ärztekammer bremen
Körperschaft des öffentlichen Rechts

PRESSEINFORMATION

Bremen, den 8. Oktober 2026

Psychische Erkrankungen enttabuisieren

Ärztekammer Bremen: Ohne Angst und Vorurteile darüber sprechen

Psychische Erkrankungen verursachen viele krankheitsbedingte Fehlzeiten. Anlässlich des Welttages der seelischen Gesundheit am 10. Oktober ruft die Ärztekammer Bremen daher dazu auf, psychische Erkrankungen zu enttabuisieren.

In Bremen fehlten laut einer Auswertung der Krankenkasse DAK Beschäftigte 2025 durchschnittlich 20,1 Kalendertage. Auf psychische Erkrankungen entfielen 392 Fehltage je 100 Versicherte – 16 Prozent mehr als im Vorjahr. Damit lagen sie erstmals an der Spitze der Erkrankungsgruppen. „Hinter diesen Zahlen stehen Menschen, die mit Depressionen, Ängsten, Suchterkrankungen oder anderen psychischen Belastungen leben", sagt Christina Hillebrecht, die Präsidentin der Ärztekammer Bremen. „Wichtig ist deshalb darüber zu sprechen, wie psychische Erkrankungen früher erkannt und besser behandelt werden können."

Eine wichtige Rolle kommt dabei den Hausärztinnen und Hausärzten zu. Sie sind laut Ärztekammer oft die erste Anlaufstelle bei psychischen Beschwerden, können Symptome einordnen und bei Bedarf weitere fachärztliche oder psychotherapeutische Unterstützung vermitteln. „Psychische Erkrankungen sind behandelbar. Trotzdem hält die Angst vor Stigmatisierung viele Menschen davon ab, sich frühzeitig Hilfe zu suchen", sagt Christina Hillebrecht. „Wir müssen psychische Erkrankungen als das betrachten, was sie sind: Erkrankungen, über die offen gesprochen werden darf."

Der Welttag steht in diesem Jahr unter dem Motto „Lived Experiences Heard: Real Voices, Real Change": Die Erfahrungen von Menschen mit eigener psychischer Erkrankung sollen stärker in die Gestaltung von Versorgungsangeboten einbezogen werden. „Ein offenes Gespräch kann der erste Schritt sein, um eine psychische Erkrankung zu erkennen und die passende Unterstützung zu finden", sagt Hillebrecht. „Wir sollten deshalb alles dafür tun, dass Menschen diesen Schritt ohne Angst und Vorurteile gehen können."

Pressekontakt
Ärztekammer Bremen
Bettina Cibulski
E-Mail: bettina.cibulski@aekhb.de
Tel. 0421 3404-232