemie (Maßnahmen, Impfung, Masken) | 23 % |
| Lockdowns, soziale Isolation, Vereinsamung | 8 % |
| BELASTENDE SITUATIONEN | |
| Gesundheitliche Probleme (wegen Schmerzen, Krankheit, OP) | 15 % |
| Ängste, Sorgen, Existenzängste, Zukunftssorgen, Unsicherheiten | 9 % |
| Allgemein private Probleme | 7 % |
| Berufliche Probleme (Jobverlust, Mobbing, Überlastung) | 6 % |
| SYMPTOME/BESCHWERDEBILDER | |
| Psychische Probleme (Nervlich, Depressionen, getrübe Stimmung) | 13 % |
| Stress, Burn-Out | 9 % |
| Inaktiv, antriebslos, müde, erschöpft | 7 % |
| Globale Entwicklungen | |
| Ukraine-Krieg | 12 % |
| Wegen Teuerungen, Inflation, finanzielle Sorgen | 11 % |
| Klimakrise, Umweltprobleme und Naturkatastrophen | 5 % |

Warum hat sich Ihr mentaler Gesundheitszustand in den letzten 12 Monaten verschlechtert?
n = 250 (Basis: Der mentale Gesundheitszustand hat sich in den letzten 12 Monaten verschlechtert)

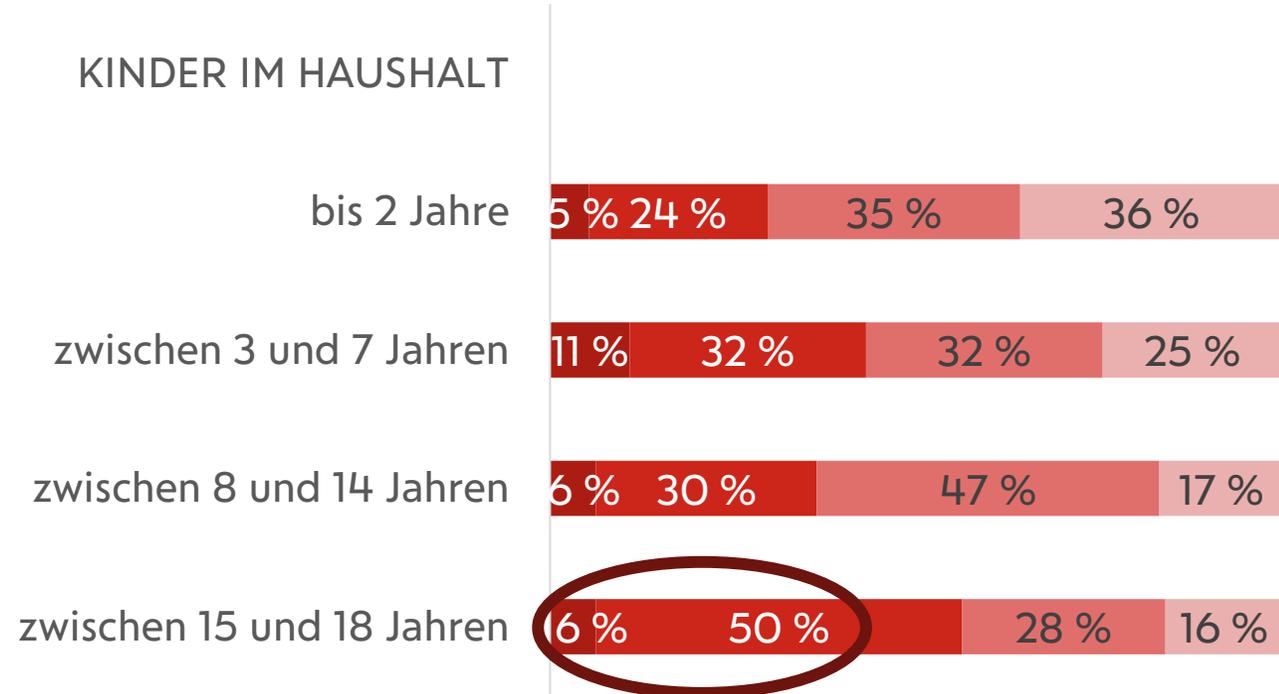
Mentale Belastungssituation von Kindern



Am deutlichsten orten Eltern eine Belastung bei ihren Kindern im Teenageralter.



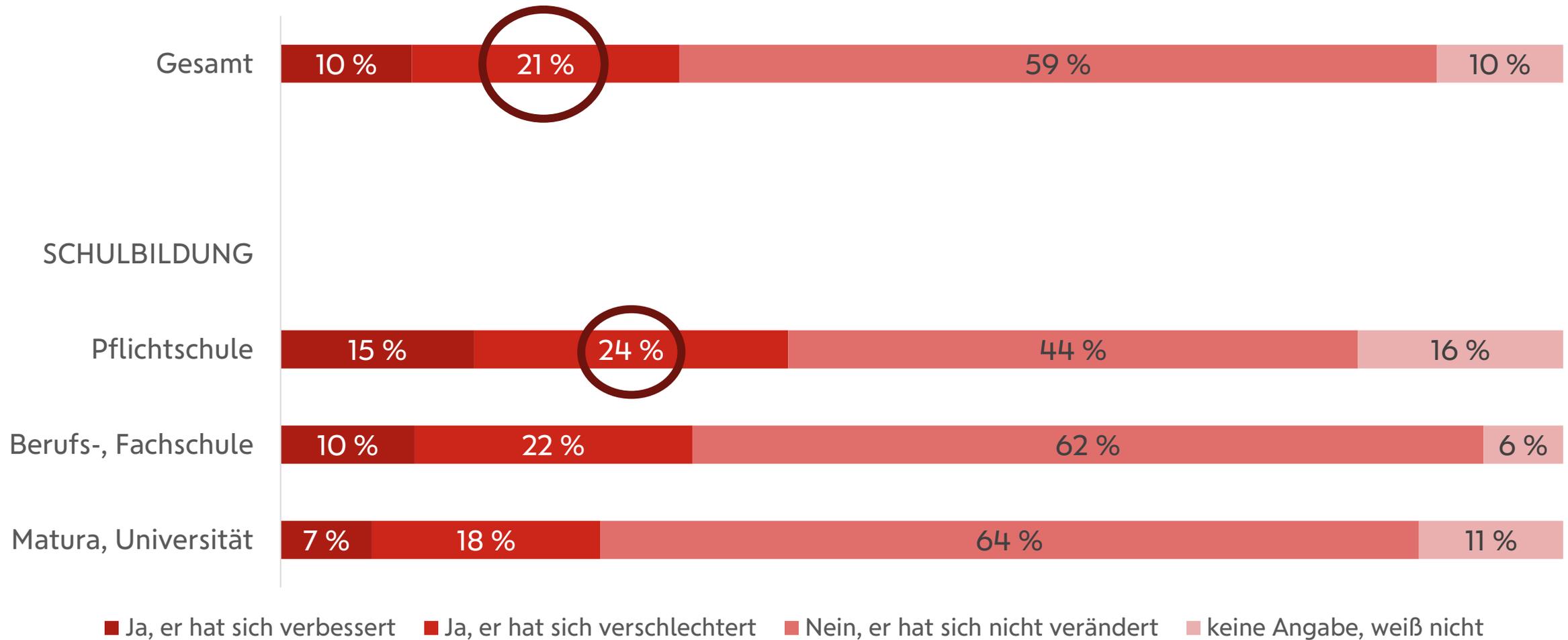
- Sehr belastet
- Eher belastet
- Eher nicht belastet
- Überhaupt nicht belastet



Veränderung der Belastungssituation von Kindern in den letzten 12 Monaten



Rund ein Fünftel bemerkt eine Verschlechterung der Belastungssituation der eigenen Kinder.

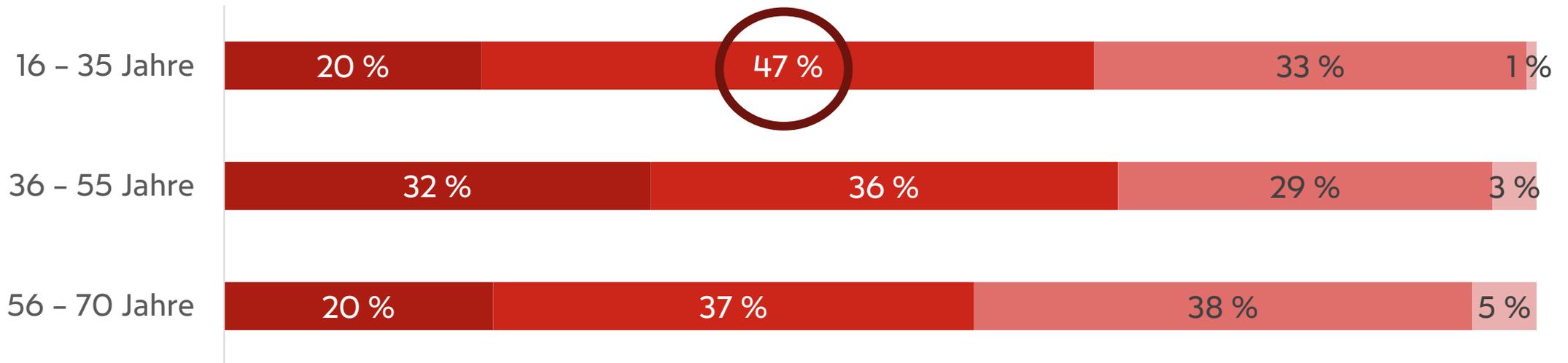
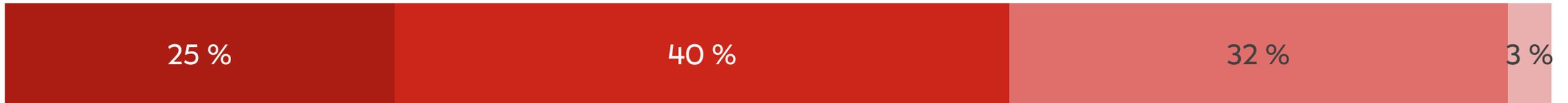


Hat sich der mentale Gesundheitszustand Ihres/Ihrer Kindes/Kinder in den letzten 12 Monaten verändert?
n = 374 (Basis: Haben Kinder bis 18 Jahre im Haushalt)

Nutzung professioneller Hilfe

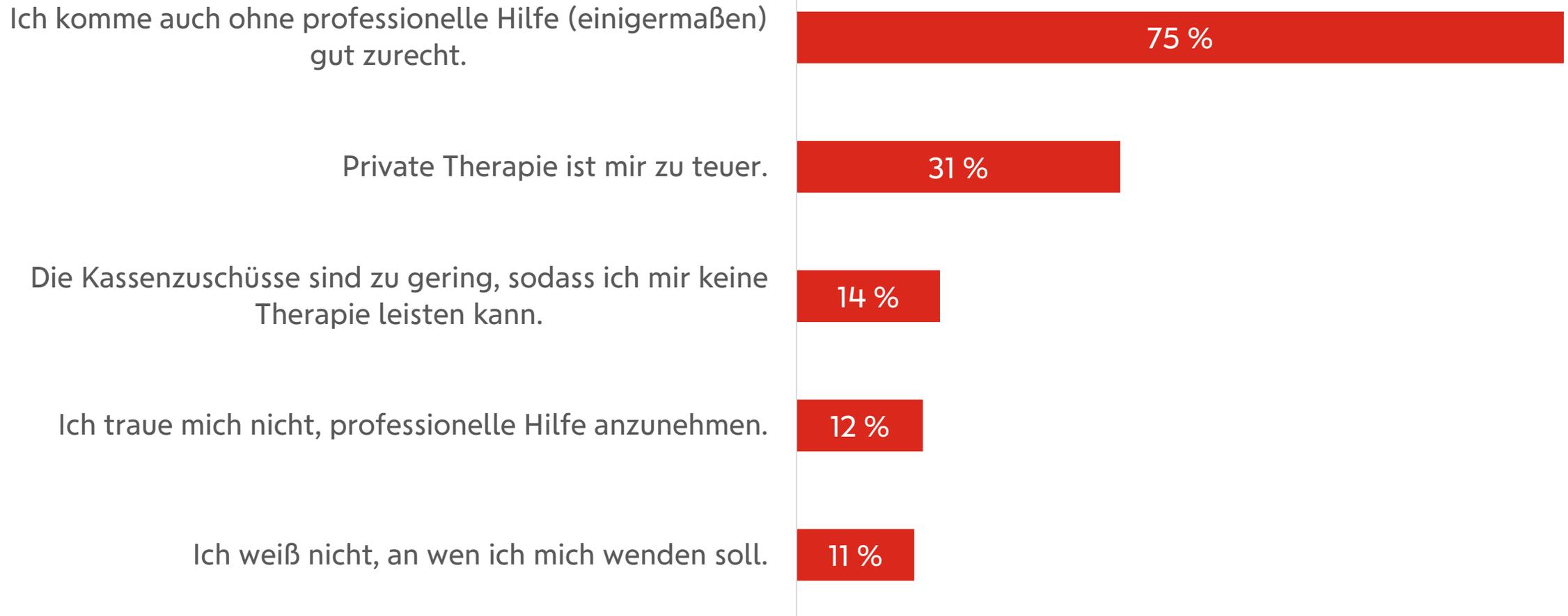


40 % jener, die eine psychische Verschlechterung verorteten, lehnen professionelle Hilfe gänzlich ab.



- Ja
- Nein, und ich beabsichtige es auch in Zukunft nicht
- Nein, aber ich kann es mir in Zukunft vorstellen
- Keine Angabe

Gründe für Nicht-Nutzung professioneller Hilfe



Warum nehmen Sie keine professionelle Hilfe in Anspruch?

n = 99 (Basis: Mentaler Gesundheitszustand hat sich in den letzten 12 Monaten verschlechtert & jene, die keine professionelle Hilfe in Anspruch nehmen)

Zufriedenheit mit dem öffentlichen Gesundheitssystem bzgl. psychische Erkrankungen



Nur eine Minderheit zeigt sich (sehr) zufrieden.



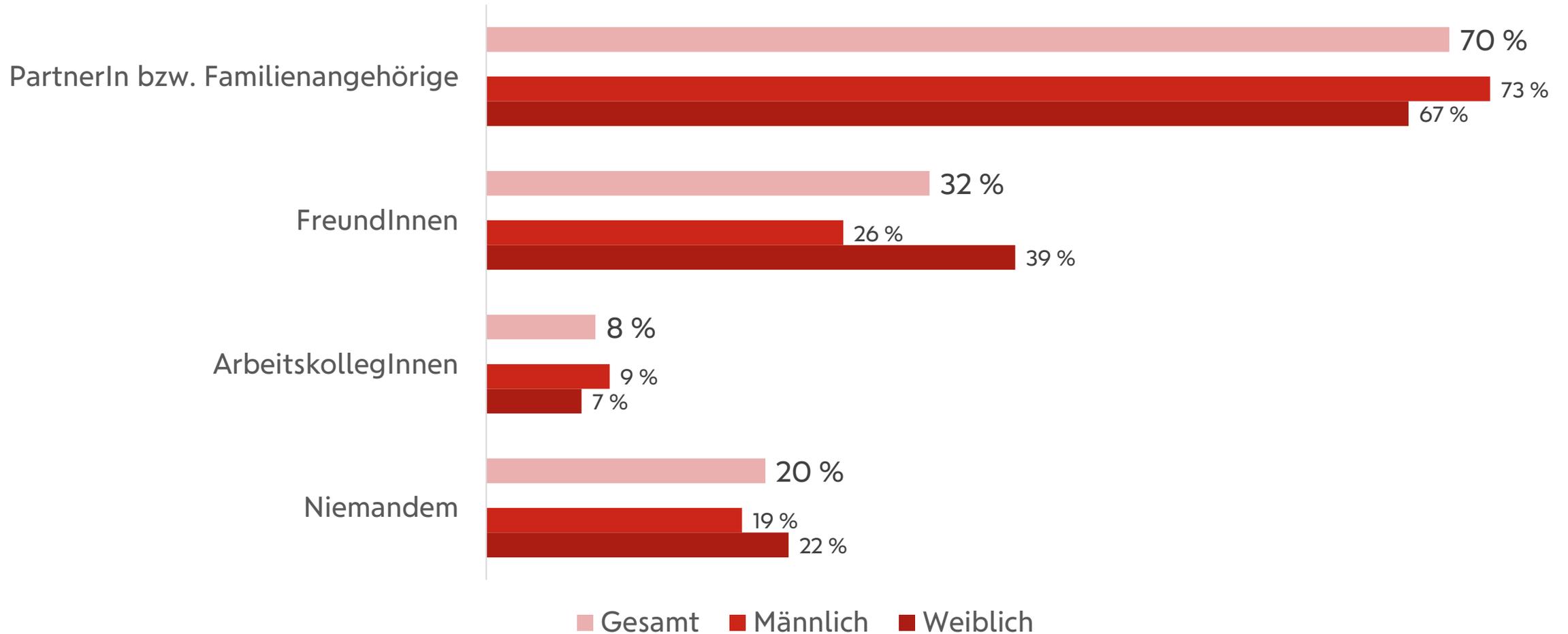
30 % stellen dem österreichischen Gesundheitssystem in Bezug auf die Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen ein positives Zeugnis aus.

■ 1 - sehr zufrieden ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 - überhaupt nicht zufrieden

Vertrauenspersonen im Falle einer psychischen Erkrankung



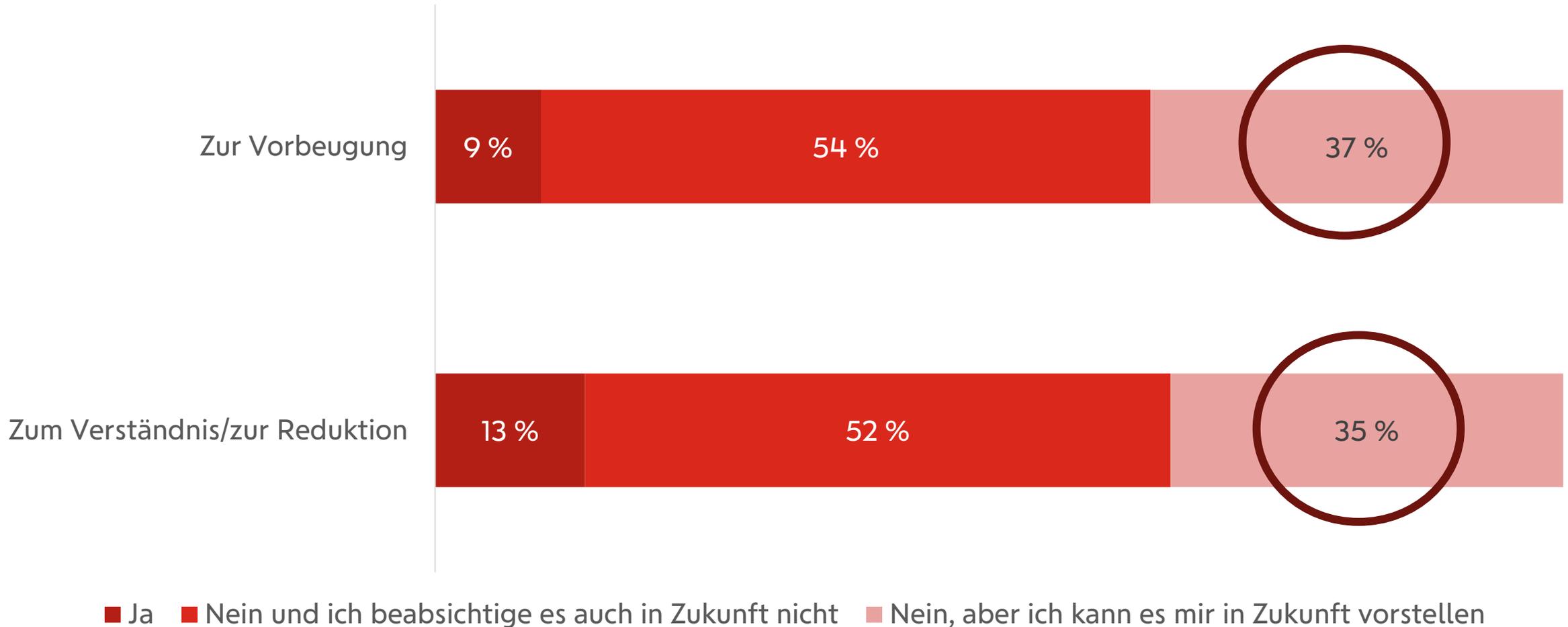
Am ehesten würde man sich dem engsten sozialen Umfeld anvertrauen.



Nutzung digitaler Gesundheitsangebote



37 % vs. 35 % können sich eine Nutzung digitaler Angebote im Bereich der mentalen Gesundheit vorstellen.



Nutzen Sie digitale Gesundheitsangebote (z. B. Apps oder Online-Kurse), um im Bereich der mentalen Gesundheit vorzubeugen oder psychische Belastungen zu verstehen oder zu reduzieren? n = 1.000 (zur Prävention) bzw. n = 380 (zum Verständnis/zur Reduktion)



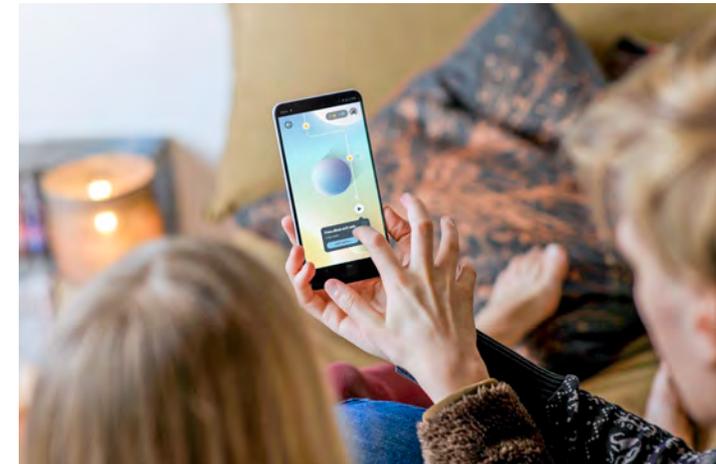
Digitaler Support für Klein & Groß

www.wienerstaedtische.at/mental-health



- 30 Stunden kindgerechtes Hörerlebnis
- 12 mehrtägige Kurse
- Über 60 aktive und ruhige Übungen
- Hilft nachweislich bei Themen wie Schlaf, Stress und Konzentration

- Meditationen, Entspannungs- und Einschlafgeschichten, Melodien und Yogaübungen
- Geringe Bildschirmzeit (auditiv)
- Entwickelt von Psychologen und Experten an der FU Berlin
- Regelmäßige Studien zur Wirksamkeit



HelloBetter – psychologische Online-Trainings



Für Kunden mit Privatarztversicherung oder dem BESSER-LEBEN-Wohlfühlpaket.

Fit im Stress:

- Acht Online-Trainingseinheiten á 45 bis 60 Minuten
- Anhaltende Wirksamkeit in der Verminderung von Stress wissenschaftlich belegt
- Stresserleben der Teilnahme vermindert sich durchschnittlich um 38 Prozent
- Langzeiteffekte sind vergleichbar mit denen einer sprechzimmerbasierten Psychotherapie



Depressions-Prävention:

- Sechs Online-Trainingseinheiten á 45 bis 60 Minuten
- Nach Kursende weniger depressive Beschwerden & Gefühl, weniger ängstlich und aktiver zu sein
- Positive Effekte auch noch sechs Monate nach Abschluss nachweislich
- Auch 1 Jahr nach Kursende entwickeln Teilnehmer seltener eine Depression



#einesorgeweniger

Ihre Sorgen möchten wir haben.



**Future
Health
Lab**

