



# Worum geht es die nächsten 20min?

- Auslöser für Altersdepressionen
- Symptome von Altersdepressionen
- Häufigkeit
- Risikoerhöhung
- Geriatriische-Depressions-Skala
- Versorgungssituation
- Einfluss auf die Lebensqualität
- Fazit
- Literatur

# Hintergrund

Während der Covid-Pandemie hat die Zahl der psychisch erkrankten Menschen weltweit zugenommen, darunter auch die Depressionen. Durch den demografischen Wandel ist die Wahrscheinlichkeit gestiegen an einer Altersdepression zu erkranken. Die Depression zeigt sich verschieden und ist somit immer wieder bei älteren Menschen nicht als solche zu erkennen, da die Symptome häufig der Demenz ähneln.

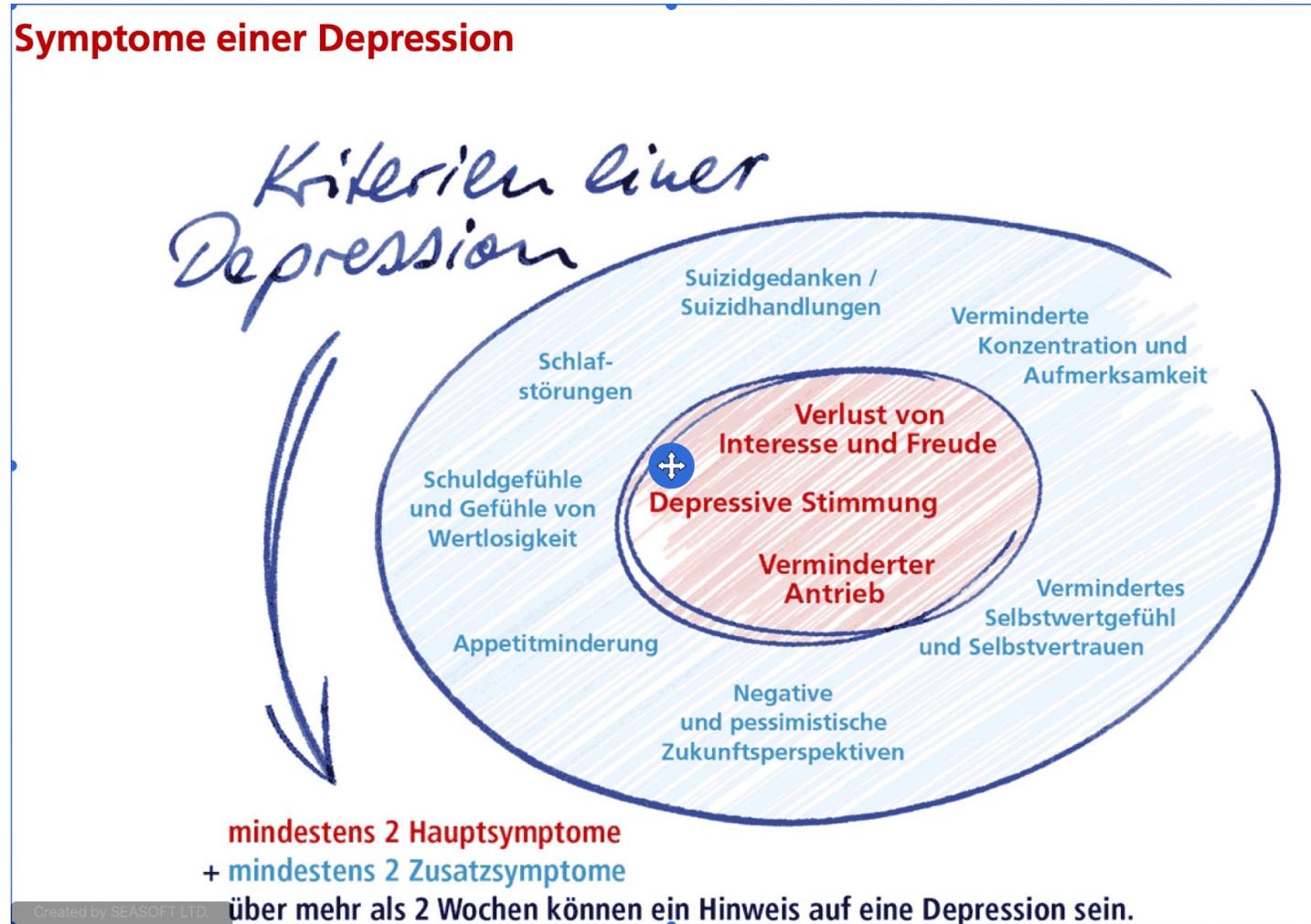
# Auslöser für Altersdepressionen

- Verlust wichtiger Bezugspersonen [4]
- Verlust von Bekannten- und Freundeskreis [4]
- Verlust von Gewohnheiten in Haushalt, Wohnen, Arbeit [4]
- Abschied von Lebenskonzepten [3]

# Auslöser für Altersdepressionen

- Nachlassen beziehungsweise Verlust körperlicher Funktionstüchtigkeit <sup>[3]</sup>
- Angst vor „Altwerden/Altsein“ <sup>[6]</sup>
- Objektive materielle Probleme, Mobilitätseinschränkung <sup>[4]</sup>
- Beziehungsprobleme im höheren Lebensalter <sup>[4]</sup>

# Symptome von Altersdepressionen

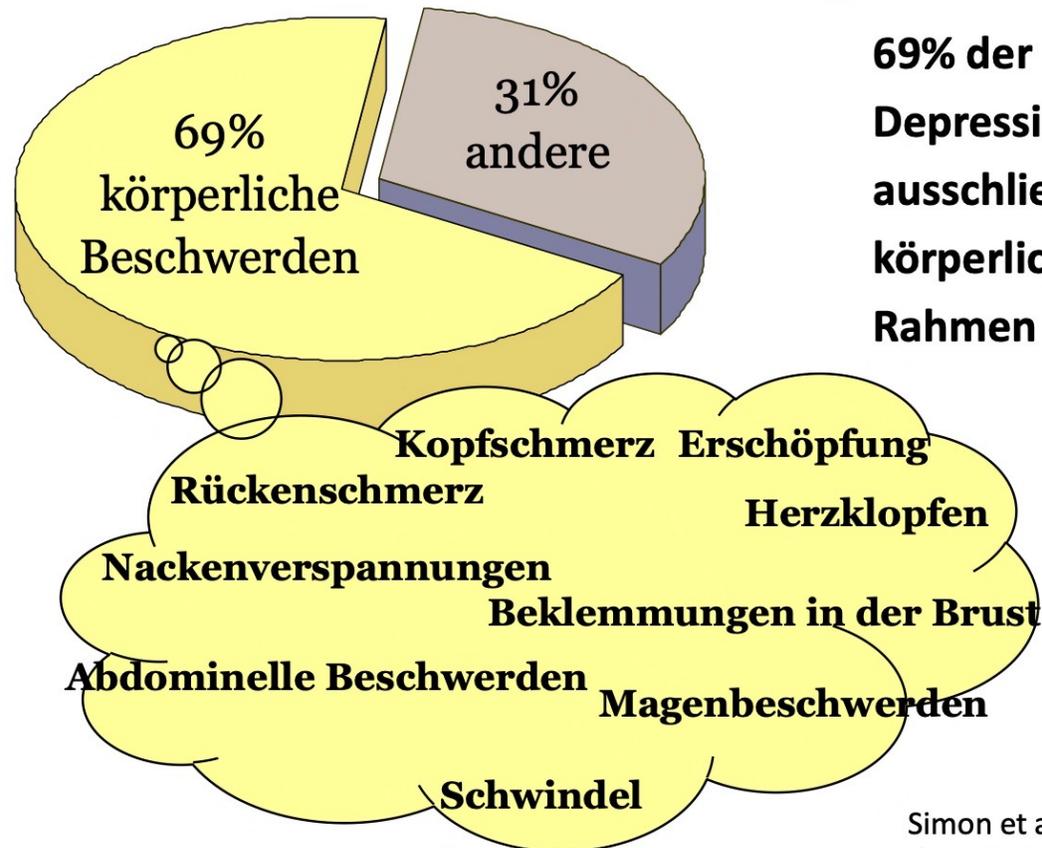


[10]

# Symptome von Altersdepressionen

- Niedergeschlagenheit / Antriebslosigkeit <sup>[3]</sup>
- Kognitive Probleme / Pseudodemenz <sup>[3]</sup>
- Schlaflosigkeit <sup>[3]</sup>
- Hilfs- und Hoffnungslosigkeit <sup>[3]</sup>
- Körperliche Leiden / Schmerzen <sup>[3]</sup>

# Symptome beim Hausarzt



**69% der Patienten (n=1146) mit Depression suchen ihren Hausarzt ausschließlich aufgrund von körperlichen Beschwerden im Rahmen der Depression auf.**

Simon et al (1999) An international study of the relation between somatic symptoms and depression. [8]

# Methodik

Die Grundlage zur Beantwortung der Forschungsfrage bildet die themenrelevante Fachliteratur, welche in Form einer orientierenden Literaturrecherche erhoben wurde. Auf diese Weise wurden themenrelevante Fachartikel und Fachbücher ermittelt und mithilfe des Schneeballsystems erweitert. Schlüsselwörter: Alterskrankheit, Depression, Altersdepression, Corona, GSD, Hausärztliche Versorgung.

# Ergebnis: Häufigkeit

- Es wird geschätzt, dass etwa 10–15% der älteren Bevölkerung von einer depressiven Störung betroffen sind<sup>[7]</sup>
- Erstmanifestation der Altersdepression
  - nach dem 60. Lebensjahr : 10%<sup>[8]</sup>
  - ab dem 65. Lebensjahr: 3,0 – 4,5 %<sup>[8]</sup>
  - 4,6 – 9,3% ab dem 75. Lebensjahr : 4,6 – 9,3 % (Frauen 4 – 10,3%; Männer 2,8–6,9%)<sup>[8]</sup>

# Ergebnis: Risikoerhöhung

- 2X
  - Sturzrisiko <sup>[12]</sup>
  - Häufiger beim Hausarzt bzw. im Krankenhaus <sup>[12]</sup>
  - Demenzrisiko <sup>[12]</sup>
- 3X
  - Tod nach Schlaganfall <sup>[12]</sup>
- 4X
  - Tod nach Herzinfarkt <sup>[12]</sup>

# Geriatrische Depressions-Skala (GDS - 15)

1	Sind Sie grundsätzlich mit Ihrem Leben zufrieden?	Nein (1)	Ja (0)
2	Haben Sie viele von Ihren Tätigkeiten und Interessen aufgegeben?	Ja (1)	Nein (0)
3	Haben Sie das Gefühl, Ihr Leben sei leer?	Ja (1)	Nein (0)
4	Ist Ihnen oft langweilig?	Ja (1)	Nein (0)
5	Sind Sie die meiste Zeit guter Laune?	Nein (1)	Ja (0)
6	Befürchten Sie, dass Ihnen etwas Schlechtes zu stossen wird?	Ja (1)	Nein (0)
7	Fühlen Sie sich die meiste Zeit glücklich?	Nein (1)	Ja (0)
8	Fühlen Sie sich oft hilflos?	Ja (1)	Nein (0)
9	11. Finden Sie, es sei schön, jetzt zu leben?		)
1			)
1	15. Glauben Sie, die meisten anderen Leute haben es besser wie Sie?		)
1			)
1			)
1	Glauben Sie, die meisten anderen Leute haben es besser wie Sie?	Ja (1)	Nein (0)



# Lebensqualität

- Einsamkeit und soziale Isolation [12]
- Beeinträchtigung der körperlichen Gesundheit [12]
- Beeinträchtigung der geistigen Gesundheit [12]
- Beeinträchtigung der Lebensqualität insgesamt [12]

# Versorgung von altersdepressiven Menschen

- Psychotherapie <sup>[7]</sup>
- Medikamente <sup>[7]</sup>
- Selbsthilfegruppen <sup>[7]</sup>
- Soziale Unterstützung <sup>[7]</sup>
- Pflegerische Unterstützung <sup>[7]</sup>

# Versorgung im häuslichen Umfeld

- Unterstützung durch Angehörige oder Freunde [5]
- Hausbesuche von medizinischen Fachkräften [5]
- Mobile Pflegedienste [5]
- Telemedizin [5]
- Tagespflege [5]

# Schlussfolgerung

Die Altersdepressionen werden in den nächsten Jahren zunehmen

Die Versorgungslücke wird durch die Zunahme und den Fachärzte- bzw. Fachkräftemangel größer werden. Dadurch steigt die Herausforderung, insbesondere für die Pflegenden in stationären, aber auch in ambulanten Versorgungsettings

Die wirtschaftlichen Belastungen, welche auf das Gesundheitssystem wirken, sind noch nicht ermittelt

# Literatur

1. Fejtкова (2010), Validierung der Screeninginstrumente: Geriatrische Depressionsskala in der Kurzform (GDS-15) und Fragebogen zum Wohlbefinden (WHO-5) bei Bewohnern von Alten- und Pflegeheimen
2. Durwen (2009), Depression im Alter, NeuroGeriatric 2009,6(1); S. 3-8
3. Fellgiebel & Hautzinger Hrgs. (2017), Altersdepression, Springer, Berlin
4. Godemann, Hauth, Gutzmann, Heinz (2009), Gerontopsychiatrie versus Allgemeinpsychiatrie bei stationärer Behandlung von Depressionen im höheren Lebensalter, Psychiatrie Praxis 2009;36: S. 270-272
5. Fellgiebel (2017) Altersdepression: Epidemiologie, Diagnostik und Therapie
6. <https://www.springermedizin.de/gerontopsychiatrie/der-geriatrische-patient-in-der-hausarztpraxis/depression-im-alter-zugleich-unter--und-ueberschaetzt-/18441126>
7. <https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/psychiatrie-psychosomatik-psychotherapie/stoerungen-erkrankungen/altersdepression/therapie>
8. <https://alzheimer.ch/magazin/wissen/medizin/dement-oder-depressiv/>
9. <https://www.pflege.de/krankheiten/altersdepression/>
10. <https://bewo-startpunkt.de/wie-entsteht-eine-depression/>
11. [https://www.aok-bv.de/imperia/md/aokbv/presse/pressemitteilungen/archiv/pm\\_220224\\_online-hilfe\\_altersdepression.pdf](https://www.aok-bv.de/imperia/md/aokbv/presse/pressemitteilungen/archiv/pm_220224_online-hilfe_altersdepression.pdf)
12. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/depression-in-verschiedenen-facetten/depression-im-alter>
13. <https://gesundleben.asklepios.com/gesund-werden/therapie-und-nachsorge/altersdepression/>



**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

