

www.spd.ch



Dr. Roland Weber
 Chefarzt SPD

MAI 2001

EDITORIAL

SCHWERPUNKT

In den letzten Jahrzehnten kam es in der Psychiatrie weltweit zu einer Enthospitalisierungswelle. Dies führte zu einer massiven Bettenreduktion in den Kliniken und ermöglichte es den meisten chronisch psychisch Kranken wieder in ihrer angestammten Umgebung zu leben. Aufgrund der krankheitsbedingt oft stark eingeschränkten alltagspraktischen Fähigkeiten sind sie dabei zumeist auf Unterstützung im Wohn- und Arbeitsbereich angewiesen. Aber auch die Teilnahme am soziokulturellen, politischen und allgemein gesellschaftlichen Leben ist für viele psychisch Kranke ein Problem. Es fällt ihnen schwer, Beziehungen zu knüpfen und zu pflegen. Sie sind häufig gehemmt, misstrauisch und sensibel. Soziale Isolation und Interesseverlust, Langeweile und Apathie können die Folge sein. Untersuchungen der letzten Jahre zur Lebensqualität psychisch Kranker haben gezeigt, dass diese in ihrer angestammten Umgebung zumeist eine deutlich höhere Lebenszufriedenheit äussern als in stationär-psychiatrischen Einrichtungen, dass aber die Lebenszufriedenheit oft durch eine fehlende oder unbefriedigend erlebte Arbeit und durch soziale Isolation getrübt ist. Sozialpsychiatrische Therapie- und Rehabilitationsbemühungen nutzen deshalb neben psychotherapeutischen und pharmakotherapeutischen Ansätzen auch soziotherapeutische Methoden. Unter dem etwas unscharfen Begriff «Soziotherapie» versteht man nach Christian Müller «die Beeinflussung einer psychischen Krankheit durch situative Faktoren, die zusammengefasst das soziale Gefüge der Um- und Mitwelt bestimmen». Soziotherapeutische Massnahmen zielen im wesentlichen auf die Verbesserung der Interaktionen des Patienten innerhalb seines massgeblichen sozialen Umfeldes. Arbeitsrehabilitation, Ergotherapie und gestaltete Freizeitangebote sind Beispiele dafür. Das Potential solcher Angebote wurde im SPD früh erkannt und umgesetzt. Der nebenstehende Artikel stellt Ihnen diese Angebote näher vor. Ausserdem finden Sie in unserer Frühjahrsnummer den aktuellen Jahresbericht und zusätzliche Beiträge aus unseren präventiven Fachstellen.

Freizeitangebote im SPD

www.spd.ch

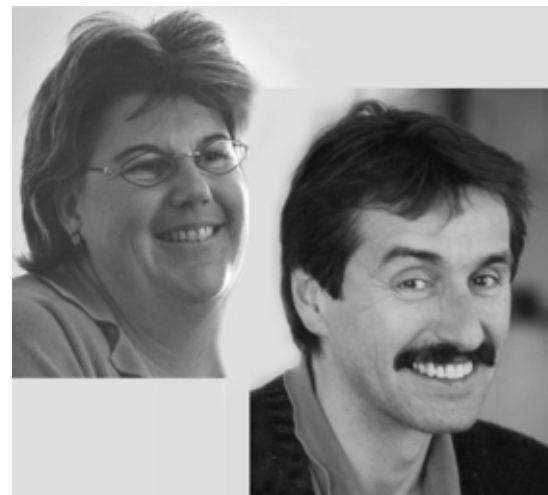
- Andrea Fässler
 dipl. Psychiatrieschwester PsyKP
- Theo Willhelm
 dipl. Psychiatriepfleger PsyKP

Mit Freizeitangeboten die Lebenskompetenz stärken und Rückzugstendenzen abbauen.

Hintergrund und Geschichte

Rückmeldungen von Werkstätten und Wohnheimen für psychisch Behinderte sowie von Direktbetroffenen machten uns deutlich, dass ein nicht unbeträchtlicher Teil unserer Patienten sehr isoliert lebt. Als Gründe wurden Selbstunsicherheit, Schüchternheit, Angst vor Zurückweisungen, erlebte Beziehungsabbrüche, Schicksalsschläge und vieles mehr genannt. Dies motivierte uns, 1994 erstmals eine begleitete Freizeitaktivität in Form einer zweitägigen Bergtour im Tessin anzubieten. Wir liessen uns dabei von folgenden Gedanken leiten: Wir wollten aktivierend wirken, Ressourcen fördern, Gesundes vermitteln, auf positiven Erfahrungen aufbauen, sinnvolle Anregungen geben und Bewältigungsstrategien «in vivo» anbieten. Dies ergänzend zu unseren traditionellen psychotherapeutischen Gesprächsangeboten.

Die ersten Erfahrungen waren derart ermutigend und die Nachfrage so gross, dass wir das Angebot rasch ausbauten. Seit 1997 bieten wir Ferienwochen mit verschiedenen inhaltlichen Schwerpunkten wie Aquarellmalen, Spielen von einfachen Musikinstrumenten oder kennenlernen von fremden Kulturen an. Ausserdem findet ein zwei- bis dreitägiger Ausflug sowie zwei bis drei Tagesaktivitäten wie Skifahren, Velotour, Museumsbesuch oder ähnliches statt. 1998 führte uns eine Städtereise erstmals ins Ausland nach Wien. Seither haben wir



auch Venedig und Sardinien besucht. Die Aktivitäten werden von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus dem Bereich Psychiatriepflege des SPD geleitet. Sie werden von Psychologen und Freiwilligen aus der Sozialarbeit unterstützt.

Erfahrungen

An den verschiedenen Aktivitäten nehmen jeweils zwischen 15 und 30 Interessenten teil. Viele von ihnen gehören inzwischen zur treuen Stammkundschaft. Durch wiederholte Teilnahme und gemeinsame Erlebnisse wurden ihre sozialen Kompetenzen angeregt und die psychische Gesundheit gefördert. Einige knüpften Kontakte, die ihre Fortsetzung im Privatleben fanden. Mehrstündige Velofahrten und Wanderungen in fremder Gegend, erstmalige Auslandsreisen und ähnliches stellten für viele eine echte Herausforderung dar. Wir konnten wachsendes Vertrauen und Mut, sich neuen schwierigen und angstbeladenen Situationen zu stellen, bemerken. Die Aktivitäten wirkten sich hinsichtlich einer zunehmenden Selbständig-

keit, einer verstärkten Entdeckungsfreude und bewussteren Wahrnehmung positiv aus. Bei einigen Teilnehmerinnen und Teilnehmern beobachteten wir eine Zunahme der Flexibilität, der Belastbarkeit und des Selbstvertrauens. Hilfreich mag auch die Konstanz der Leitung und das regelmässige Auswerten der Aktivitäten gewesen sein. In einzelnen Fällen übernahmen Patienten Verantwortung bei Planung und Durchführung. Dadurch bekamen die Freizeitaktivitäten bei ihnen einen hohen Stellenwert.

Fazit

Freizeitaktivitäten stellen ein gutes Übungsfeld dar, das Patienten hilft, ihre Rückzugstendenzen zu verkleinern, Angst abzubauen

und Entwicklungschancen zu ergreifen. Damit können Freizeitaktivitäten zu einer besseren Partizipation unserer Patienten am Leben in der Gesellschaft beitragen.

Ausblick

Die diesjährige Ferienwoche wird uns nach Griechenland führen (siehe Kasten). Dafür besteht bereits eine längere Warteliste. In Zukunft planen wir, mit Hilfe der entstandenen Kontakte die Eigenaktivität der Betroffenen noch wirkungsvoller zu unterstützen. Hierzu sollen niederschwellige Treffpunkte eingerichtet werden, wo die Patienten unter anderem Anregungen zur gemeinsamen Freizeitgestaltung austauschen und umsetzen können.

Programm 2001

2. Februar

Ski- und Schlitteltag auf Hochstuckli

11. – 18. Mai

Ferien auf Zakynthos (Ionische Insel, GR)

4. Juli

Velotour am Bodensee

31. August – 2. September

Bergtour Faulhorn-Schynigen Platte

5. Oktober

Herbstausflug

November: Dia- und Fotoabend

INTERN

Über 20% mehr Patienten

www.spd.ch

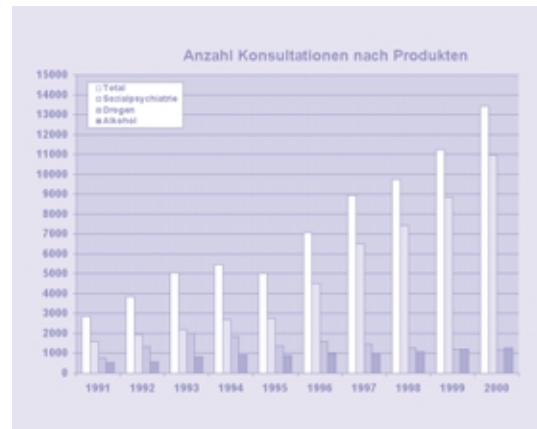
■ Abstract Jahresbericht
Dr. med. Roland Weber

Die Zahl der Neuanmeldungen hat im letzten Jahr um 21% auf 1108 Patienten zugenommen. Damit setzt sich ein Trend, der schon in den letzten Jahren zu beobachten war, ungebrochen fort. die Hintergründe dieser Entwicklung sind vielseitig.

geschichte – entschlossen haben, sich in ihrem persönlichen Problem um professionelle Hilfe zu bemühen. Vor 6 Jahren waren es noch nicht einmal zwei. Welches sind die Gründe für diese enorme Entwicklung? Sind die Menschen psychisch soviel kränker oder schwächer geworden? Versagen die traditionellen Hilfsstrukturen, wie Familie usw. zusehends? Rufen die Menschen bei jeder kleinen Unpässlichkeit nach Abhilfe?

Es gibt keine einfachen Antworten auf diese Fragen. Das Phänomen einer stark wachsenden Nachfrage nach psychiatrisch/psychotherapeutischen Leistungen ist schweizweit, ja in der ganzen westlichen Welt zu beobachten und die Menschen, die uns aufsuchen, kommen nicht mit unbedeutenden Befindlichkeitsstörungen, sondern mit ernsten, oft schon seit Jahren bestehenden psychischen Problemen. Und sie warten oft (zu) lange zu, bis sie Hilfe suchen. Patienten beispielsweise mit einer Angststörung im Durchschnitt etwa 7(!) Jahre.

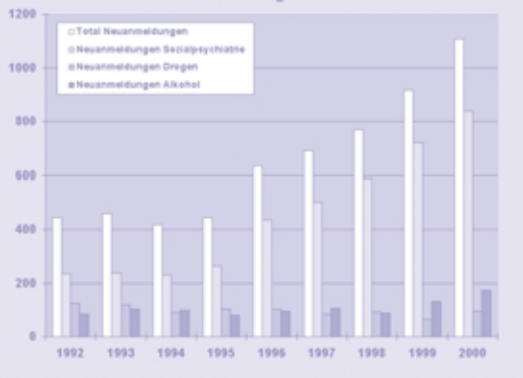
Psychische Störungen haben in den letzten Jahrzehnten, nach allem was wir wissen, kaum zugenommen. Zwar hat es einige Verschiebungen gegeben, wie beispielsweise vermehrt Essstörungen oder sogenannt narzisstische Störungen, die Gesamtzahl blieb aber in etwa konstant. Psychische Störungen gehörten lange Zeit zu den heimlichen und verheimlichten Krankheiten. Ihre Verbreitung wurde stark unterschätzt, ihr Vorhandensein verdrängt, verleugnet oder versteckt.



Bei den Betroffenen dominierten Scham- und Schuldgefühle. Die zunehmende Liberalisierung der Gesellschaft und fortschrittliche Behandlungsmöglichkeiten führen heute zu einem Umdenken. Patienten die früher jahre- oder jahrzehntelang in psychiatrischen Kliniken weggesperrt wurden, leben wieder in ihrer angestammten Umgebung. Patienten werden durch Medienberichte darauf aufmerksam, dass ihr spezifisches Leiden einen Namen hat und dass Abhilfe möglich ist. Menschen sind (zurecht) zunehmend weniger bereit, seelisches Leid schicksalsergeben zu ertragen, sondern suchen nach Möglichkeiten ihre Situation zu verbessern.

Dies sind kurz gesagt einige Gründe für das angesprochene Phänomen. Beispielfhaft lässt sich dies an der Entwicklung unserer Fachstelle für Alkoholfragen zeigen. Es ist eine gut untersuchte Tatsache, dass etwa 17% der Bevölkerung Alkohol «risikoreich» konsumiert, d.h. ihre Gesundheit stark gefährden, alkoholisiert Auto fahren usw.

Anzahl Neuanmeldungen nach Produkten



42%, 9%, 11%, 19%, 21%. Dies sind die «Zuwachsraten» in unserem Dienst in den letzten fünf Jahren. Was jeden Unternehmer mit Stolz erfüllen würde, gibt uns Anlass zu komplexeren Überlegungen. 1108 Neuanmeldungen im letzten Jahr. Das sind beinahe fünf Patienten pro Arbeitstag, die sich – oft mit grossem Zögern und nach einer schon langen Leidens-

3% sind im eigentlichen Sinn alkoholkrank. Der Kanton Schwyz macht da keine Ausnahme. In der Fachstelle für Alkoholfragen haben sich die Neuanmeldungen in den letzten zwei Jahren fast verdoppelt. Dies heisst nun nicht, dass die Alkoholprobleme in beunruhigendem Mass zugenommen haben, sondern lediglich, dass mehr Betroffene den Weg zu einer Beratung finden. Geht man von 3% Alkoholkranken aus bedeutet das für den Kanton Schwyz ca. 3800 Personen. Die 174 Neuanmeldungen im letzten Jahr bedeuten also, dass wir (immer noch) lediglich 5% (!) der Betroffenen direkt erreichen. Nicht viel anders sehen die Zahlen bei den psychischen Störungen aus.

Insgesamt standen letztes Jahr 1511 Patienten (+16%) in Behandlung. Dabei wurden 13402 Konsultationen (+19%) geleistet. Da gleichzeitig lediglich eine 70% Arztstelle neu geschaffen wurde, bedeutete dies für die einzelnen Mitarbeiter eine deutliche Mehrbelastung gegenüber dem diesbezüglich bereits sehr angespannten Vorjahr. Diese waren mit ihrer Sprechstundentätigkeit zumeist voll ausgelastet und es blieb kaum noch Zeit für Öffentlichkeits- und Vernetzungsarbeit.

Im November 2000 wurde eine interne Impulstagung mit unserem Träger, dem Schweizerischen Hilfsverein für Gemüts- und Suchtkranke, durchgeführt, an welcher

Prof. Dr. Wulf Rössler, Zürich, als Versorgungsexperte auftrat. Dabei wurden zukünftige Entwicklungsszenarios für den weiteren Ausbau des SPD skizziert. Im Vordergrund stehen dabei eine intensivere Zusammenarbeit mit den Regionalspitälern sowie in Zusammenarbeit mit der Stiftung Phönix der Ausbau unserer Gruppenangebote zu eigentlichen Tagesstätten für psychisch Kranke.

Der vollständige Jahresbericht mit einer umfassenden Leistungsstatistik ist auf unserer Homepage publiziert. Er kann ausserdem auf unserem Sekretariat unter Tel. 041 859 17 17 in gedruckter Form bestellt werden.

ETCETERA

Beiträge der Fachstellen für Alkoholfragen, Drogenfragen, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie

Neuropsychologische Abklärungen bei Alkoholabusus

Übermässiger Alkoholkonsum führt häufig zu hirnorganischen Beeinträchtigungen, welche in einem frühen Stadium nur testpsychologisch zu erkennen sind. Bei rechtzeitiger Behandlung können sich diese Beeinträchtigungen zurückbilden oder mindestens wesentlich verbessern; damit lässt sich eine drohende hirnorganisch bedingte Persönlichkeitsveränderung vermeiden. Die SPD-Fachstelle für Alkoholfragen ist durch die Zusammenarbeit mit einer um die Forel-Klinik Ellikon entstandenen Arbeitsgruppe neu in der Lage, entsprechende spezialisierte neuropsychologische Testabklärungen durchzuführen, sei es im Sinne einer Standortbestimmung, sei es als Instrument zur Verifikation von Therapieeffekten. Geprüft werden Funktionen des Gedächtnisses sowie der kognitiven Flexibilität. Entsprechende Rückmeldungen an die Patienten können erheblich therapiemotivierend wirken.

Zentrum für interdisziplinäre Schmerzbehandlung

Seit über einem Jahr betreiben wir dieses Schmerzzentrum zusammen mit Dr. Bamert und dem Physiotherapeuten Hr. Hendrikx, Schwyz. In dieser Zeit wurden 11 Patienten mit Rückenschmerzen beurteilt und in einem Dreimonatsprogramm behandelt. Die genauen Indikationskriterien sind auf unserer Homepage publiziert.

Zusätzliche Arztstelle in Lachen



Die stetig steigenden Anmeldezahlen machten die Schaffung einer zusätzlichen Assistentsarztstelle in Lachen unumgänglich. Wir freuen uns, diese per 1. April mit Frau Dr. Marija Velickovic kompetent besetzen zu können. Frau Velickovic bringt Vorerfahrungen aus der Drogenarbeit in der Stadt Basel und aus der Psychiatrischen Klinik Hard, Embrach mit. Sie bietet Sprechstunden in Lachen und Einsiedeln an.

Kinder- und Jugendpsychiatrie im Kanton Schwyz

Wir freuen uns, dass der Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienst des Kantons Schwyz am 1. Mai dieses Jahres seine Tätigkeit aufgenommen hat und heissen ihn an dieser Stelle herzlich willkommen.

Er ist vorerst in Goldau stationiert und unter der Telefonnummer 041 859 17 77 erreichbar. Zwischen SPD und KJPD ist eine enge Zusammenarbeit vorgesehen. 18-Jährige und Ältere sollen in der Regel dem SPD zugewiesen werden, jüngere dem KJPD. Eine Ausnahme bilden Drogenklienten. Hier ist unsere Fachstelle für Drogenfragen für alle Altersklassen zuständig.

Leitende Ärztin in Goldau

Frau Dr. Ursula Grabas wurde nach fünfjähriger Tätigkeit als Oberärztin an unserer Beratungsstelle Goldau per 1.1.2001 zur Leitenden Ärztin für den Sektor Inner- und Schwyz ernannt. Wir danken Frau Dr. Grabas für ihre wertvolle Mitarbeit und ihren grossen Einsatz und gratulieren ihr zu dieser Beförderung.

Tag der offenen Tür im SPD Einsiedeln

Am Samstag, den 9. Juni 2001 von 10.00 bis 14.00 Uhr ist die Beratungsstelle an der Nordstrasse 17 in Einsiedeln für alle Interessierten geöffnet. Anlässlich der Erweiterung unseres Behandlungsteams möchten wir Sie in unseren Räumlichkeiten begrüssen und uns vorstellen. Im persönlichen Kontakt mit den Fachleuten der Suchtbehandlung, beziehungsweise der Sozialpsychiatrie, können auch Fragen zur Behandlung sowie der Zusammenarbeit erörtert werden. Wir laden Sie herzlich auf ein Glas Saft mit Snack in unseren Dienst ein und freuen uns auf anregende Begegnungen.

PRÄVENTIV

Beiträge der Fachstellen für Aidsfragen und Suchtprävention

APIS – Aidsprävention im Sexgewerbe

Fachstelle für Aidsfragen

www.spd.ch/aidsfragen/home.html

Iris Heydrich Grätzer, Projektleiterin APIS bei der Fachstelle für Aidsfragen



Das Projekt Apis setzt sich zum Ziel, Präventionsbotschaften bei ausländischen weiblichen Sexarbeiterinnen (Migrant-Sexworker) zu verankern. Ich bin mit der Leitung, Koordination des Projektes und Unterstützung der Arbeit der zwei Mediatorinnen aus Lateinamerika und Osteuropa beauftragt. Diese besuchen die Prostituierten aus Osteuropa, Lateinamerika, Asien und Afrika monatlich und klären sie über HIV/AIDS und die Safer-Sex-Regeln auf. Sie informieren mittels Broschüren und Tonbandkassetten in sieben verschiedenen Sprachen und integrieren in den Gesprächen gesundheitsfördernde Themen und sexuell übertragbare Krankheiten. Zudem beraten sie bei rechtlichen Problemen oder vermitteln Adressen von Ärztinnen, Ärzten und von Beratungsstellen. Die zunehmende Zahl ausländischer Prostituierten in der Schweiz führt zu einer harten Konkurrenz untereinander. Dies hat zur Folge, dass ungeschützte Sexkontakte – von Freiern häufig verlangt – oft nur noch eine Preisfrage sind. Frauen aus Migrationsländern, die in der Prostitution tätig sind, haben hier durch verschiedene Abhängigkeiten eine besonders schwache Position. Durch das konsequente Durchsetzen der Safer-Sex-Regeln schützen sie die eigene Gesundheit, die ihrer Freier und damit auch deren Familien,

dies auf dem Hintergrund betrachtet, dass HIV-Übertragung durch heterosexuelle Kontakte heute der häufigste Infektionsweg ist. Zur Zielgruppe im Kanton Schwyz zählen über 100 Frauen, die in Nachtclubs, Massage-Salons und Saunaclubs tätig sind. Mehr als die Hälfte dieser Sexarbeiterinnen wechseln den Arbeitsplatz monatlich. Dadurch müssen stets neue Frauen erreicht werden. Im Jahr 2000 führten die Mediatorinnen mit über 400 ausländischen Sexarbeiterinnen Gespräche, welche sehr geschätzt werden. Der Start des Projektes verlief positiv und kann als Erfolg gewertet werden. Im vergangenen Sommer wurde das Projekt APIS der breiten Öffentlichkeit durch die Medien bekannt gemacht. Die Finanzierung des Projektes für das Jahr 2001 konnte dank Beiträgen verschiedener privater Personen und Stiftungen gesichert werden. Die Finanzierung ab 2002 wird zurzeit vom Amt für Gesundheit und Soziales des Kanton Schwyz geprüft. Nähere Infos zum Projekt APIS erhalten Sie bei der Fachstelle für Aidsfragen oder im Internet: www.spd.ch/aidsfragen/home.html

Projektberatung im Rahmen unseres Mediothek-Angebotes

Fachstelle für Suchtprävention

www.spd.ch/suchtpraevention/home.html

Die Erfahrungen zeigen, dass die Mediothek vorwiegend zur Realisierung von Projektideen benutzt wird. Dies kann sowohl eine Schülerarbeit wie auch eine komplexe Präventionsveranstaltung sein. Zur Dokumentation ihres Projektes besuchen unsere Kunden oft als erstes unsere Medienausstellung. Das grosse Angebot an Medien kann dabei auch überfordern. Letzlich sind diese Angebote nur sinnvoll nutzbar, wenn die Idee der Mediotheksbenutzer in eine griffige Projektstruktur eingebunden ist. Nur so stehen die notwendigen Selektionskriterien für eine gezielte Auswahl zur Verfügung. Nicht immer werden die dazu notwendigen Erfahrungen und Kompetenzen mitgebracht. Dieser Ausgangslage tragen wir nun mit einem speziellen Angebot Rechnung. Gegen Voranmeldung stellen wir Mediotheksbenutzerinnen und -benutzer unsere Erfahrungen in Projektmanagement zur Verfügung. Konkret kann dies heissen, dass wir Interessierte von der Idee bis zur Projektrealisierung beraten und begleiten. Dadurch versprechen wir uns eine Optimierung in der Nutzung unserer umfangreichen Medienbeständen.

Standpunkt: Cannabislegalisierung

Die in letzter Zeit in den Medien veröffentlichten nationalen Zahlen zum Cannabiskonsum bei Jugendlichen (SFA Lausanne) spiegeln sich auch bei den Oberstufenschülern im Kanton Schwyz. Cannabis ist ganz eindeutig im Trend und stellt eine Herausforderung dar, nicht nur für die einzelne Schülerin, den einzelnen Schüler sondern auch für die Lehrpersonen der verschiedenen Schulhäuser. Die aktuelle gesetzliche Grundlage lässt wenig Spielraum für eine offene Auseinandersetzung mit diesem Phänomen. Handel und Konsum von Cannabis sind dem Betäubungsmittelgesetz des Bundes unterstellt und damit ganz klar illegal. Wenn wir davon ausgehen müssen, dass knapp die Hälfte unserer Oberstufenschüler bereits eigene Erfahrungen mit Cannabis gesammelt haben und rund jeder Vierte mindestens gelegentlich konsumiert (Quelle SFA), so können wir den Umgang mit dieser Tatsache nicht mehr länger alleine den Organen der Drogenbekämpfung überlassen. Schüler und Schülerinnen suchen den Erfahrungsaustausch unter Gleichaltrigen aber auch mit Fachpersonen. Dem offenen Dialog stellen sich durch die Kriminalisierung des Konsums aber hohe Hürden. Cannabis wirkt und ist demnach keine harmlose Droge. Das Gefährdungspotential von Cannabis liegt jedoch weniger bei seinen biochemischen Wirkstoffen als viel mehr bei seinem Einfluss auf die Entwicklungsprozesse Jugendlicher. Prävention bei Cannabis heisst darum, mit den Jugendlichen über ihre Erfahrungen zu sprechen. Die Legalisierung von Cannabis, mit flankierenden Massnahmen im Bereich Jugendschutz, würde diesen Dialog wesentlich vereinfachen.

Impressum**Redaktionsteam**

Denise Johansen, Daniel Maibach (Leitung), Martin Rüther, Ueli Weidmann

KontaktDaniel Maibach, Fachstelle für Suchtprävention
Gotthardstrasse 31, 6410 Goldau
Tel. 041-859 17 37 / Fax 041-859 17 39 / E-Mail daniel.maibach@spd.ch**Zweigstellen**SPD Lachen
Mittlere Bahnhofstrasse 1, 8853 Lachen
Tel. 055-412 53 88 / Fax 055-412 11 54 / E-Mail spd.lachen@spd.chSPD Goldau
Rigistrasse 11, 6410 Goldau
Tel. 041-859 17 17 / Fax 041-859 17 19 / E-Mail spd.goldau@spd.chSPD Einsiedeln
Nordstrasse 17, 8840 Einsiedeln
Tel. 055-412 22 33 / Fax 055-422 13 75Fachstelle für Suchtprävention
Gotthardstrasse 31, 6410 Goldau
Tel. 041-859 17 37 / Fax 041-859 17 39 /
E-Mail suchtpraevention.schwyz@spd.chFachstelle für Aidsfragen
Gotthardstrasse 31, 6410 Goldau
Tel. 041-859 17 27 / Fax 041-859 17 29 / E-Mail aidsfragen.schwyz@spd.ch**Layout/Satz/Druck**
KONRAD PRINT ARTH