

PRESSEINFORMATION

Psychoanalytische und verhaltenstherapeutische Langzeittherapien helfen chronisch depressiv Kranken dauerhaft. Langzeitstudie mit randomisierter und präferierter Zuweisung ausgewertet

In der aktuellen Veröffentlichung im angesehenen Canadian Journal of Psychiatry berichtet die Arbeitsgruppe aus psychoanalytischen und verhaltenstherapeutischen Forschern vielversprechende Langzeitergebnisse von psychoanalytischen und kognitiv-verhaltenstherapeutischen Langzeitbehandlungen von chronisch Depressiven. Die Auswertung erfolgte unabhängig durch ein statistisches Methodenlabor (StaBLab) der Ludwig-Maximilians-Universität München). Eine zweite englische Publikation ist im International Journal of Psychoanalysis erschienen. Beide Publikationen wurden in erweiterter Form im Februarheft der deutschen Zeitschrift PSYCHE veröffentlicht. Die Studie wurde im Wesentlichen aus Mitteln finanziert, welche die DGPT (Deutsche Gesellschaft für Psychoanalyse, Psychotherapie, Psychosomatik und Tiefenpsychologie e.V.) aufgebracht hatte – durch jahrelange Forschungsabgaben aller ihrer Mitglieder.

Drei Jahre nach Beginn ihrer Langzeittherapien hatten 45% der Patienten nach eigener Selbsteinschätzung und 61% nach Fremdbeurteilung durch unabhängige Experten eine stabile Rückbildung ihrer depressiven Symptome erzielt.

Depressionen werden nach Voraussagen der Weltgesundheitsorganisation 2020 die zweithäufigste Volkskrankheit sein, eine Quelle großen Leidens für die Betroffenen und ihre Familie und hoher Kosten im Gesundheitsbereich. Mindestens 20-30% der Depressionen verlaufen chronisch. Über 50% erleiden Rückfälle nach internationalen Studien nach kürzeren Psychotherapien oder medikamentöser Behandlung.

Die Studie wollte daher herausfinden, ob Langzeittherapien chronisch Depressiven nachhaltig helfen. Hierzu wurden die Therapieverfahren eingesetzt, die in Deutschland als Richtlinienverfahren durch die Krankenversicherungen anerkannt sind, kognitiv-verhaltenstherapeutische, tiefenpsychologische und psychoanalytische Therapien. 252 chronisch Depressive konnten ihre Behandlung auswählen, wenn sie eine klare Behandlungspräferenz hatten, oder sich zufällig zu verhaltenstherapeutischen oder psychoanalytischen Behandlungen zuweisen lassen. Die Anzahl der Rückfälle konnte statistisch signifikant reduziert werden, ein enorm wichtiger Befund für diese Patientengruppe. Auch die depressiven Symptome waren hoch signifikant zurückgegangen (mit hohen Effekstärken bis zu 2.08).

Studienleiterin Prof. Marianne Leuzinger-Bohleber (Sigmund-Freud-Institut Frankfurt/ Universität Kassel/Universitätsmedizin Mainz) berichtet von hohen Belastungen der eingeschlossenen Patientinnen und Patienten in der knapp 15 Jahre währenden und anhaltenden Studie: „Unsere Studienteilnehmer hatten in der großen Mehrzahl schon mehrere kurzdauernde psychotherapeutische und vielfach medikamentöse Vorbehandlungen gehabt, die nicht dauerhaft halfen. 84% von ihnen hatten traumatische Kindheitserfahrungen wie emotionale Frühvernachlässigungen, sexuelle und körperliche Gewalterfahrungen, Verlust ihrer Eltern oder extrem belastende Trennungserfahrungen erlebt. Nur 50% lebten in festen Partnerschaften und 14% waren arbeitslos. Umso wichtiger war es für uns, deutliche und anhaltende Verbesserungen der Depressionen zu erzielen.“

Von verhaltenstherapeutischer Seite kommentiert *Studienleiter Prof. Martin Hautzinger von der Universität Tübingen*: „Die meisten Psychotherapiestudien untersuchen – vielfach aus pragmatischen Gründen – nur kürzere Behandlungen mit einem kurzen Nacherhebungszeitraum. Dass uns gelungen ist, Langzeitbehandlungen über drei Jahre

hinweg zu untersuchen, zeichnet unsere gegenüber anderen Studien aus. Psychoanalytische und verhaltenstherapeutische Behandlungen erzielten vergleichbar gute Ergebnisse. Weiteren Aufschluss, z.B. ob bestimmte Gruppen von chronisch Depressiven besser auf die eine oder die andere Therapieform reagieren, erhoffen wir uns von den Fünf-Jahres-Nacherhebungen.“

Studienleiter Prof. Manfred Beutel, Klinik für Psychosomatische Medizin, Universitätsmedizin Mainz, ergänzt: „Eine wichtige Frage unserer Studie war, wie die beiden bewährten Behandlungen wirken. Verhaltenstherapeutische Behandlungen zielen auf Verbesserung der depressiven Symptome und inadäquaten Denkens und Handelns. In der Therapie werden systematisch ungünstige Verhaltensweisen und Denkmuster identifiziert und der Patient wird dazu angeleitet, hilfreiche Strategien zu entwickeln und diese schrittweise selbstständig einzusetzen, um so zu lernen, die fehlangepassten Verhaltensweisen zu verändern. Die psychoanalytische Therapie zielt neben der Verbesserung der depressiven Symptome auch auf grundlegende Veränderungen von Selbsterkenntnis, Selbsterleben und Beziehungsgestaltung, die dauerhaft Lebensqualität, soziale Beziehungen und Kreativität im Arbeits- und Freizeitbereich zu verbessern helfen. In der Beziehung zum Therapeuten wird untersucht, ob und in welcher Weise sich frühere Beziehungserfahrungen unerkannt negativ auf die aktuelle Lebensgestaltung auswirken.“

Das unabhängige Methodenzentrum in München betont, dass das Untersuchungsziel der Studie in einem Vergleich der beiden Therapieverfahren und den beiden Zuweisungsarten randomisiert/präferiert bestand.

Dem entsprechend wurde der Studie ein vierarmiges Design unterlegt. Entgegen unserer Ausgangshypothesen wurden aber drei Jahre nach Beginn der Therapien keine statistisch signifikanten Unterschiede in den vier Untersuchungsarmen festgestellt.

Insgesamt lagen die Ergebnisse besser als bei vorangegangenen Studien mit kürzeren Therapien. Verhaltenstherapeutische Behandlungen waren insgesamt deutlich kürzer als psychoanalytische Behandlungen. Erste Ergebnisse in einer weiteren Publikation der Forschergruppe im International Journal of Psychoanalysis zeigen, dass ein besserer Zugang zu inneren konflikthaften Erlebensmustern (Selbsterkenntnis, sogenannte strukturelle Veränderungen) längerfristig vor allem in psychoanalytische Behandlungen erzielt werden kann. *Frau Prof. Leuzinger-Bohleber*: „Wir sind sehr gespannt auf die künftigen Auswertungen, in denen wir untersuchen, welche Patienten am besten von welchen Verfahren profitieren. Um Kosten-Nutzen-Bestimmungen für die beiden psychotherapeutischen Verfahren durchzuführen, werden wir künftig genau direkte Behandlungskosten und indirekte Kosten (z.B. Anzahl Arbeitsfehltag, Krankenhausaufenthalte etc.) analysieren.“

Projektleiter der LAC Studie:

Prof. Dr. Marianne Leuzinger-Bohleber, Sigmund-Freud-Institut, IDeA Center (Center for Adaptive and Individual Development and Adaptive Education for Children-at-Risk, Frankfurt a.M., Germany) und Universitätsmedizin Mainz.

Korrespondenzadresse: Sigmund-Freud-Institut, Myliustr. 20, D- 60323 Frankfurt a.M., M.Leuzinger-Bohleber@gmx.de

Prof. Dr. Martin Hautzinger, Klinische Psychologie der Universität Tübingen

Prof. Dr. Manfred Beutel, Psychosomatik Universitätsmedizin Mainz

Dr. med. Wolfram Keller, ehem. Medizinische Klinik im Theodor-Wenzel-Werk, Berlin

Dipl. Psych. George Fiedler, ehem. Universitätskrankenhaus Eppendorf, Hamburg

Unabhängiges Methodenzentrum: Prof. Dr. Bernhard Rüger, Prof. Dr. Helmut Küchenhoff, Ludwig-Maximilians-Universität, München

Publikationen:

Leuzinger-Bohleber, M., Hautzinger, M., Fiedler, G., Keller, W., Bahrke, U., Kallenbach, L., Kaufhold, J., Ernst, M., Negele, A., Schoett, M., Küchenhoff, H., Günther, F., Rüger, B., Beutel, M. (2018a): Outcome of Psychoanalytic and Cognitive-Behavioral Long-term-Therapy with Chronically Depressed Patients. A controlled trial with preferential and randomized allocation: The Canadian Journal of Psychiatry /DOI: 10.1177/0706743718780340
Leuzinger-Bohleber, M., Kaufhold, J., Kallenbach, L., Negele, A., Ernst, M., Keller, W., Fiedler, G., Hautzinger, M., Beutel, M. (2018b) Does sustained symptomatic improvement of chronically depressed patients need structural change in long-term psychotherapies? Findings from the LAC depression study comparing the outcomes of cognitive-behavioral and psychoanalytic long-term treatments. Int. J Psychoanal., The International Journal of Psychoanalysis, 100:1, 99-127, DOI: 10.1080/00207578.2018.1533377

Leuzinger-Bohleber, M., Hautzinger, M., Keller, W., Fiedler, G., Bahrke, U., Kallenbach, L., Kaufhold, J., Negele, A., Küchenhoff, H., Günther, F., Rüger, B., Ernst, M., Rachel, P., Beutel, M. (2019): Psychoanalytische und kognitiv-behaviorale Langzeitbehandlung chronisch depressiver Patienten bei randomisierter oder präferierter Zuweisung. Ergebnisse der LAC Studie. Psyche- Z Psychoanal 73, 2019, 77-105. DOI 10.21706/ps-73-2-77.

Kaufhold, H., Bahrke, U., Kallenbach, L., Negele, A., Ernst, M., Keller, W., Rachel, P., Fiedler, G., Hautzinger, M., Leuzinger-Bohleber, M., Beutel, M. (2019): Wie können nachhaltige Veränderungen in Langzeittherapien untersucht werden? Symptomatische versus strukturelle Veränderungen in der LAC-Depressionsstudie. Psyche-Z Psychoanal 73, 2019, 106-133. DOI 10.21706/ps-73-3-106.

Förderung durch

Deutsche Gesellschaft für Psychoanalyse, Psychotherapie, Psychosomatik und Tiefenpsychologie (DGPT), Deutsche Psychoanalytische Vereinigung (DPV); Heidehof Stiftung, Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) (Unterstützung von Tagungen zur LAC Studie); Dr. M. von der Tann (Unterstützung der OPD) und weitere private Förderer

Weitere Informationen:

Dr. Felix Hoffmann, Geschäftsführer DGPT, Tel. 030 887163930, Felix.Hoffmann@dgpt.de

DGPT

Deutsche Gesellschaft für Psychoanalyse, Psychotherapie,
Psychosomatik und Tiefenpsychologie e.V.

Kurfürstendamm 54/55

10707 Berlin

www.dgpt.de

Die Deutsche Gesellschaft für Psychoanalyse, Psychotherapie, Psychosomatik und Tiefenpsychologie (DGPT) e.V. ist der Spitzenverband der psychoanalytischen Fachgesellschaften DGAP, DGIP, DPG und DPV sowie die Fachgesellschaft für die 20 Freien Institute. Die DGPT dient der Pflege, Weiterentwicklung und Verbreitung der Psychoanalyse und vereint psychologische und ärztliche Psychoanalytiker unter einem Dach. Sie versteht sich als wissenschaftliche Fachgesellschaft und Berufsverband zugleich. Sie stellt Grundanforderungen für die Aus- und Weiterbildung von Psychoanalytikern und tiefenpsychologisch fundiert arbeitenden Psychotherapeuten auf und vertritt die Standes- und Berufsinteressen ihrer ca. 3.500 Mitglieder.