

## Medienmitteilung

### «mental health forum» Bern

#### **Soziale Medien/Internet&Psychiatrie:**

#### **Chancen und Risiken von Facebook, Twitter und Co.**

**Glattbrugg, im Dezember 2011 – Sind die neuen Medien ein Segen oder eher ein Fluch? Am 6. Mental Health Forum in Bern diskutierten Experten eingehend über die Auswirkungen sozialer Medien auf die Psychiatrie. „Soziale Netzwerke sind für Interessierte ein wichtiges Medium bei der Informationssuche“, erläuterte Prof. Gregor Hasler, Chefarzt und Extraordinarius an der Berner Universitätsklinik und Poliklinik für Psychiatrie, die Bedeutung von Social Media. “Insbesondere im Bereich der Gesundheits- und medizinischen Informationen.“ Anfragen zu psychiatrischen Themen stehen auf dem World Wide-Web an dritter Stelle. Als Informationsquelle hat das Internet den Arzt bereits überholt. In einer ePatient-Umfrage aus dem Jahr 2010 haben 66 Prozent der Teilnehmer geantwortet, dass Informationen aus dem Internet (66%) hilfreicher sind als die des Arztes (51%). Studien zeigen, dass Facebook sogar das Wohlbefinden von emotional instabilen Menschen fördert. Der Grund: „Die Schreiben werden schneller beantwortet und die Kontakte auf Facebook nicht als bedrohlich wahrgenommen“, sagte Hasler. Allerdings kann dieser Eindruck täuschen.**

#### **Im Fokus: Die Datensicherheit**

Datenschutz und Datensicherheit wurden am Mental Health Forum intensiv diskutiert. Der Rat von Hanspeter Kuhn, stv. Generalsekretär FMH: „Facebook und das Internet sind wie Marktplätze mit einem Gedächtnis, umso wichtiger ist ein vernünftiges Verhalten im Umgang mit diesen Netzwerken.“ Dazu gehört, dass Ärzte darauf achten, den vertraulichen Kontakt zwischen Arzt und Patient nicht zu zerstören.

Da zunehmend Patientendaten auf Facebook auftauchen, rät Hanspeter Kuhn, nicht den eigenen Arbeits-PC zu verwenden, weil Facebook versucht, dessen Adressen zum „Freunde-Finden“ einzusetzen. Es genüge auch nicht mehr, nur den Namen und die Adresse vom Patienten wegzulassen. „Wichtig ist es, zusätzlich die Fallgeschichte zu ändern und eventuell sogar mit der Veröffentlichung zu warten“, so Kuhn. Wichtig sei zudem, die Arzt-Patient-Grenze aufrechtzuerhalten. Das Internet hat sich als wichtige Plattform für Spital und Arztpraxis etabliert. „Wer heutzutage nicht im Internet präsent ist“, so Kuhn, „den gibt es nicht.“

#### **„lean on me“-Kampagne: Social Media und Stigmatisierung**

Die Chancen sozialer Medien erläuterte Dr. Amelia Mustapha von der Londoner Depression Association (EDA) anhand der „lean on me“-Kampagne (LOM), die die EDA gemeinsam mit der Lundbeck AG durchgeführt hat. Ziel von „lean on me“ ist es, das Verständnis für psychische Krankheiten wie die Depression zu verbessern, ihrer Stigmatisierung ent-

gegenzutreten und die Unterstützung für Betroffene zu fördern. „Die Stigmatisierung psychisch Kranker ist oft schlimmer als die Krankheitssymptome“, erläuterte Mustapha, „viele Betroffene erleiden dadurch Probleme und Nachteile am Arbeitsplatz.“ Die LOM-Kampagne kämpft dieses Stigma an. Über soziale Medien, Radio, Printinserate und öffentliche Aktionen verteilen die Initianten Informationen zum Thema Depression.

### **Behandlung per Internet**

Über positive Erfahrungen im Bereich Social Media können aber auch Schweizer Ärzte berichten. Der Fachpsychologe für Psychotherapie, Herbert Kubat, ist von der Möglichkeit der Internetbehandlung überzeugt. Kubat ist Geschäftsleiter von psy-help-online.ch, der ersten Schweizer Internet-Plattform. Sein Fazit: „Mehr als achtzig Prozent der Studien zeigen eine signifikante Wirkung der online-Therapie.“ Die Vorteile: Die Patienten reagieren offener, die Compliance ist hoch und liegt bei 90 Prozent per Telefonberatung. „Die Effekte sind vergleichbar mit einer Face-to-Face-Beratung“, fasst Kubat zusammen. Insgesamt lassen sich mehr Männer als Frauen anonym online beraten. Das Alter liegt bei durchschnittlich 45 Jahren. Depressionen, Angststörungen, auch Posttraumatische Belastungsstörungen behandeln die Fachpsychologen.

Ähnlich positiv sind die Erfahrungen der Lausanner Psychologin Anne Dechambre mit CIAO, einer online Community, die eine erste Anlaufstelle für Jugendliche ist: „Jugendliche sind in der Regel gut informiert, aber die Menge an Informationen überflutet diese Gruppe und erschwert eine Orientierung.“ Auf [www.ciao.ch](http://www.ciao.ch) können sich Jugendliche anonym über Fragen betreffend Sexualität, Drogen, Gesundheit oder Gewalt informieren. Mittels Blog können die Gruppen auch untereinander kommunizieren. Der Vorteil: „Jugendliche unterhalten sich gerne zuerst unter ihres gleichen“, so Dechambre, „erst wenn diese Quelle erschöpft ist, wenden sie sich an Erwachsene.“ Das Angebot kommt sehr gut an. Rund 5000 Anfragen pro Jahr müssen die Therapeuten durchschnittlich beantworten.

### **Internetabhängigkeit: Ein neues Phänomen**

Nur, was tun, wenn die neuen Medien zur Abhängigkeit führen? Das ist der Fall, wenn das Internet so uneingeschränkt häufig genutzt wird, dass andere Lebensbereiche dadurch gestört sind. Laut Dr. Maciej Szamrowicz, Oberarzt der integrierten Suchthilfe Winterthur, dominieren bis zum Alter von 20 Jahren deutlich die männlichen Jugendlichen (Online-spiele), mit zunehmendem Alter sind Frauen häufiger betroffen (Chaträume und andere Kommunikationsplattformen). Eine weitere Form der Internetabhängigkeit – mit einer vermutlich hohen Dunkelziffer – stellt der zwanghafte Konsum von Pornoseiten dar. Diese problematische Konsumform ist unter erwachsenen Internetnutzern ausschliesslich eine männliche Domäne. „Die Inanspruchnahme einer professionellen, therapeutischen Unterstützung ist jedoch selten“, sagt Maciej Szamrowicz. Deshalb befürwortet er eine Aufführung der „Internetabhängigkeit“ im DSM-V unter Verhaltenssucht, sodass Assessmentmöglichkeiten ausgebaut und weiterentwickelt werden können.

Die abschliessende Diskussion am Mental Health Forum zeigt eines: Institutionen müssen auf dem Internet präsent sein, vielleicht in Zukunft auch auf Facebook. Arztpraxen und Spitäler müssen sich überlegen, mit welchem Medium die Patienten zukünftig am besten zu erreichen sein werden.

**Lundbeck (Schweiz) AG** ist eine Tochtergesellschaft des gleichnamigen dänischen Pharmakonzerns und besteht seit 1948. Lundbeck ist ein weltweit führendes Pharmaunternehmen und fokussiert sich auf die Forschung, die Entwicklung und den Vertrieb von Heilmitteln im Bereich der Psychiatrie und Neurologie. Die wichtigsten Indikationsgebiete sind die Behandlung von Depressionen, Angststörungen und Psychosen, insbesondere Schizophrenie, Parkinson und Demenz. [www.lundbeck.ch](http://www.lundbeck.ch) / [www.depression.ch](http://www.depression.ch)

**Weitere Informationen:**

Heidi Zbinden, Marketing & Market Access Director, Lundbeck (Schweiz) AG  
Telefon 044 874 34 34

Details zum Symposium sowie die Präsentationen der Referenten können bezogen werden unter

<http://www.mentalhealthforum.ch>

Login: mhf11

Passwort: lundbeck\_mhf