

Wenn Krisen Spuren hinterlassen

Zwar erkranken Kinder und Jugendliche selten schwer an Covid-19 – dennoch leiden sie stark unter der Pandemie. Vor allem sie mussten – insbesondere während der Lockdowns – drastische Einschränkungen akzeptieren und auf vieles verzichten. Das hat tiefe Spuren hinterlassen, wie uns **Dr. Esther Wurm**, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie in Wien, im Interview berichtet.

Du arbeitest seit mehr als 10 Jahren in der Kinder- und Jugendpsychiatrie in Wien. Wie spiegelt sich die Pandemie in deiner Arbeit mit Kindern und Jugendlichen wieder?

Die Anzahl von Kindern und Jugendlichen, die an einer depressiven Symptomatik und Ängsten leiden, ist deutlich angestiegen.

Am Anfang der Pandemie standen große Ängste vor einer schweren Erkrankung, Erkrankung von Angehörigen oder auch Ansteckung der Angehörigen, wie z. B. der Großeltern mit schlimmen Folgen bis hin zu deren Tod, im Vordergrund. Später waren es Ängste und Sorgen, wie sich die Situation weiterentwickeln wird. Eine Perspektivenlosigkeit und Zukunftsängste haben viele Jugendliche während des zweiten 2. Lockdowns entwickelt. Durch die Wiederholung des Lockdowns hat sich die Situation verschärft. Kindern und Jugendlichen, die vorher schon Probleme hatten, ging es deutlich schlechter und Symptome haben sich intensiviert. Auch bisher gesunde junge Menschen entwickelten depressive Symptome, manchmal bis hin zu Suizidgedanken. Ebenso hat die Anzahl der Suizidversuche zugenommen. Die Altersgrenze hat sich hin zu Jüngeren verschoben.

Die soziale Isolation spielt dabei eine große Rolle. Viele soziale Erfahrungen konnten nicht gemacht werden. „Mir wurden zwei Jahre gestohlen“, sagen die Jugendlichen. Versäumnisse auf psychosozialer Ebene und die fehlende Wissensbildung sind kaum

mehr nachholbar. Mit Langzeitfolgen ist zu rechnen.

Wie bekommen Betroffene Hilfe?

Es gibt verschiedene Anlaufstellen für Kinder- und Jugendliche mit psychischen Problemen, u. a. therapeutische Einrichtungen, Ambulatorien mit unterschiedlichen Schwerpunkten, Kassen- und Wahlarztordinationen, KJP-Abteilungen in Krankenhäusern. Oft wird der Erstkontakt von Eltern organisiert, ältere Jugendliche kommen auch oft alleine.

Wenn zu Hause Unterstützung fehlt, reagieren auch die Schulen oder das Jugendamt und vermitteln zu Beratungsstellen, ambulanten oder anderen Einrichtungen.

Du kennst als Kinder- und Jugendpsychiaterin die Arbeit in der Ambulanz und Tagesklinik sowie in der Facharztpraxis. Gibt es auch bei Kindern das Phänomen der Long-COVID-Erkrankung?

Bisher habe ich keine Patienten mit Long Covid betreut. Ein zwölfjähriger Patient wurde mit Verdacht auf Long Covid vorgestellt. Es zeigte sich aber schon im Anamnesegespräch, dass die beschriebenen Symptome, wie Müdigkeit und Kopfschmerzen, auch schon vor der Infektion im Rahmen einer depressiven Episode in gleichem Ausmaß vorhanden waren.

Welche Möglichkeiten hast du, Kinder und Jugendliche bei der Heilung zu unterstützen?

Das Ziel der Behandlung ist die Linderung der Symptome, Stabilisierung des Zustandes und dadurch Verbesserung der Gesamtsituation.

Im Erstgespräch wird eine Anamnese erhoben und





Patient*in und Eltern über die aktuelle Situation und Problematik befragt, auch Informationen über mögliche andere Erkrankungen, die Entwicklung des/der Patient*in bis hin zur Geburt und Schwangerschaft werden erfragt.

Im Anschluss wird besprochen, welche therapeutischen oder ergänzenden diagnostischen Schritte notwendig sind.

Wenn über einen längeren Zeitraum Schlafstörungen, Ängste, Konzentrationsstörungen und/oder Panikattacken bestehen, ist der Leidensdruck oft schon so groß, dass eine rasche Hilfe in Form von medikamentöser Therapie empfohlen und auch gewünscht wird. Längerfristig geht es dann um die Planung und Organisation einer therapeutischen Unterstützung der Patient*innen und auch der Eltern.

Wie siehst du den Einfluss von Internet und Handy?

Internet und Handy sind aus unserem Alltag ja nicht mehr wegzudenken. Vor allem für Jugendliche ist der Austausch über Social Media sehr wichtig. Ein bedenklicher Umgang damit besteht jedoch, wenn es keinerlei Ausgleich und es keine „realen“ Kontakte und anderen Hobbies Hobbys mehr gibt.

Zu Lockdown-Zeiten hat sich auch noch die Schulzeit zu Hause am PC „abgespielt“, somit kam es zu

noch mehr sitzender Tätigkeit vor dem Bildschirm. Die Kombination mit fehlender körperlicher Betätigung und psychischen Belastungen hat bei vielen eine Negativspirale in Gang gesetzt. Die Flucht in eine Online-Spielwelt und nahezu ausschließlich Social-Media-Kontakte und - „Freundschaften“ sind Folgen. So werden viele Stunden, bei Tag und auch bei Nacht, vor den Bildschirmen verbracht und dies führt oft zu einer Tag-/Nachtumkehr. Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafstörungen, soziale Ängste nehmen zu und der Weg zurück in die Normalität wird immer schwieriger, je länger sozialer Rückzug und Isolation bestehen bleiben.

Auch andere Erkrankungen, wie Adipositas bei Kindern, haben stark zugenommen.

In Wien gibt es einen eklatanten Fachkräftemangel in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, wie wirkt sich das auf deine Arbeit aus?

Der (Fach-)Ärztmangel in unserem Fach besteht schon seit langem, auch das Versorgungsproblem durch den massiven Bettenmangel. Jetzt hat sich die Situation jedoch, durch noch mehr Bedarf einerseits, und Verschlechterung der Versorgungssituation vor allem im Spitalsbereich andererseits, noch mal drastisch verschlechtert. Das bedeutet noch längere Wartezeiten, Reduktion auf Akutversorgung im Spitalsbereich, fehlende Nachversorgung und mangelndes therapeuti-

ches Angebot. Auch im therapeutischen Bereich merkt man die Ressourcenknappheit. Therapieplätze, vor allem für Kinder, gibt es viel zu wenige. Auch im Pflegebereich zeichnet sich eine Versorgungsproblematik ab.

Eine positive Entwicklung im psychotherapeutischen Angebot hat sich mit dem Projekt „Gesund aus der Krise“ gezeigt. Nach erfolgter Registrierung bekommt man zeitnah Kontaktdaten von einem Psychotherapeuten mit freiem und finanziertem Platz.

Die Vernetzung und der Austausch mit Kollegen Kolleg*innen aus unterschiedlichen Berufsgruppen wie Psychotherapeut*innen, Psycholog*innen, Sozialpädagog*innen, Lehrer*innen, Kinderärzt*innen, Ergotherapeut*innen, Physiotherapeut*innen, Logopäd*innen u. v. a. sind wesentliche Arbeitsaspekte in unserem Fach und dringend notwendig, um die Kinder und Jugendlichen bestmöglich zu unterstützen. Leider fehlen oft zeitliche Ressourcen dafür.

*Kannst du Gemeinsamkeiten erkennen in den Symptomen deiner KlientInnen/Klient*innen?*

Depressive Symptome, Ängste, Schlafstörungen, Panikattacken sind gehäuft auftretende Symptome. Aber auch andere Symptome kommen bei unterschiedlichen Krankheitsbildern vor.

Welche Rolle spielt das Thema Sucht?

Das Thema Sucht spielt im Jugendlichenalter eine wichtige Rolle. Vor allem im Sinne der Suchtprävention. Wir unterscheiden stoffgebundene Süchte, wie z. B. die Alkohol-, Nikotin-, Cannabisabhängigkeit, und die nicht stoffgebundenen Süchte, wie z. B. die Spiel-, Internet- und Kaufsucht.

Frühzeitig zu erkennen, ob sich ein sogenannter schädlicher Gebrauch in Richtung Sucht entwickelt, ist ein wichtiger Faktor. Es gibt spezielle therapeutische Angebote für diesen Bereich, leider auch nur sehr wenig Kapazitäten.

Wenn ein Substanzmissbrauch über einen langen Zeitraum in einer Sucht endet, kann ein stationä-

rer Aufenthalt auf der Akutpsychiatrie notwendig sein. Das ist oft eine sehr schwierige Situation, weil meistens keine Krankheitseinsicht besteht und die Patient*innen die akute Gefährdung nicht wahrnehmen. Ziel ist dann zunächst eine Stabilisierung und in weiterer Folge die Erarbeitung einer Compliance. Oft sind viele Behandlungsanläufe notwendig.

Wenn eine Fee dir drei Wünsche freistellen würde für deine Arbeit: Was würdest du dir wünschen?

Diese Frage stelle ich meinen Patienten und Patientinnen auch oft.

1. Mehr Ressourcen in allen Bereichen der kinder- und jugendpsychiatrischen Versorgung
2. Ausbau von präventiven Angeboten
3. Für die Kinder und Jugendlichen, nach besonders belastenden letzten Jahren, wieder mehr Leichtigkeit und Normalität im Alltag, insbesondere keine weiteren Schulschließungen mehr.

Gibt es einen Appell in Richtung Erwachsene?

Wichtig ist, aus meiner Sicht, die Unterstützung der Kinder/Jugendlichen durch Vermittlung von Sicherheit, Stabilität und Verlässlichkeit, insbesondere während der Pandemie. Sich Zeit für Gespräche zu nehmen, in denen Kindern/Jugendlichen die Möglichkeit haben, Ängste zu verbalisieren, und sie dadurch merken, ernst genommen und gehört zu werden, ist von besonders großer Bedeutung.

Erste Anzeichen einer depressiven Episode können Rückzug, Antriebsschwäche, Traurigkeit und Schlafprobleme sein. Wenn man als Elternteil bemerkt, dass sich das Kind/der Jugendliche verändert, es ihm nicht gut geht und man zu Hause nicht mehr weiter weiß, sollte man sich Hilfe holen. Auch Elternberatungsstellen bieten Gespräche an.

Das Interview mit Dr. Esther Wurm führte **Johanna Lein**. Wir bedanken uns herzlich.