

Psyche in Quarantäne

Schweizer Bevölkerung zeigt Widerstandskraft.

Die COVID-19-Pandemie stellte das gewohnte Leben auf den Kopf. Neben gesundheitlichen und wirtschaftlichen Folgen war auch die psychische Belastung der Bevölkerung seither immer wieder Thema in Medien und Öffentlichkeit.

Eine internationale Studie liefert nun Zahlen, wie sich die Pandemie auf die Lebensqualität und auf die psychische Gesundheit der Menschen in verschiedenen Ländern und Regionen ausgewirkt hat. Ein Team um Prof. Dr. Christian Huber von den UPK und der Universität Basel hat die Schweizer Daten nun separat ausgewertet. Beteiligt waren Wissenschaftler anderer schweizerischer Forschungseinrichtungen und aus dem internationalen COH-FIT-Forschungskonsortium. Die Ergebnisse haben die Forschenden in der Fachzeitschrift *Frontiers in Psychiatry* veröffentlicht.

der Schweiz gaben 4'037 Personen Auskunft über ihr Wohlbefinden, 3'375 Personen machten Angaben zur psychischen Belastung.

Die befragten Personen gaben zum einen an, wie sie sich gerade fühlten. Zum anderen wurden sie nach ihrem Befinden vor der Pandemie befragt. Das Ergebnis: Die Werte für das Wohlbefinden nahmen im Laufe der Pandemie ab, die psychische Belastung nahm hingegen zu. Dies bestätigt die Befunde früherer Untersuchungen, etwa der Corona-Stress-Studie der Universität Basel.



© Lyman Merrick – stock.adobe.com

«Die Werte für das Wohlbefinden waren hierzulande bereits vor der Pandemie höher und die Massnahmen, um das Virus einzudämmen, waren weniger einschneidend als in anderen Ländern [...]»

Schweizer Bevölkerung war unterschiedlich stark betroffen

Im internationalen Kontext steht die Schweiz gut da: Wohlbefinden und mentale Gesundheit litten weniger stark als anderswo. Die Gründe dafür lassen sich nur vermuten.

«Die Werte für das Wohlbefinden waren hierzulande bereits vor der Pandemie höher und die Massnahmen, um das Virus einzudämmen, waren weniger einschneidend als in anderen Ländern», so Erstautor Christian Huber.

Die psychische Gesundheit im Auge behalten

«Wie stark die Pandemie die psychische Gesundheit der Menschen längerfristig beeinflusst, ist noch nicht klar. Manche Effekte zeigen sich erst zeitverzögert», sagt der Experte weiter. Er findet es deshalb wichtig, in regelmässigen Befragungen zu erfassen, wie es um die psychische Gesundheit der Bevölkerung steht.

«Wie stark die Pandemie die psychische Gesundheit der Menschen längerfristig beeinflusst, ist noch nicht klar. Manche Effekte zeigen sich erst zeitverzögert [...]»

Wichtige Ansatzpunkte sieht er in der Prävention. Wie gut Menschen mit Krisensituationen umgehen können, habe viel damit zu tun, wie viel Ressourcen vorhanden sind. **DT**

Quelle: Universität Basel
Autorin: Noëmi Kern

Weltweite Daten erhoben

Die Studie beruht auf standardisierten Umfragen, die in über 40 Ländern auf allen Kontinenten parallel stattgefunden haben. In

ANZEIGE

Belmont
All for health

Höchste Qualität –
zu Preisen, die
überzeugen

HäUBI

