



**ÖGPP**

Österreichische Gesellschaft für  
Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

## **Leserbrief zum Artikel im Standard „Welche Psychotherapie wirklich hilft“**

Am 20.5.2023 erschien in der online Ausgabe des Standard ein Artikel, der sich unter dem Titel „Welche Psychotherapie wirklich hilft“ mit der Behandlung psychischer Erkrankungen auseinandersetzt.

Sie merken dort bereits einleitend an, dass der „Goldstandard“ kontrolliert randomisierter Studien, wenn es um „psychische Behandlungen“ geht, nicht einfach umzusetzen sei. Dabei beziehen sich allerdings in erster Linie auf die evidenzbasierte Forschung zur Psychotherapie. Dadurch entsteht der Eindruck, dies sei die einzige oder zumindest wichtigste Form der Behandlung psychischer Krankheiten, was aus fachlicher Sicht keineswegs den Tatsachen entspricht. Die Datenlage zur Behandlung psychischer Erkrankungen ist generell durchaus zufriedenstellend und ermöglicht evidenzbasierte Therapie, die medikamentöse, sozialpsychiatrische und psychotherapeutische Interventionsmöglichkeiten berücksichtigt. Leitlinien zu den verschiedenen Krankheitsbildern fassen diese Erkenntnisse kompakt zusammen.

Die Frage, welche Psychotherapie am besten hilft, ist daher im Gesamtkontext der Behandlungsmöglichkeiten zu betrachten, was in Ihrem Artikel leider zu kurz kommt. Dadurch entsteht für die Leser:innen der irreführende Eindruck, dass Psychotherapie die wichtigste wenn nicht sogar die beste und nachhaltigste Behandlungsmethode für psychisch Erkrankte darstellt.

Wir stimmen Ihnen zu, dass die Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen in Österreich aktuell vor großen Herausforderungen steht. Es herrscht ein Mangel an Fachärzt:innen für Psychiatrie, der nicht ohne weiteres durch andere Berufsgruppen kompensiert werden kann.

So wie es in anderen Bereichen der Medizin selbstverständlich ist, ist auch in der Behandlung psychischer Erkrankungen die ärztliche Expertise eine wesentliche Basis für die korrekte Diagnose und Behandlung. Auch wenn andere Gesundheitsberufe wie Psycholog:innen und Psychotherapeut:innen eine wichtige Rolle in der Behandlung psychischer Krankheiten spielen, ist ärztliches Wissen, vor allem wenn es um schwere Krankheitsbilder mit hohem Leidensdruck geht, unverzichtbar. Die Ausbildung zum Facharzt für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin umfasst neben dem Medizinstudium eine sechsjährige Ausbildung am Krankenbett und inkludiert dabei auch sämtliche Inhalte, die einer Psychotherapieausbildung entsprechen. Psychiater:innen verfügen daher über ein breites Erfahrungsspektrum, das medikamentöse und nicht medikamentöse Therapieformen umfasst.

Die Kombination von Medikamenten mit psychologischen und psychotherapeutischen Behandlungsansätzen ist entgegen Ihrer Darstellung kein Novum, schon gar kein „revolutionärer Ansatz“, sondern vielmehr seit Jahrzehnten etablierte Praxis im Fachgebiet der Psychiatrie. Je nach Erkrankung, spielt in manchen Fällen die Psychotherapie, in anderen Fällen die Medikation die führende Rolle. Auch gibt es Krankheitsbilder, die je nach Schweregrad entweder Psychotherapie oder Medikation bzw. aber auch beide Behandlungen gleichzeitig benötigen. Die Entscheidung welche Therapieform gerade im Vordergrund stehen sollte, ist eine der

Grundkompetenzen von Psychiater:innen, da diese sowohl über medikamentöse, als auch soziotherapeutische und psychotherapeutische Möglichkeiten bescheid wissen. Selbstverständlich ist es zu fordern, dass Patient:innen sämtliche erforderliche evidenzbasierte Behandlungen kassenfinanziert erhalten sollen.

Die Aussage, dass Psychotherapie „die beste und nachhaltigste Methode ist, um psychische Krisen zu bewältigen“ stellt eine grobe Vereinfachung der komplexen Datenlage zur Behandlung psychischer Krankheiten dar. Wir sind besorgt, dass von psychischen Krankheiten betroffene Leser:innen im Einzelfall dadurch auf kostspielige und für sie ungeeignete Behandlungswege geführt werden könnten.

Psychotherapie hat breite Anwendungsbereiche, die von der Orientierungshilfe in schwierigen Lebenslagen und der Persönlichkeitsentwicklung bis hin zur Krankenbehandlung reichen. Wenn es um die Behandlung erkrankter Personen geht, ist unbedingt zu fordern, dass Psychotherapeu:Innen nicht nur in den geeigneten Methoden ausgebildet werden, sondern auch die entsprechende Erfahrung in der Krankenbehandlung vorweisen können. Aufgrund des Zugangs zur Psychotherapieausbildung in Österreich ist dies unserer Erfahrung nach nicht immer gewährleistet. Praktika, die in unterschiedlichen psychosozialen Bereichen absolviert werden können, ersetzen keine fachlich fundierte klinische Ausbildung, was im Interesse der Patient:innen aber unbedingt zu fordern ist.

Für den Vorstand der ÖGPP

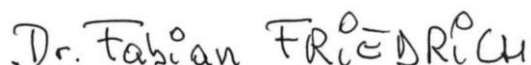
Prim. Assoc. Prof. PD Dr. Martin Aigner  
Präsident



Prim.a Dr.in Christa Rados



OA Dr. Fabian Friedrich



Univ.-Prof. Dr. Johannes Wancata

