DIE *junge* ALLGEMEINMEDIZIN

Neue Hausärzte braucht das Land! Wir zeigen die Abenteuer auf dem Weg ins Berufsleben, es geht um Tipps, Gefahren und Erfolgsgeschichten.

Deutlich erhöhte Prävalenz

Das Medizinstudium macht depressiv

Eine internationale Studie deckt auf, dass die Prävalenz depressiver Symptome unter Medizinstudenten deutlich erhöht ist. Eine andere Studie zeigt praktikable Wege auf, diesen Missstand anzugehen.

— Alle BWL-Studenten sind geldgeil, SozPäds entspannen sich semesterlang auf den Seminarwiesen, Mathe-Studenten sind lichtscheue Sozialkrüppel. Und angehende Ärzte? Die sind bekannt dafür, sich totzuschuften und rückgratlos den Koryphäen zu gehorchen. Kein Wunder, dass die alle depressiv sind! So weit die Klischees.

Eine große internationale Metastudie zeigt nun, dass zumindest beim Symptom der Depressivität das Vorurteil stimmt. US-Forscher analysierten dafür Studien aus 47 Ländern mit insgesamt 129.123 Medizinstudenten. 167 Querschnitts- und 16 Langzeitstudien legten den Fokus auf die Prävalenz einer depressiven Episode oder depressiver Symptome, weitere 24 Querschnittstudien untersuchten die Prävalenz von Suizidgedanken [Rotenstein LS et al. JAMA. 2016;316:2214–36].

Nach dem Pooling aller Daten ergab sich eine Prävalenz von 27,2% für das Auftreten depressiver Episoden oder Symptome. Sie lag damit mehr als dreimal so hoch wie in der deutschen Gesamtbevölkerung [Busch MA et al. Bundesgesundheitsbl. 2013;56:733–9]. Suizidgedanken traten bei 11,1% der Studierenden auf. Die sechs ausgewerteten Studien aus Deutschland bestätigen die festgestellten Verhältnisse.

Die Studie sagt nicht viel darüber aus, was dem Phänomen zugrunde liegt. Ist es der hohe Arbeitsaufwand im Medizinstudium? Sind es die hohen Erwartungen von Eltern und sozialem Umfeld? Spielt gar die ständige Konfrontation mit menschlichem Leid eine Rolle? Oder zieht das Fach eventuell Leute an, die zur Depression neigen? Vieles bleibt Spekulation – die dramatisch erhöhte Prävalenz lässt aber keinen Zweifel daran, dass es sich um ein echtes Problem handelt.

Noten machen alles schlimmer

Eine andere Studie, die im selben Journal unmittelbar im Anschluss abgedruckt wurde, zeigt zumindest, dass es Methoden gäbe, die Situation zu verbessern. Ein anderes Team von US-Forschern wertete 28 methodisch sehr unterschiedliche Untersuchungen aus, die sich mit verschiedenen Interventionen zur Verbesserung der seelischen Gesundheit amerikanischer Medizinstu-

Ist der hohe Arbeitsaufwand ein Grund für Depressionen?

denden befassten [Wasson LT et al. JAMA. 2016;316:2237–52].

Demnach scheint es einen Vorteil zu bringen, die Früherkennung psychischer Probleme und den Zugang zu Fürsorgestellen zu verbessern – beides am besten abseits der regulären Studienverwaltung. Auch Body-Mind-Programme schnitten gut ab – also Trainingspläne, die sowohl die körperliche als auch die geistige Gesundheit fördern sollen. Daneben verbesserten Mentorenschaften durch Lehrpersonal das Befinden der Studenten – und ein Verzicht auf Noten. ■

Cornelius Heyer