

## Immer mehr Menschen in der Region leiden unter Altersdepressionen

**Main-Tauber-Kreis. Die Frage, was wird, wenn wir alt werden, beschäftigt viele Menschen. Laut Statistischem Landesamt Baden-Württemberg klettert der Bevölkerungsanteil der 65-Jährigen und Älteren hierzulande bis zum Jahr 2060 auf 30 Prozent. Zudem zeigen Zahlen der AOK Baden-Württemberg, dass sowohl Anzahl als auch Anteil der Pflegebedürftigen seit 2015 um fünf Prozent angestiegen sind. Doch während Jüngere eher zuversichtlich sind, fürchten sich viele Ältere verstärkt vor Krankheit, dem Verlust von Angehörigen und Pflegebedürftigkeit. Dies ergab eine Forsa-Umfrage in Baden-Württemberg im Auftrag der AOK.**

Main-Tauber-Keis, den 16.12.2020. Problematisch wird es, wenn aus den Ängsten Depressionen entstehen. In Baden-Württemberg wurden im Jahr 2019 insgesamt 145.949 AOK-Versicherte über 70 wegen depressiver Erkrankungen behandelt. Im Main-Tauber-Kreis waren es 2.379. Landesweit waren im vergangenen Jahr 21,5 Prozent der AOK-Versicherten ab 70 wegen Depressionen beim Arzt, im Main-Tauber-Kreis sogar 24,6 Prozent. Die Zahl der Diagnosen im Taubergrund stieg von 2.268 im Jahr 2015, über 2.333 im Jahr 2017, auf 2.379 im Jahr 2019.

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**  
**Bezirksdirektion**  
**Heilbronn-Franken**  
**Pressestelle**

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail [Pressestelle\\_AOK\\_HNF@bw.aok.de](mailto:Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken](http://www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken)

Dabei leiden Frauen doppelt so häufig unter depressiven Verstimmungen wie Männer. In den vergangenen fünf Jahren war in Baden-Württemberg ein jährlicher Anstieg der Erkrankungsraten von 2,3 Prozent zu verzeichnen, im Landkreis waren es 1,4 Prozent. Laut Robert-Koch-Institut ist wegen der Kontaktbeschränkungen infolge der Corona-Pandemie in diesem Jahr noch mit deutlich höheren Werten zu rechnen. Einsamkeit und Ängste machen krank!

AOK-Ärztin Dr. Alexandra Isaksson: „Eine Depression ist eine psychische Störung, die mit einer andauernden gedrückten Stimmung, starker Erschöpfung und Antriebslosigkeit einher geht. Die Lebensführung ist beeinträchtigt und es fällt schwer den Alltag zu bewältigen.“ Teilweise würden die Selbstzweifel bis hin zu Suizidgedanken führen, verdeutlicht die Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie. Körperliche Begleitsymptome seien Schlafstörungen, Ohrgeräusche, Verdauungsprobleme und Schmerzen.

Die gute Nachricht: Depressionen können auch im Alter gut behandelt werden. „Ab

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**  
**Bezirksdirektion**  
**Heilbronn-Franken**  
**Pressestelle**

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail [Pressestelle\\_AOK\\_HNF@bw.aok.de](mailto:Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken](http://www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken)

einem gewissen Schweregrad stellt eine antidepressive Medikation, am besten in Verbindung mit einer Psychotherapie, die wirksamste Methode dar,“ so Dr. Isaksson. Auch die Patienten könnten etwas dafür tun, um einer depressiven Symptomatik entgegen zu wirken. „Insbesondere in Zeiten der Corona-Pandemie ist es notwendig, eine geregelte Tagesstruktur beizubehalten oder aufzubauen und in Bewegung zu bleiben,“ so die Ärztin.

Das Wichtigste sei, nicht allein in der aussichtslos erscheinenden Situation zu verharren, sondern sich anderen Personen anzuvertrauen und Hilfe anzunehmen. Im Falle eines Verdachts auf eine depressive Störung sollte umgehend ein Arzt aufgesucht werden. Bei Fragen zur Erkrankung oder zu Anlaufstellen in der Nähe, kann man sich an das Info-Telefon der Deutschen Depressionshilfe wenden: 0800 3344533. AOK-Versicherte haben die Möglichkeit, sich über ihren Hausarzt in ein spezielles Facharztprogramm einzuschreiben, über das ihnen eine zeitnahe psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung sowie auch Unterstützung durch den sozialen Dienst der AOK vermittelt werden kann.

- Infos unter [www.aok.de/pk/bw/inhalt/aok-facharztprogramm](http://www.aok.de/pk/bw/inhalt/aok-facharztprogramm)

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**  
**Bezirksdirektion**  
**Heilbronn-Franken**  
**Pressestelle**

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail [Pressestelle\\_AOK\\_HNF@bw.aok.de](mailto:Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken](http://www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken)

**AOK – Die Gesundheitskasse**  
**Heilbronn-Franken**  
Bezirksdirektion der AOK Baden-Württemberg

((Bildunterzeile))

Infolge der Kontaktbeschränkungen durch Corona befürchten AOK und RKI einen weiteren Anstieg bei Altersdepressionen. Foto: AOK

---

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:  
[www.aok-bw.de](http://www.aok-bw.de)

**AOK Baden-Württemberg**  
**Bezirksdirektion**  
**Heilbronn-Franken**  
**Pressestelle**

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail [Pressestelle\\_AOK\\_HNF@bw.aok.de](mailto:Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de)

[www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken](http://www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken)