



## Pressemitteilung

### **Unerwünschte Nebenwirkung: Die Pandemie fördert psychische Probleme**

**ROHRBACH.** Die Corona-Pandemie hat klar aufgezeigt, wie wichtig ein respektvoller und ressourcenschonender Umgang mit Spitalskapazitäten ist. Gleichzeitig soll bei gesundheitlichen Problemen medizinische Hilfe in Anspruch genommen werden – und das möglichst frühzeitig und an der richtigen Anlaufstelle. Das Land OÖ und die oberösterreichischen Spitäler starten nun eine gemeinsame trägerübergreifende Informationsoffensive: Ziel ist es, die Bevölkerung über ernst zu nehmende Symptome aufzuklären und zu informieren, wann Krankenhausbesuche notwendig sind. Den Auftakt bildet das Thema psychische Erkrankungen.

Die Corona-Pandemie hat bei zahlreichen Menschen Angst, Unsicherheit und ein Gefühl der Hilflosigkeit verursacht. Viele sind in den letzten Monaten an den Rand ihrer körperlichen und seelischen Belastbarkeit gekommen. Neben Kindern und Jugendlichen sind laut Studien auch Erwachsene unter 35 Jahren, Frauen, Singles und Menschen ohne Arbeit von psychischen Belastungen betroffen. „Zu den häufigsten Symptomen zählen Niedergeschlagenheit, Motivations- und Antriebslosigkeit sowie Schlafstörungen“, erklärt Mag.<sup>a</sup> Verena Linhart, Klinische Psychologin am Klinikum Rohrbach. Besteht eines dieser Alarmzeichen über einen längeren Zeitraum hinweg, sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden.

#### **Hinsehen und ansprechen!**

Viele Menschen, die schon vor der Pandemie psychisch erkrankt waren, haben vermehrt Probleme, den Alltag zu bewältigen. Bei ihnen haben sich depressive Symptome verstärkt. Psychische Veränderungen und Verhaltensweisen können darauf hinweisen, dass eine Person über einen Suizid nachdenken könnte. Was können Angehörige, FreundInnen oder ArbeitskollegInnen tun, wenn sich ein Mensch zurückzieht, Interessen vernachlässigt oder verstärkt Alkohol beziehungsweise Drogen konsumiert?



„Suchen Sie das Gespräch und sagen Sie offen, dass Sie sich Sorgen machen. Und zögern Sie nicht, Hilfe zu holen oder gemeinsam mit der/dem Betroffenen eine Beratungsstelle oder die Ambulanz einer Klinik aufzusuchen,“ empfiehlt Mag.<sup>a</sup> Verena Linhart. „Angehörige können auch unterstützen, indem sie der/dem Betroffenen einfach zuhören, geduldig mit ihr/ihm sind und sich um regelmäßige gemeinsame Aktivitäten bemühen“, ergänzt die Psychologin. Trotz aktueller Einschränkungen ist es wichtig, Dinge zu tun, die Freude bereiten, und die Zeit sinnvoll zu nutzen, etwa mit einem neuen Hobby. Bei Symptomen einer psychischen Belastung ist es wichtig, Angebote zu nutzen und sich beraten zu lassen. Wird ein Krankenhausaufenthalt empfohlen, ist es sinnvoll diesem Rat zu folgen. Alle Spitäler haben umfangreiche und strenge Hygiene- und Schutzmaßnahmen ergriffen, sodass das Ansteckungsrisiko minimal gehalten wird.

### **Ansprechpersonen bei seelischen Beschwerden**

Die Hausärztin/der Hausarzt ist die erste Anlaufstelle bei psychischen Beschwerden wie Schlafstörungen oder wenn bereits eine psychische Erkrankung diagnostiziert ist. Zudem stehen bei gesundheitlichen Beschwerden die geschulten Fachkräfte der telefonischen Gesundheitsberatung 1450 rund um die Uhr zur Verfügung. Über die jeweils richtige Anlaufstelle im Gesundheitssystem informiert auch die Website [www.wobinichrichtig.at](http://www.wobinichrichtig.at). Bei finanziellen Sorgen können Gespräche mit der Schuldnerberatung oder mit der Bank die Situation erleichtern. Die Krisenhilfe OÖ ist rund um die Uhr unter der Telefonnummer 0732/2177 erreichbar, die Telefonseelsorge hilft unter der Nummer 142.

### **Hilfe auch online und per Telefon**

Auch viele andere psychosoziale Beratungsstellen bieten Online- und Telefonberatungen an. „Wichtig ist es, Hilfe anzunehmen. Dies kann auch über das Telefon oder das Internet geschehen“, so Mag.<sup>a</sup> Verena Linhart.

Rohrbach, am 8. Juli 2021



**Bildtext:** Mag.<sup>a</sup> Verena Linhart, Klinische Psychologin am Klinikum Rohrbach.

**Fotocredit:** OÖG (honorarfrei)

**Rückfragen bitte an:**

Mag. (FH) Nina Panholzer

Kommunikationsagentur Prizovsky & Partner GmbH

Mobil: 0664 88624196

E-Mail: [n.panholzer@dci-consulting.at](mailto:n.panholzer@dci-consulting.at)