

COVID-19-Pandemie und die Psyche

Allgemein erhöhte psychische Belastung

Fragestellung: Wie wirkt sich die COVID-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit aus und welche Risikofaktoren für erhöhte psychische Belastungen gibt es?

Hintergrund: Die COVID-19-bedingten Einschränkungen des gesellschaftlichen Zusammenlebens und Alltags sowie die Angst vor Ansteckung und schwerem Krankheitsverlauf beeinträchtigen erheblich die öffentliche psychische Gesundheit. Studien zeigten erhöhte psychische Belastungen in der Allgemeinbevölkerung, bei psychisch Erkrankten und bei Gesundheitspersonal.

Patienten und Methodik: Im Rahmen einer systematischen Literaturrecherche wurden die Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit erfasst und Risikofaktoren für erhöhte psychische Belastungen identifiziert.

Ergebnisse: Insgesamt wurden 19 geeignete Studien eingeschlossen, mit Stichprobengrößen zwischen 263 und 52.730 Probanden, insgesamt 93.569 Probanden (meist > 18 Jahre, 64,1 % Frauen). Die Studien unterlagen einem Querschnittsdesign, waren bevölkerungsrepräsentativ und wurden in acht verschiede-

Xiong J, Lipsitz O, Nasri F et al. Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *J Affect Disord* 2020; 277: 55–64

nen Ländern durchgeführt (China: n = 10, Spanien: n = 2, Italien: n = 2, Iran: n = 1, USA: n = 1, Türkei: n = 1, Nepal n = 1 und Dänemark n = 1). Studienübergreifend wurde eine relativ hohe Prävalenz von ängstlichen (6,3–50,9 %), depressiven (14,6–48,3 %), posttraumatischen (7,0–53,8 %) und unspezifischen psychischen Belastungen- (34,4–38 %) sowie allgemeinen Stresssymptomen (8,1–81,9 %) beobachtet (ermittelt durch validierte und standardisierte Fragebögen). Risikofaktoren für erhöhte psychische Belastungen umfassten weibliches Geschlecht, Alter ≤ 40 Jahre, chronische/psychiatrische Erkrankungen, Arbeitslosigkeit, Studentenstatus und erhöhter Konsum von sozialen Medien/Nachrichten bezüglich COVID-19. Zudem konnten einige Studien Schutzfaktoren hinsichtlich der psychischen Belastung in der Allgemeinbevölkerung identifizieren, wie die Vermittlung von akkuraten Informationen zu COVID-19, das Einhalten von Schutzmaßnahmen wie Mund-Nasen-Schutz und häufiges Händewaschen, soziale Unterstützung, Integration von Ruhephasen sowie bestimmte Persönlichkeitsmerkmale, etwa ein positiver Bewältigungsstil oder ein sicherer und vermeinder Bindungsstil. Die Qualität der Studien wurde insgesamt als moderat eingestuft.

Schlussfolgerungen: Die COVID-19-Pandemie ist mit teilweise klinisch relevanten psychischen Belastungen in der Allgemeinbevölkerung assoziiert.

– **Kommentar** von Donya Gilan und Omar Hahad, Mainz

Herausforderung für die öffentliche psychische Gesundheit

Die erste systematische Übersichtsarbeit ist ein wichtiger Beitrag für die Beurteilung der psychischen Auswirkungen der COVID-19-Pandemie in der Allgemeinbevölkerung und den damit verbundenen Risiko- und Schutzfaktoren, die eine moderierende Wirkung auf die psychischen Belastungen ausüben. Die Studie legt nahe, dass die COVID-19-Pandemie einen deutlich negativen Einfluss auf die psychische Gesundheit der Allgemeinbevölkerung während der Frühphase der Pandemie ausgeübt hat. Studienübergreifend konnten hohe Prävalenzen von psychisch relevanten Symptomen aufgezeigt werden, die im Vergleich zu präpandemischen Daten erhöht sind und teilweise auch klinische Relevanz aufweisen. Dies ist ein wichtiger Beitrag in der gegenwärtigen Debatte um die psychosozialen Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und die implementierten Schutzmaßnahmen, die bei der Konzeption von politischen Entscheidungen berücksichtigt werden sollten.

Einschränkend muss erwähnt werden, dass keine quantitative Zusammenfassung der Studienergebnisse möglich war, aufgrund der substanziellen Heterogenität der Studien (z. B. unterschiedliche Erhebungsinstrumente und Definitionen von Outcome-Variablen), die auch in der hohen Spannweite der ermittelten Prävalenzen, trotz insgesamt moderater Studien-

qualität, erkennbar ist. Außerdem handelt es sich um Querschnittsstudien, die zudem nur einen kürzeren Beobachtungszeitraum der Pandemie abdecken, sodass kausale Inferenzen und die Extrapolation auf fortgeschrittenere Phasen der Pandemie nur eingeschränkt möglich sind.

Auch die Generalisierbarkeit der Ergebnisse ist aufgrund der Tatsache, dass die Befragungen online stattfanden, sodass die Annahme für einen Selektionsbias besteht, sowie der Überrepräsentation von Frauen in der Gesamtstichprobe, limitiert.

Dr. phil. Dipl.-Psych. Donya Gilan, Mainz

Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) gGmbH; Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsmedizin Mainz
E-Mail: donya.gilan@lir-mainz.de

Dr. rer. physiol. Omar Hahad, Mainz

Zentrum für Kardiologie – Kardiologie I, Universitätsmedizin Mainz; Deutsches Zentrum für Herz-Kreislauf-Forschung (DZHK), Standort Rhein-Main; Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) gGmbH, Mainz. E-Mail: omar.hahad@unimedizin-mainz.de