

Berlin, 21.05.2023

Positionspapier

Mentale Gesundheit **(EPSA Mental Health)**

Zusammenfassung

Dieses Positionspapier zielt darauf ab, die Schlussfolgerungen bezüglich der mentalen Gesundheit von europäischen Pharmaziestudierenden während ihres Pharmaziestudiums und die Auswirkungen der COVID-19-Pandemie aufzuzeigen. Es zielt auch darauf ab, Lösungen für die mentale Gesundheit nach der COVID-19-Pandemie zu erkunden und strukturelle Veränderungen in der Unterstützung der mentalen Gesundheit zu überdenken und zu implementieren.

Diese Schlussfolgerungen stützen sich auf Daten, die aus einer Umfrage zur mentalen Gesundheit in der Gemeinschaft der Pharmaziestudierenden stammen. Diese Umfrage wurde von EPSA zwischen dem 16. März 2021 und dem 16. April 2021 durchgeführt. Es wurden 2223 Antworten aus 37 europäischen Ländern (Albanien, Armenien, Österreich, Belgien, Bosnien Herzegowina, Bulgarien, Dänemark, Deutschland, Finnland, Frankreich, Griechenland, Irland, Island, Italien, Kroatien, Lettland, Litauen, Tschechien, Ungarn, Zypern, Irland, Italien, Kroatien, Lettland, Litauen, Malta, Moldawien, Montenegro, den Niederlanden Nordmazedonien, Norwegen, Polen, Portugal, Rumänien, Serbien, der Slowakei, Slowenien, Spanien, Schweden, der Schweiz, der Türkei, dem Vereinigten Königreich) gesammelt (1).

Einleitung

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit als „einen Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens“ (2). Daher ist die mentale Gesundheit ebenso essentiell für das Wohlbefinden des*r Einzelnen wie die körperliche. Sie ermöglicht es dem Einzelnen, sich selbst zu verwirklichen, Beziehungen zu anderen Menschen zu pflegen, einen Beitrag zum Leben in der Gemeinschaft zu leisten und bei der Arbeit produktiv zu sein.

Psychische Störungen sind in Europa weit verbreitet und stellen eine große Belastung für der*die Einzelne*n sowie für Gesellschaft und Wirtschaft dar. Sie machen 22 % der „burden of disability“ in der EU aus, gemessen in Jahren mit Behinderung (3). In dem Bericht „Health at a Glance – Europe 2018“ (4) hat die Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) festgestellt, dass „the total costs of mental health problems – which include lower employment and worker productivity

– are estimated to amount to more than 4% of Gross Domestic Product (GDP) across EU countries, equivalent to over EUR 600 billion per year“ (dt.: die Gesamtkosten psychischer Gesundheitsprobleme, zu denen auch eine geringere Beschäftigung und Produktivität der Arbeitnehmer*innen gehören, sich schätzungsweise auf mehr als 4 % des Bruttoinlandsprodukts (BIP) der EU Länder belaufen, was mehr als 600 Milliarden EUR pro Jahr entspricht) ansteigen werden, ausgehend von den 450 Mrd. EUR pro Jahr, die psychische Störungen im Jahr 2018 insgesamt gekostet haben (3). Die schweren individuellen, wirtschaftlichen und sozialen Belastungen durch psychische Störungen sprechen dafür, dass Verbesserungen bei der Unterstützung der psychischen Gesundheit Vorrang haben müssen.

Hinzu kommt, dass die COVID-19 Pandemie zu einer Erhöhung der Risikofaktoren für psychische Probleme geführt hat. Im Bericht „Health at a Glance – Europe 2020“ (5) heißt es, dass ein erhöhtes Risiko für die Entwicklung verschiedener psychischer Erkrankungen besonders bei jungen Menschen zu beobachten ist. Ungefähr 20 % der psychischen Erkrankungen weltweit treten bei Jugendlichen auf, wobei Suizid die zweithäufigste Todesursache bei den 15- bis 29-Jährigen ist (6). Es wird auch erwähnt, dass die außergewöhnliche Arbeitsbelastung und psychische Beanspruchung des Personals im Gesundheitswesen, während der COVID-19-Krise zu „einer erheblichen psychischen Belastung mit möglichen langfristigen Auswirkungen auf ihr Wohlbefinden“ geführt haben.

Die aus der EPSA-Umfrage gewonnenen Daten zeigen, dass Pharmaziestudierende während ihres Studiums einer hohen Stressbelastung ausgesetzt sind. Die COVID-19-Krise hat die Folgen von Stress und Druck auf die mentale Gesundheit deutlich gemacht und verschlimmert. Für die Pharmaziestudierenden hat sich eine Doppelbelastung ergeben, da sie zum einen jung sind und zum anderen aber in Zukunft im Gesundheitswesen tätig sein werden.

Schließlich ist die mentale Gesundheit der Pharmaziestudierenden, die die Fachkräfte von morgen sind, besonders wichtig, denn sie bestimmt ihre Fähigkeit, Patient*innen zu betreuen, ihre menschlichen und sozialen Fähigkeiten und letztlich auch die Auswirkungen auf den europäischen Gesundheitssektor in den kommenden Jahren.

Mentale Gesundheit von Pharmaziestudierenden

Anzeichen für mentale Gesundheitsprobleme

Nach Angaben der WHO beinhalten “determinants of mental health and mental disorders [...] not only individual attributes but also social, cultural, economical, political and environmental factors such as policies, social protection, standards of living, working conditions and community support“. (dt.: ... Determinanten der psychischen Gesundheit und psychischer Störungen nicht nur individuelle Eigenschaften, sondern auch soziale, kulturelle, wirtschaftliche, politische und umweltbezogene Faktoren wie Politik, Sozialschutz, Lebensstandard, Arbeitsbedingungen und Unterstützung durch die Gemeinschaft) (7). Daher ist Stress, der durch Störungen der oben genannten Merkmale verursacht wird, einer der wichtigsten Faktoren, die zu psychischen Störungen beitragen. Diesen Faktor haben die Pharmaziestudierenden in der zuvor durchgeführten Umfrage am häufigsten genannt.

Die Mehrheit der Studierenden (98,7 %) erlebte während ihres Pharmaziestudiums Stress. Auf einer Skala, die von 1 (leicht) bis 5 (extrem) reicht, haben fast 65 % der Studierenden den empfundenen Stress mit über 4 eingestuft. Die am häufigsten genannten Gründe für den Stress der Pharmaziestudierenden waren Prüfungen (95,68 %), gefolgt von zu viel Druck durch Professor*innen (49,45 %) und hektischen Zeitplänen (48,43 %). Der Wettbewerb zwischen Studierenden, das Leben fern von zu Hause und Nebenjobs tragen zu einem steigenden Stressniveau bei.

Nur 8 % der Studierenden nannten Quarantäne und die COVID-19-Pandemie als Stressfaktoren. Die COVID-19-Pandemie hat sich unbestreitbar auf die allgemeine Bevölkerung ausgewirkt und zu erhöhten Raten von Stress und Angst sowie Depressionen, Einsamkeit, schädlichem Alkohol- und Drogenkonsum, Selbstbeschädigung oder suizidalem Verhalten geführt, wie die WHO Europa in ihrer Veröffentlichung über psychische Gesundheit und COVID-19 berichtete (8). Wenn Vergleiche angestellt werden können, gibt dies Aufschluss über ein hohes Stressniveau und die schwierigen Erfahrungen mit der mentalen Gesundheit von Pharmaziestudierenden in stressigen Zeiten.

Dies schmälert jedoch nicht die Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die Studierenden. 70 % der Pharmaziestudierenden, die die Umfrage beantworteten, haben angegeben, dass sich die Pandemie negativ auf ihre psychische Gesundheit ausgewirkt hat. Es haben 48,13 % angegeben, dass die Pandemie ihre psychische Gesundheit verschlechtert hat, und 26,14 % haben begonnen, während der Pandemie eine verstärkte psychische Belastung zu erleben.

Erhöhte Stresspegel und ihre Auswirkungen auf die psychische Gesundheit sind besorgniserregend, insbesondere wenn man sich die Folgen für die Studierenden ansieht: Über 80 % haben in stressigen Zeiten ständige Sorgen/Angstzustände erlebt. Wut/Reizbarkeit (65,75 %), Unfähigkeit sich zu konzentrieren (65,57 %) und Müdigkeit (61,10 %) wurden ebenfalls häufig als Stressfolgen genannt. Etwa die Hälfte der Befragten litt unter Schlaflosigkeit, häufigen Kopfschmerzen und Verdauungsproblemen. Einige Studierende litten auch unter Appetitlosigkeit, Herzklopfen, Schmerzen in der Brust und anderen Beschwerden. Neben den anderen Konsequenzen waren auch häufig Depressionen, Hautprobleme, Überernährung und Panikattacken genannte Antworten.

Zusätzlich zu den Folgen des erhöhten Stressniveaus hat fast die Hälfte der Studierenden Depressionen und 23,50 % Essstörungen erlebt. 10,21 % erwähnten Persönlichkeitsstörungen, was für Studierende, die im Gesundheitswesen arbeiten, besonders schwerwiegend ist. Außerdem haben 12,28 % Suizidgedanken erlebt.

Förderung, Schutz und Behandlung der psychischen Gesundheit

Störungen der psychischen Gesundheit treten als Folge des Stresses auf, der für Zeiten großer Lebensübergänge typisch ist. Die Störungen beeinträchtigen häufig die akademischen Leistungen der Studierenden (9).

Nach den Ergebnissen der Umfrage war fast die Hälfte der Pharmaziestudierenden (49,93 %) von psychischen Erkrankungen betroffen. Von diesen erlebten 60 % psychische Erkrankungen während des Pharmaziestudiums. Daher ist eine wirksame, angemessene und rechtzeitige Betreuung der hilfsbedürftigen Studierenden während ihres Studiums erforderlich.

Bis vor kurzem wurde der Erkennung psychischer Störungen bei Studierenden wenig Aufmerksamkeit geschenkt (9). Leider zeigten die Ergebnisse der Umfrage, dass nur 12,50 % der Studierenden der Meinung sind, dass ihre psychische Gesundheit berücksichtigt wird, während 63,03 % angegeben haben, dass sie an ihrer Universität nicht berücksichtigt wird. Außerdem wussten nur 41,34 % der Studierenden über Einrichtungen und Ressourcen zur Unterstützung ihrer psychischen Gesundheit Bescheid oder wurden darüber informiert.

Die Förderung der psychischen Gesundheit beinhaltet eine Reihe von Maßnahmen zur Verbesserung des psychischen Wohlbefindens. Dazu gehört die Schaffung eines Umfelds, das die psychische Gesundheit fördert. Speziell für Hochschulstudierende sollten diese Maßnahmen staatliche und nichtstaatliche Politiken und Programme involvieren. Die Studierenden erwähnen den Bedarf an

Beratung, Workshops, Training und Entspannungsräumen, die an ihrer Universität zur Verfügung stehen sollen.

Die Prävention und der Schutz der psychischen Gesundheit sind von entscheidender Bedeutung, um die Bedürfnisse von Menschen mit psychischen Störungen zu adressieren. Universitäten in ganz Europa sind mit steigenden Raten psychischer Störungen konfrontiert und haben mit diesen zu kämpfen. In vielen Fällen übersteigt die Nachfrage nach Dienstleistungen auf dem Campus die verfügbaren Ressourcen bei weitem (9). Auch hier stimmen die Ergebnisse der Umfrage überein: Die derzeit verfügbaren Ressourcen reichen nicht aus, um den Bedarf der Pharmaziestudierenden in Europa zu decken, denn nur etwa 10 % der Befragten haben angegeben, dass die an ihrer Universität vorhandenen Einrichtungen für psychische Gesundheit ausreichend sind, während 29,69 % der Befragten der Meinung sind, dass sie mäßig ausgestattet sind und die überwiegende Mehrheit, etwa 60 %, hat angegeben, dass sie unzureichend sind.

Unabhängig davon, ob es an der unzureichenden Kommunikation oder an den Humanressourcen liegt, besteht auf jeden Fall ein Bedarf an Zusammenarbeit zwischen Universitäten und Studierenden. Diese Ergebnisse zeigen die Notwendigkeit für Universitäten, sich aktiver für die Förderung, den Schutz und die Pflege der psychischen Gesundheit der Studierenden einzusetzen.

Psychische Gesundheit in den Lehrplänen

Als Angehörige der Gesundheitsberufe können Apotheker*innen einen Einfluss auf die psychische Gesundheit haben. Wenn sie in Förderung, Prävention und Erkennung psychischer Erkrankungen ordentlich ausgebildet wurden, können sie dazu beitragen, indem sie gesunde Gewohnheiten fördern, über Psychopharmaka aufklären, psychische Erkrankungen durch Beobachtung und Screening erkennen und Ressourcen und Überweisungen für Patienten, die diese benötigen, bereitstellen.

Die Ergebnisse der Umfrage haben deutlich gemacht, dass das Bewusstsein für psychische Gesundheit in den pharmazeutischen Lehrplänen der Universitäten nicht enthalten ist. Denn es haben nur 17,99% der Befragten angegeben, dass dieses Thema inkludiert ist, und mehr als die Hälfte der Befragten (53,85 %) hat angegeben, dass das Thema psychische Gesundheit nicht in ihren Lehrplänen enthalten ist. Es ist essentiell, die psychische Gesundheit als wesentlichen Bestandteil der Ausbildung zu Gesundheitsfachkräften zu betrachten, denn sie ist für die Gesundheit der Studierenden und für die Patientenversorgung von wesentlicher Bedeutung. Apotheker*innen sind die für die Öffentlichkeit am besten zugänglichen Gesundheitsdienstleister*innen und als solche könnten sie einen großen Beitrag zur psychischen Gesundheit der Bevölkerung leisten.

Die Prävention und Behandlung von Krankheiten führt zu wirtschaftlichen Einsparungen und garantiert die Nachhaltigkeit der Gesundheitssysteme. Die psychische Gesundheit als eine der Säulen der Gesundheit sollte als Priorität angesehen werden. Durch die Vorbeugung und Behandlung von Störungen der psychischen Gesundheit verbessern wir unmittelbar den allgemeinen Gesundheitszustand des*r Einzelnen, beeinflussen die therapietreue Behandlung, die Gesundheitsergebnisse und die gesamte Lebensqualität positiv (3).

Auswirkungen der COVID-19-Krise auf die psychische Gesundheit

Die Unvorhersehbarkeit und Ungewissheit der COVID-19-Pandemie, die damit verbundenen Abriegelungen, räumliche Distanzierung, andere Eindämmungsstrategien und der daraus resultierende wirtschaftliche Rückgang sind einschneidende Ereignisse, die sich über einen langen Zeitraum erstreckten, der etwa ein Drittel des Studiums der meisten Pharmaziestudierenden ausmacht. Wie

bereits erwähnt, haben 70 % der Befragten angegeben, dass sich die COVID-19-Pandemie negativ auf ihre psychische Gesundheit ausgewirkt hat.

Pharmaziestudierende haben während der Pandemie eine wichtige Rolle an der vordersten Front gespielt. In den meisten Ländern wurden sie in öffentlichen Apotheken und Krankenhäusern eingesetzt, um das Gesundheitspersonal zu unterstützen.

Bei einer Umfrage unter Krankenhausärzt*innen in England und Wales im August 2020 haben 35 % von ihnen eine erhöhte Rate an Depressionen, Angstzuständen, Stress oder anderen psychischen Erkrankungen im Vergleich zu vor Beginn der Pandemie gemeldet (10). In Italien hat eine Umfrage unter Beschäftigten des Gesundheitswesens im März 2020 ergeben, dass eine Zunahme von Stress und Schlaflosigkeit, insbesondere bei den Beschäftigten in direktem Kontakt mit Patient*innen und bei jungen Frauen zu sehen war (11). In Spanien hat die Untersuchung ergeben, dass im April 2020 57 % der Beschäftigten im Gesundheitswesen Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung aufgewiesen haben (12). In diesen Zahlen sind auch Pharmaziestudierende enthalten, da sie während der COVID-19-Pandemie Teil des Gesundheitspersonals an vorderster Front waren.

Durch die hohe Arbeitsbelastung und das stressige Arbeitsumfeld waren sie erheblichen Gesundheitsrisiken ausgesetzt, da sie häufig für die Testung von Patient*innen zuständig waren. Durch eine Forderung nach mehr Schutz des Gesundheits- und Pflegepersonals waren psychische Gesundheit und Wohlbefinden einer der Schwerpunkte des aktuellen Internationalen Jahres der Gesundheits- und Pflegeberufe der WHO (13). In Anbetracht des Engagements der Studierenden sollten sie mit einbezogen werden und eine entsprechende Entschädigung erhalten. Da sie extremen Arbeitsbedingungen ausgesetzt waren, sind sie besonders anfällig für eine Verschlechterung ihrer körperlichen und geistigen Gesundheit. Es besteht die Gefahr, dass sie enormen psychischen Druck aufgrund von angesammeltem Stress, körperlicher Erschöpfung, Stigmatisierung und der Angst, sich selbst oder ihre Angehörigen anzustecken, verspüren (14).

In den meisten Ländern setzten die Pharmaziestudierenden ihr Studium während der Krise fort. Kurse, die normalerweise persönlich stattfinden, mussten online abgehalten werden, was die Studierenden vom Campus weggeführt hat. Das ist jedoch nicht ohne Folgen geblieben: In Frankreich zum Beispiel waren 57,4 % der Studierenden nicht in der Lage, ihr Studium fortzusetzen, und 69,7 % von ihnen waren der Meinung, dass die Krise ihren Wissens- und Kompetenzerwerb beeinträchtigt hat (15). Was für Auswirkungen hat das auf die Patient*innen von morgen, wenn die Angehörigen der Gesundheitsberufe nicht an ihre Fähigkeit glauben, Pflege zu leisten?

Diese Ergebnisse sollten die Aufmerksamkeit auf die Dringlichkeit der Situation lenken. Die COVID-19-Pandemie hat zu neuen Herausforderungen geführt, wie z. B. Isolation aufgrund der Schließung von Universitäten, Schulabbrüche, die zum Teil auf Fernunterricht zurückzuführen sind, oder auch eine erhöhte Fragilität während der Monate, die sie in der Isolation verbringen. Es ist nun an der Zeit, die COVID-19-Pandemie als Chance zur Verbesserung der psychischen Gesundheitsversorgung zu nutzen.

Aufruf zum Handeln

Psychische Gesundheit ist ein Menschenrecht und das psychische Kapital der EU ist eine Schlüsselressource für den Erfolg der EU als wissensbasierte Gesellschaft, ihre Fähigkeit, ihre strategischen sozial- und wirtschaftspolitischen Ziele zu verwirklichen und das Wohlergehen der Bevölkerung in wirtschaftlich und sozial schwierigen Zeiten wie der COVID-19-Pandemie zu fördern und zu schützen.

Wie der Europäische Aktionsrahmen für psychische Gesundheit und Wohlbefinden feststellt, „braucht ein widerstandsfähiges Europa widerstandsfähige Bürger*innen“. Pharmaziestudierende als Teil der europäischen Jugend und zukünftigen Arbeitskräfte im Gesundheitswesen sind ein wichtiger Teil der Resilienz des Gesundheitssystems der Europäischen Union. Daher sollte ihren Bedürfnissen Aufmerksamkeit gewidmet werden. EPSA glaubt, dass die COVID-19-Pandemie die notwendige Aufmerksamkeit auf die psychische Gesundheit von Pharmaziestudierenden gelenkt hat. Es soll die Bedeutung von Förderung, Schutz und Pflege ihrer psychischen Gesundheit betont werden, und es ist jetzt mehr denn je an der Zeit, dies zu einer Priorität zu machen.

Die Europäische Union und ihre Mitgliedstaaten haben in Zusammenarbeit mit anderen internationalen Organisationen wie der WHO und der OECD sichtbare Anstrengungen unternommen, um die psychische Gesundheit der Bevölkerung zu verbessern. Leider sind diese Bemühungen, wie die vorangegangenen Zahlen zeigen, unzureichend gewesen. Der Schwerpunkt hat sich während der jüngsten Errichtung der Europäischen Gesundheitsunion von der psychischen Gesundheit wegbewegt. In der Tat wurde sie nicht als Priorität im Gesetzgebungsrahmen und auch nicht in der Rede zur Lage der Union in den letzten zwei Jahren erwähnt.

In diesem Zusammenhang fordert EPSA die Europäische Union auf:

1. *Den Zustand der psychischen Gesundheit von Apotheker*innen und Pharmaziestudierenden im Jahr 2022 zu bewerten, um die Wirkung von COVID-19 zu beurteilen.*

Die Fortschritte im Bereich der psychischen Gesundheit in den EU-Mitgliedstaaten und den NROs wurden 2018 im jährlichen Tätigkeitsbericht bewertet. Eingeschlossen waren Informationen über „gemeindenahere Versorgungsdienste für psychische Gesundheit“ und „Psychische Gesundheit in allen Politikbereichen“. In Anbetracht der neuesten Zahlen im Bericht „Health at a Glance – Europe 2020“, in dem es heißt, dass „the exceptional workload and psychological drain on health professionals led to a considerable mental health burden, with possible long-term effects for their well-being“ (dt.: die außergewöhnliche Arbeitsbelastung und die psychische Beanspruchung des Gesundheitspersonals zu einer beträchtlichen psychischen Belastung führen, die sich möglicherweise langfristig auf ihr Wohlbefinden auswirkt“, besteht ein eindeutiger Bedarf an einer Bewertung, um die Schwere sowie die Besonderheiten der Pandemie zu verstehen. Diese Bewertung könnte mit einem Netzwerk aus Interessenvertreter*innen erfolgen und unter dem Schirm der Europäischen Union finanziert und geleitet werden. EPSA ist in der Lage, eine solche Bewertung vorzunehmen, wenn sie über die entsprechenden Mittel verfügt.

2. *Die Folgen der Krise für Pharmaziestudierende durch langfristige Strategien zu bewältigen*

Wie im vorherigen Punkt erwähnt, werden langfristige Auswirkungen der COVID-19-Krise auf die psychische Gesundheit des Gesundheitspersonals erwartet und kommen zu den bereits bestehenden Auswirkungen des Pharmaziestudiums hinzu. Daher ist die Annahme umfassender, langfristiger Strategien zur Abschwächung der gesundheitlichen und sozioökonomischen Folgen für Pharmaziestudierende und andere Studierende des Gesundheitswesens notwendig.

3. *Studentische Beraterpositionen in Arbeitsgruppen und Expertengremien für psychische Gesundheit in der Europäischen Union einzubeziehen*

Die Einbeziehung von beratenden Positionen für Studierende in Arbeitsgruppen und Expertengremien würde dazu beitragen, Studierende und insbesondere Studierende des Gesundheitswesens in den Mittelpunkt zu rücken und letztlich die Umsetzung effizienter Maßnahmen zu beschleunigen.

4. Die psychische Gesundheit von Pharmaziestudierenden als besonders gefährdet anzusehen und ihnen besondere Aufmerksamkeit zu schenken

Es könnte eine spezielle Gruppe auf der Plattform für Gesundheitspolitik, die während der COVID-19 etabliert wurde, eingerichtet werden, damit Organisationen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich spezielle Praktiken und Kenntnisse im Bereich der psychischen Gesundheit austauschen. Dies könnte auch in der Gemeinsamen Aktion (ImpleMENTAL), die 2021 zur Umsetzung der Reform des psychischen Gesundheitssystems und der Suizidprävention ins Leben gerufen wurde, geschehen. Studierende des Gesundheitswesens sollten als eine, besonders für psychische Störungen, gefährdete Gruppe angesehen werden und es sollten entsprechende Maßnahmen ergriffen werden, wie dies durch ImpleMENTAL geschehen würde.

5. Die mentale Gesundheit von Pharmaziestudierenden als Bereich für die Umsetzung bewährter Praktiken zu priorisieren

Im Jahr 2018 hat die Lenkungsgruppe für Gesundheitsförderung, Krankheitsprävention und Management von nicht übertragbaren Krankheiten (SGPP) die psychische Gesundheit als Bereich für die Umsetzung bewährter Praktiken priorisiert. Im Mai 2019 wurde den EU-Ländern eine Vorauswahl bewährter Praktiken vorgelegt, die diese dann nach Relevanz für ihre nationalen Prioritäten eingestuft haben. In Anbetracht der Auswirkungen von COVID-19 sollte die Kommission daher die Mitgliedstaaten für die Bedeutung der psychischen Gesundheit von Studierenden sensibilisieren und sie zu einer nationalen Priorität zu machen.

6. Die gemeinsame Aktion für psychische Gesundheit und Wohlbefinden mit Schwerpunkt auf Studierende im Gesundheitswesen auszuweiten

Die Gemeinsame Aktion für psychische Gesundheit und Wohlbefinden (JA MH-WB), die 2013 ins Leben gerufen wurde, hatte das Ziel, einen Handlungsrahmen für die Politik im Bereich der psychischen Gesundheit auf europäischer Ebene zu schaffen. Diesen hat sie auf früheren Arbeiten aufgebaut, die im Rahmen des Europäischen Pakts für psychische Gesundheit und Wohlbefinden entwickelt wurden. Es hat eine strukturierte Zusammenarbeit unter Beteiligung der Mitgliedstaaten, der EU, relevanter Stakeholder und internationalen Organisationen umfasst und zur Entwicklung eines gebilligten Aktionsrahmens gegeben. Die Gemeinsame Aktion hat ihre Ziele 2018 erreicht und wurde seitdem nicht mehr verlängert. Angesichts der Auswirkungen der COVID-19-Krise auf die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden, scheint es von entscheidender Bedeutung, durch Umsetzung und Ausweitung dieser Programmbereiche auf den bisherigen Ergebnissen aufzubauen.

EPSA fordert die EU-Mitgliedstaaten, Gesundheitsministerien, Bildungseinrichtungen und Fakultäten der Pharmazie in Europa auf:

1. Programme zu initiieren, die speziell die Pharmaziestudierenden in der Zeit nach der COVID-19-Krise unterstützen

Wie bereits erwähnt, hatte die COVID-19-Krise einen erheblichen Einfluss auf die psychische Gesundheit der Pharmaziestudierenden und machte die Lücke deutlich, die an den Universitäten in Bezug auf die Unterstützung der psychischen Gesundheit besteht. Daher ist es wichtig, eine Reihe an Maßnahmen und Programmen für die Pädagogik und Unterstützung von Studierenden, die Unterstützung für ihre psychische Gesundheit benötigen, anzubieten.

- 2. Eine Zusammenarbeit mit Vereinigungen von Pharmaziestudierenden zu etablieren, um die psychische Gesundheit unter den Studierenden zu fördern und das Bewusstsein für die Bedeutung der Förderung, Prävention und Behandlung für die Öffentlichkeit und die Angehörigen der Gesundheitsberufe zu stärken***

Es sollte eine Schulung der akademischen Kohorte, einschließlich des Lehrkörpers, der Studierenden und Vertreter*innen, durch Vorbereitung von Kampagnen, Initiativen und Formationen durchgeführt werden, um Studierende und Lehrkräfte in Not zu erkennen und ihnen die richtige Beratung und Unterstützung zukommen zu lassen.

- 3. Das Thema „Psychische Gesundheit“ in die akademischen Lehrpläne für Pharmaziestudierende aufzunehmen, um sie darauf vorzubereiten, sich aktiv für die Prävention und Förderung der psychischen Gesundheit einzusetzen***

Als zukünftige Fachkräfte im Gesundheitswesen ist es wichtig, dass Pharmaziestudierende zum Thema psychische Gesundheit geschult werden. Darüber hinaus ist es ebenso wichtig, dass die während des Studiums erworbenen Fähigkeiten auch während des Berufslebens weiter als Teil des lebenslangen Lernprozesses von Pharmazeut*innen genutzt werden.

- 4. Lehrmethoden und Prüfungszeiten zu untersuchen, die darauf abzielen, den Stress in der pharmazeutischen Lehre zu verringern***

Das Auftreten von psychischen Störungen, die manchmal durch Stress ausgelöst oder verschlimmert werden während des Pharmaziestudiums, das wiederum mit einer kritischen Lebensphase zusammenfällt, wirkt sich negativ auf die akademischen Leistungen aus. Um dies zu verhindern, ist es wichtig, Lehrmethoden zu erforschen und einzuführen, die darauf abzielen, den durch die Prüfungen verursachten Stress zu reduzieren. Hierbei sind Methoden zu bevorzugen, die nachweislich Stress reduzieren und den Studierenden den Raum für ihre persönliche und berufliche Entwicklung geben, den sie als junge Erwachsene verdienen.

- 5. Das Thema „Psychische Gesundheit“ in alle politischen Maßnahmen aufzunehmen und bei der Ausarbeitung von Maßnahmen, die sich auf Apotheker*innen und Pharmaziestudierende auswirken, berücksichtigen***

Als Angehörige der Gesundheitsberufe sind Apotheker*innen einem erhöhten Risiko für psychische Störungen ausgesetzt. Auch Pharmaziestudierende haben eine Reihe von Risikofaktoren. Die Politik im Bereich der psychischen Gesundheit fällt in die Zuständigkeit der einzelnen EU-Länder. Dennoch ist es eine Priorität für die öffentliche Gesundheit angesichts der Bedeutung und Dringlichkeit dieses Themas und muss entsprechend auf EU-Ebene angegangen werden. Dies kann geschehen, indem in die Sensibilisierung für psychische Gesundheit investiert wird, angemessene Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung gestellt werden und sich auf die Gruppen konzentriert wird, die ein höheres Risiko haben, psychische Störungen zu entwickeln.

Über EPSA

Die European Pharmaceutical Students' Association (EPSA) ist ein Dachverband, der über 100.000 Pharmaziestudierende aus 36 Ländern in ganz Europa vertritt. Um die psychische Gesundheit von Pharmaziestudierenden zu einer Priorität für alle Entscheidungsträger und Interessenvertreter zu machen, ist EPSA Teil der Mental Health Advocacy Platform, die von Mental Health Europe koordiniert wird und setzt sich mit der Unterstützung der EU-Institutionen für eine umfassende EU-Strategie für psychische Gesundheit ein. EPSA hat es sich außerdem zur Aufgabe gemacht, einen konkreten Einfluss auf das Thema zu nehmen und den Studierenden das nötige Werkzeug für die Förderung des Bewusstseins für psychische Gesundheit zu geben, um Störungen der psychischen Gesundheit zu verhindern. Aus diesem Grund beteiligt sich EPSA am Mental Health Project, das von der European Federation for Psychology Students' Association (EFPSA) koordiniert wird und in Zusammenarbeit mit 9 anderen Studierendenverbänden (IFMSA, EMSA, PsySSA SD, UBC PSA, UWI SPA, ESU, YHO, JEE und ELSA) durchgeführt wird

References

1. European Pharmaceutical Students' Association (EPSA). EPSA Survey Report on Pharmaceutical Students' Mental Health April 2021. Brussels; 2020.
2. World Health Organization. Mental health: strengthening our response [Internet]. 2018. p. 1. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/d>
3. European Union. European Framework for Action on Mental Health and Wellbeing [Internet]. Brussels; 2016. Available from: https://ec.europa.eu/research/participants/data/ref/h2020/other/guides_for_applicants/h2020-SC1-BHC-22-2019-framework-for-action_en.pdf
4. OECD, European Commission. Health at a Glance: Europe 2018 State Of Health in the EU Cycle [Internet]. 2018. Available from: https://ec.europa.eu/health/sites/default/files/state/docs/2018_healthatglance_rep_en.pdf
5. OECD, European Commission. Health at a Glance: Europe 2020 State Of Health in the EU Cycle [Internet]. 2020. Available from: <https://ec.europa.eu/health/>
6. World Health Organization. Mental health [Internet]. Burden. p. 1. Available from: https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1
7. World Health Organization. Mental disorders [Internet]. 2019. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
8. World Health Organization. Mental health and COVID-19 [Internet]. Coronavirus disease (COVID-19) outbreak. p. 1. Available from: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/publications-and-technical-guidance/mental-health-and-covid-19>
9. Auerbach RP, Mortier P, Bruffaerts R, Alonso J, Benjet C, Cuijpers P, et al. WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. J Abnorm Psychol [Internet]. 2018 Oct;127(7):623–38. Available from: <http://doi.apa.org/getdoi.cfm?doi=10.1037/abn0000362>

10. British Medical Association, Hospital doctors England/Wales/Northern Ireland. BMA COVID-19 tracker survey 2020 October wave [Internet]. Wave; 2020. p. 36. Available from: <https://www.bma.org.uk/media/3451/bma-covid-19-survey-results-for-hospital-doctors-oct-2020.pdf>
11. Felice C, Di Tanna GL, Zanus G, Grossi U. Impact of COVID-19 Outbreak on Healthcare Workers in Italy: Results from a National E-Survey. J Community Health [Internet]. 2020 Aug 22;45(4):675–83. Available from: <https://link.springer.com/10.1007/s10900-020-00845-5>
12. Luceño-Moreno L, Talavera-Velasco B, García-Albuerne Y, Martín-García J. Symptoms of Posttraumatic Stress, Anxiety, Depression, Levels of Resilience and Burnout in Spanish Health Personnel during the COVID-19 Pandemic. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2020 Jul 30;17(15). Available from: <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC7432016>
13. World Health Organization. Year of Health and Care Workers 2021 Protect. Invest. Together. [Internet]. p. 1. Available from: <https://www.who.int/campaig>
14. World Health Organization. Frontline stories: mental health of health care workers in the COVID-19 pandemic [Internet]. p. 1. Available from: <https://www.euro.who.int/en/countries/spain/news/news/2021/4/frontline-stories-mental-health-of-health-care-workers-in-the-covid-19-pandemic>
15. Association Nationale des Etudiants en Pharmacie de France. BIEN-ÊTRE DES ÉTUDIANTS EN PHARMACIE IMPACT DE LA COVID-19. 2021.

