

WISSEN



WEGE AUS DER DEPRESSION

Eva Mückstein: Psychotherapie wirkt nachhaltig.

Rund 700.000 Menschen in Österreich – etwa acht Prozent der Bevölkerung – leiden an einer behandlungsbedürftigen Depression. Doch nur 17 Prozent der Depressiven erhalten eine adäquate Behandlung. Dabei kommt Nichtbehandlung volkswirtschaftlich wesentlich teurer: Depressionen sind für etwa ein Fünftel aller Frühpensionierungen verantwortlich. Dazu kommt, dass nicht behandelte Depressionen der häufigste Grund für einen Suizid sind. Das gängige Bild, dass Depressionen meist nur mit Medikamenten zu behandeln sind, ist falsch.

Die Forschung belegt die Wirksamkeit von Psychotherapie bei Depressionen.

Die Forschung belegt, dass die Psychotherapie als eigenständige wissenschaftliche Disziplin und Behandlungsmethode bereits bei einer leichten Depression wirksam ist. Das Erarbeiten der Ursachen und das Verstehen der Depression im lebensgeschichtlichen Zusammenhang führt zu einer nachhaltigen Besserung. Meist wirkt die Kombination aus Psychotherapie plus Medikamenten am besten. Leider stellt aber ein durchschnittlicher Selbstbehalt von 50 Euro pro Therapiestunde eine Riesenhürde für viele dar. Daher fordern wir von der Gesundheitspolitik eine flächendeckende Versorgung mit Psychotherapie auf Krankenschein.

DR. EVA MÜCKSTEIN, Psychotherapeutin und Klinische Psychologin, Präsidentin des Österreichischen Bundesverbandes für Psychotherapie (ÖBVP).

In der Spur der Entdecker



DURCH DIE EISWILDNIS. Christoph Höhenreich (r.) mit Kopien historischer Stiche.

NORDPOLAR-EXPEDITION. Die legendäre österreichisch-ungarische Nordpolarexpedition unter Karl Weyprecht und Julius Payer (1872-74) entdeckte und erforschte den letzten weißen Flecken der Erde – Franz Josef Land. 130 Jahre später folgten der Geograf und Bergführer Christoph Höhenreich zusammen mit seinem Tiroler Landsmann Robert Mühlthaler sowie zwei Russen den Spuren dieser k. u. k. Expedition. Mit Skiern, Zelt und Pulkaschritten (gr. Bild) durchquerte das Quartett die Eiswildnis der nördlichsten Inselgruppe Eurasiens. Ihre Erlebnisse hat Höhenreich im Bildband „Expedition Franz Josef Land. Auf den Spuren der Entdecker nach Norden“ (Frederking & Thaler, 192 S., € 39,80) zusammengefasst.

GEO-ATLAS zum UNO-Jahr des Planeten Erde



Geowissenschaften.

Als Beitrag zum von der UNO für 2008 proklamierten „Internationalen Jahr des Planeten Erde“

gibt die Geologische Bundesanstalt den *Geo-Atlas Österreich* (Böhlau-Verlag, € 19,90) heraus. Das Werk beleuchtet 42 Themen mit geowissenschaftlichem Schwerpunkt und ist eine wichtige Ergänzung zu anderen Atlanten.

Deutsche E-PÄSSE mit Technik aus Österreich

Elektronik. Mit High Tech aus Österreich ist die zweite Generation der elektronischen Reisepässe in Deutschland bestückt. Die Kontaktlostechnologie für die neuen Smart-Chips, die auch zwei Fingerabdrücke speichern, kommt aus dem NXP-Kompetenzzentrum für Identifikationslösungen im steirischen Gratkorn.

