

Die aktuellen Krisen - Klima, Pandemie, Krieg Was machen sie mit uns?



Dr.med. Barbara Hochstrasser, M.P.H:
Privatklinik Meiringen, Schweiz

Symposium Schweizer
Expertennetzwerk für Burnout

2.11.23

barbara.hochstrasser@privatklinik-meiringen.ch



Club of Rome* 2052-A Global Forecast for the Next Forty Years

Privatklinik 
Meiringen

1972 **The Limits of Growth**: Wachstum führt zum Zerschleiss der natürlichen Ressourcen

2012 **A Global Forecast for the Next Forty Years**“ Kampagne 2023
Kernaussagen:

Die Menschheit hat noch ein **40jähriges Zeitfenster**, um die schlimmsten negativen Konsequenzen der jahrzehntelangen Überkonsumation zu vermeiden

Der Anpassungsprozess der Menschheit an die **Grenzen des Planeten Erde** könnte **zu langsam** sein, um den Verfall des Planeten zu bremsen

- * Internationale non-profit Organisation mit 100 Vollmitgliedern bestehend aus ausgewählten
- Staatsmännern, UN-Vertretern, Politiker, Diplomaten, Wissenschaftlern, Ökonomen
- und Wirtschaftsvertretern



Kernaussagen Global Forecast 2052

Zur Zeit **übersteigt** der Anspruch des Menschen an die Bio-Sphäre **die globale Bio-Kapazität um 40%**.

Die Gesamtpopulation wird wachsen bis zu einer **Spitze von 8.1 Billionen im Jahr 2042**, und danach abnehmen auf Grund einer schnellen Abnahme der Fertilität im urbanen Raum

Der **globale Energieverbrauch** wird seinen **Höhepunkt 2040** erreichen auf Grund der konstanten Steigerung der Energieeffizienz

- * Internationale non-profit Organisation mit 100 Vollmitgliedern bestehend aus ausgewählten
- Staatsmännern, UN-Vertretern, Politiker, Diplomaten, Wissenschaftlern, Ökonomen
- und Wirtschaftsvertretern



Kernaussagen Global Forecast 2052

Der **CO2 Ausstoss wird seine Höhepunkt 2030** erreichen auf Grund der Verlagerung auf Energie- und Wärmequellen mit niedrigem CO2 Anteil. (Ärmere Ländern werden wohl weiterhin CO2 haltige Energiequellen benutzen)

Die CO2 Emission wird trotzdem wachsen, und die **globale mittlere Temperatur wird um 2050 die Gefahrenzone von +2 Grad Celsius überschreiten, sowie 2080 eine Spitze von +2.8 Grad Celsius erreichen**

Das könnte einen sich selbst erhaltenden **unaufhaltsamen Aufwärmungs-Prozess auslösen** mit einem **Kollaps des Planeten im zweiten Teil des 21. Jahrhunderts**

- * Internationale non-profit Organisation mit 100 Vollmitgliedern bestehend aus ausgewählten
- Staatsmännern, UN-Vertretern, Politiker, Diplomaten, Wissenschaftlern, Ökonomen
- und Wirtschaftsvertretern

Die Klimakrise ist schon längst da

In den 5 Dekaden zwischen 1970 und 2020 haben die Umweltkatastrophen zugenommen. 50% davon ereigneten sich seit 2003 und gesamthaft sind ca 5 Billionen Menschen davon betroffen (*)



: Konstantinos Tsakalidis / SOOC

Feuerbrände auf Euböa Sommer 2023



Überschwemmung auf Euböa 26..9.23

Die Klimakrise ist schon längst da



Tornado Hurrikan in Baden- Würthenberg



Hurrikan in Florida



BH



Die Klimakrise ist schon längst da



BH-2.11.23

Gletscherschmelze



Murgang Brienz BE – 2005 BE .2 Tote, Evakuierung, Sachschäden



Erdrutsch Brienz GR 2023

Psychische Gesundheit und Klimaveränderungen

Positionspapier der WHO (2022)

Klimabedingte Krankheiten, vorzeitige Todesfälle, Mangelernährung in allen Formen, **Bedrohung der mentalen Gesundheit** und des Wohlbefindens nehmen zu

Global gesehen weisen die Gesundheitssysteme wenige Ressourcen auf, und ihre Fähigkeit, auf Klimawandel zu reagieren, ist schwach ausgeprägt. Besonders ungenügend sind die Ressourcen, bei Störungen der mentalen Gesundheit Unterstützung zu geben (1)

50% der jungen Erwachsenen in den USA fühlen sich durch die Verzweiflung über den Klimawandel in ihrem täglichen Leben belastet (2). Die Mehrheit der Amerikaner bezeichnet sich als sehr oder beträchtlich besorgt über den Klimawandel(3)

Mental health and climate change: policy brief ISBN 978-92-4-004512-5 (electronic version) © **World Health Organization 2022**. Some rights reserved. This work is available under the CC BY-NC-SA 3.0 IGO licence. ISBN 978-92-4-004513-2 (print version)

1) IPCC 6th assessment report: Climate change 2022, Impacts, Adaptation and Vulnerability. IPCC; 2022.

(https://www.ipcc.ch/report/ar6/wg2/downloads/report/IPCC_AR6_WGII_FinalDraft_FullReport.pdf).

2) American Psychological Association. Majority Of US Adults Believe Climate Change Is Most Important Issue Today [Press release]

BH-2.11.23 <https://www.apa.org/news/press/releases/2020/02/climate-change>. Published 2020. Accessed January 17, 2023

3) Leiserowitz, A., Maibach, E., Rosenthal, S., Kotcher, J., Carman, J., Neyens, L., et al, Dramatic Increase In Public

Beliefs And Worries About Climate Change. Yale University and George Mason University. New Haven, <https://climatecommunication.yale.edu/publications/dramatic-increase-in-public-beliefs-and-worries-about-climate-change/>. Published 2021.

Medizinische Folgen von Klimakatastrophen

Stressreaktion

Die meisten Menschen fühlen sich nach einer klimabedingten Notsituation aufgewühlt, können aber damit konstruktiv umgehen, sobald ihre Grundbedürfnisse befriedigt sind und sie sich in Sicherheit befinden (1,2)

Klimabedingte Ereignisse können jedoch grosses emotionales Leiden verursachen (2,4,5,6,7)

1 Clayton S, Manning CM, Krygsman K & Speiser M. Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance. Washington, D.C.: American Psychological Association, and ecoAmerica; 2017 (<https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>).

2: Bell JE, Herring SC, Jantarasami L, Adrianopoli C, Benedict K, Conlon K et al. Ch. 4: Impacts of Extreme Events on Human Health. The Impacts of Climate Change on Human Health in the United States: A Scientific Assessment. Washington, D.C.: U.S. Global Change Research Program; 2016 (https://health2016.globalchange.gov/low/ClimateHealth2016_04_Extremes_small.pdf).

3. Cianconi P, Betrò S & Janiri L. The Impact of Climate Change on Mental Health: A Systematic descriptive review. Front. Psychiatry. 2020;11:74. doi:10.3389/fpsy.2020.00074.

4. Bourque F & Cunsolo Willox A. Climate change: the next challenge for public mental health? Int Rev Psychiat. 2014;26(4): 415–422. doi:10.3109/09540261.2014.925851

5: Clayton S, Manning CM, Krygsman K & Speiser M. Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance. Washington, D.C.: American Psychological Association, and ecoAmerica; 2017 (<https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>).

6. Carroll B, Morbey H, Balogh R & Araoz G. Flooded homes, broken bonds, the meaning of home, psychological processes and their impact on psychological health in a disaster. Health and Place. 2009;15(2):540–547. doi:10.1016/j.healthplace.2008.08.009

7. Bell JE, Herring SC, Jantarasami L, Adrianopoli C, Benedict K, Conlon K et al. Ch. 4: Impacts of Extreme Events on Human Health. The

Medizinische Folgen von Klimakatastrophen

Stressbedingte medizinische Folgeerkrankungen

Stressbedingte Beeinträchtigung der Immunreaktion sowie erhöhte Vulnerabilität bezgl Luftverschmutzung und Erkrankungen auf Grund von verschmutztem Wasser (8, 9,10)

Schlafstörungen auf Grund von Stress können somatische Erkrankungen verschlimmern und zur einer Verschlechterung des psychischen Befinden führen.

Psychologischer Stress kann das Risiko für kardiovaskuläre, autoimmune und möglicherweise Krebs-Erkrankungen erhöhen (11-13)

8. Alderman K, Turner LR & Tong S. Floods and human health: a systematic review. *Environ Int.* 2012;47: 37–47. doi:10.1016/j.envint.2012.06.003. 9. Simpson DM, Weissbecker I, Sephton SE. Extreme weather-related events: Implications for mental health and well-being. In I. Weissbecker(ed.), *Climate change and human well-being: Global challenges and opportunities.* New York, NY: Springer; 2011
- 10.. Morey JN, Boggero IA, Scott AB, Segerstrom SC. Current Directions in Stress and Human Immune Function. *Curr Opin Psychol.* 2015;5:13–17. doi:10.1016/j.copsyc.2015.03.007 12.Abate M, Citro M, Caputo M, Pisanti S, Martinelli R. Psychological Stress and Cancer: New Evidence of An Increasingly Strong Link. *Transl Med UniSa.* 2020;23:53-57. 13.De Blois J, Kjellstrom T, Agewall S et al (2015). The Effects of Climate Change on Cardiac Health. *Cardiology*, 131:209-217. doi: 10.1159/000398787.

Medizinische Folgen von Klimakatastrophen

Psychische Störungen

Studien belegen die Entwicklung von Depressionen und Angststörungen nach extremen Wetterereignissen (14,15)

Belastete soziale Beziehungen

Klimabezogenen Gefahrenereignisse führen zu Belastungen in interpersonelle Beziehungen und zu erhöhter Gewalt in intimen Beziehungen (15,16,17)

Klimabedingte Trennung und Verbindungsverlust zu Personen, die soziale Unterstützung geben (zB bei Kindern, die in eine andere Schule gebracht wurden (18)

14. Berry HL, Bowen K & Kjellstrom T. Climate change and mental health: a causal pathways framework. *Int J Public Health*. 2010;55(2):123–132. doi:10.1007/s00038-009-0112-0

15: Hayes K & Poland B. Addressing Mental Health in a Changing Climate: Incorporating Mental Health Indicators into Climate Change and Health Vulnerability and Adaptation Assessment. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15:1806. doi: 10.3390/ijerph15091806

16: Clayton S & Manning C. *Psychology and Climate Change: Human Perceptions, Impacts, and Responses*. London: Academic Press; 2018.

17: Simpson DM, Weissbecker I, Sephton SE. Extreme weather-related events: Implications for mental health and well-being. In I. Weissbecker (ed.), *Climate change and human well-being: Global challenges and opportunities*. New York, NY: Springer; 2011

18: Kousky C. Impacts of natural disasters on children. *Future Child*. 2016;26:73–92. (<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1101425.pdf>).

Medizinische Folgen von Klimakatastrophen

Hilflosigkeit, Angst und Trauer

Die Wahrnehmung der zunehmenden kritischen Folgen des Klimawandels kann zu Zukunftssorgen, gepaart mit einem Gefühl der Hilflosigkeit und der Verzweiflung, führen (19,20)

Manche Menschen empfinden das Gefühl von Verlust, Hilflosigkeit und Frustration, weil sie die Klimaveränderungen nicht bremsen oder tatsächlich etwas ändern können (15)

Manche jungen Menschen fühlen sich zunehmend belastet und , betrogen, und empfinden einen Mangel an Vertrauen in die Regierung und die Politik angesichts deren mangelnden Aktion zur Bremsung des Klimawandels (21)

15. Hayes K & Poland B. Addressing Mental Health in a Changing Climate: Incorporating Mental Health Indicators into Climate Change and Health Vulnerability and Adaptation Assessment. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15:1806. doi: 10.3390/ijerph15091806
19. Albrecht G, Sartore G, Connor L, Higginbotham N, Freeman S, Kelly B, Stain H, Tonna A & Pollard G. Solastalgia: the distress caused by environmental change. *Australas Psychiatry*. 2007; 15 Suppl 1:S95–S98.
- 20: Clayton S, Manning CM, Krygsman K & Speiser M. Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance. Washington, D.C.: American Psychological Association, and ecoAmerica; 2017 (<https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>).
- 21: Hickman C, Marks E, Pihkala P, Clayton S, Lewandowski E, Mayall E et al. Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. *Lancet Planet Health*. 2021;5(12):e863-73 doi:10.1016/S2542-5196(21)00278-3.

Medizinische Folgen von Klimakatastrophen

Erhöhtes Suizidrisiko

Das Suizidrisiko scheint höher zu sein bei Menschen, die wiederholt Umweltkatastrophen erlebt haben (22, 23)

Zunahme der Umgebungstemperatur konnte in verschiedenen Ländern mit einer erhöhten Suizidrate verknüpft werden (24, 25,26)

22: Berry HL, Bowen K & Kjellstrom T. Climate change and mental health: a causal pathways framework. *Int J Public Health*. 2010;55(2):123–132. doi:10.1007/s00038-009-0112-0

23. Norris F, Friedmann M, Watson P, Byrne C, Diaz E & Kaniasty K. 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981–2001. *Psychiatry*. 2002;65(3):207–239. doi:10.1521/psyc.65.3.207.20173.

24. Burke M, González F, Baylis P. Higher temperatures increase suicide rates in the United States and Mexico. *Nat Clim Chang*. 2018;8:723–729. doi:10.1038/s41558-018-0222-x.

25. Kim Y, Kim H, Gasparrini A, Armstrong B, Honda Y, Chung Y et al. Suicide and Ambient Temperature: A Multi-Country Multi-City Study. *Environ Health Perspect*. 2019;127(11):117007. doi:10.1289/EHP4898.

26. Parks RM, Bennett JE, Tamura-Wicks H. Anomalously warm temperatures are associated with increased injury deaths. *Nat Med*. 2020;26:65–70. doi:10.1038/s41591-019-0721-y.

27: Augustinavicius J, Lowe S, Massazza A, Hayes K, Denckla C, White R, Cabán-Alemán C, Clayton S, Verdelli L, Berry H. Global climate change and trauma: An International Society for Traumatic Stress Studies Briefing Paper. Washington: International Society of Traumatic Stress Studies; 2021 (<https://istss.org/public-resources/istss-briefing-papers/briefing-paper-global-climate-change-and-trauma>).

28: Sanson A & Bellefleur M. Children and youth in the climate crisis. *BJ Psych Bull*. 2021;45(4):205–209. doi: 10.1192/bjb.2021.16.

Neue Begriffe

- Öko-Trauer Gefühl der Trauer in Anbetracht des Klimawandels
- Öko-Angst Gefühl der Angst in Anbetracht des Klimawandels, inklusive Verlust einer stabilen Zukunft
- Solastalgie Nostalgie bezüglich des Verlust des traditionellen Lebensstils oder einer lieb gewonnenen Landschaft aus der Kindheit, welche durch den Klimawandel zerstört wurde

Klimaaktivist/in



Greta Thunberg

Klima Aktionen

Klima Aktion kann einen positiven Effekt auf das psychische Befinden haben (27), aber auch die Stressbelastung erhöhen (28)



Klima Aktivisten kleben sich auf die Strasse,
Basler Zeitung-Sommer 2023



Die Anhörung der Klimaklage der Schweizer Klimaseniorinnen vor der Grossen Kammer des Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte in Strassburg fand am 29. März 2023 statt.

27: Augustinavicius J, Lowe S, Massazza A, Hayes K, Denckla C, White R, Cabán-Alemán C, Clayton S, Verdeli L, Berry H. Global climate change and trauma: An International Society for Traumatic Stress Studies Briefing Paper. Washington: International Society of Traumatic Stress Studies; 2021 (<https://istss.org/public-resources/istss-briefing-papers/briefing-paper-global-climate-change-and-trauma>).

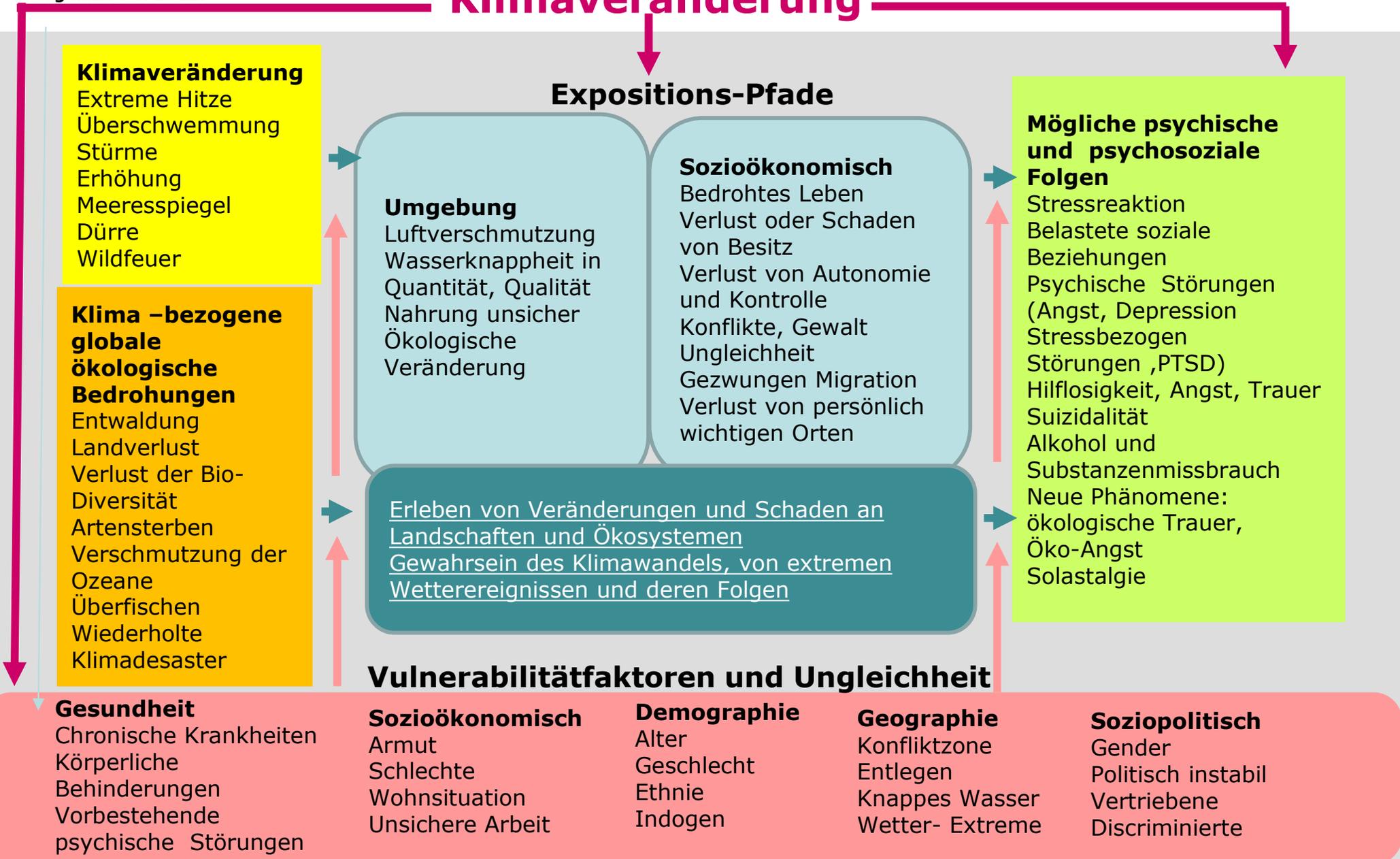
28: Sanson A & Belleomo M. Children and youth in the climate crisis. BJ Psych Bull. 2021;45(4):205–209. doi: 10.1192/bjb.2021.16.

Psychische Gesundheit und Klimaveränderungen: Position der WHO (2022)

Mental health and climate change: policy brief ISBN 978-92-4-004512-5 (electronic version) © **World Health Organization 2022.**

Privatklinik 
Meiringen

Klimaveränderung



Covid 19 Pandemie und psychische Gesundheit (WHO)



Im ersten Jahr der Covid-19 Pandemie zeigte die globale Prävalenz von Angststörungen und Depression einen massiven Anstieg von 25%

Mögliche Auslöser:

Stress bedingt durch Isolation, Beeinträchtigung bezüglich Arbeit, reduzierte Verfügbarkeit von sozialer Unterstützung und Einbindung in der Gemeinde

Einsamkeit, Angst vor einer Infektion, dem Leiden, dem eigenen Tod oder der Tod von lieben Bezugspersonen, Trauer nach Verlust und finanzielle Sorgen, welche zu Angst und Depression führen können. Bei Gesundheitspersonal zeigte sich Erschöpfung als einen Trigger für Suizidalität

Junge Menschen zeigten ein disproportionaleres Risiko für **Selbstverletzung und Suizidalität**

Frauen und **Menschen mit körperliche Erkrankungen** waren stärker betroffen

Obsan Bericht: Psychische Gesundheit in der Schweiz, Herbst 2022



Häufigkeit psychische Probleme letzte 12 Monate	35%
Essstörungen	13%
Depression mittel bis schwer	12%
Angst mittel bis schwer	09%
Soziale Phobie	10%
ADHS	06%
Zwangs, Panik oder phobische Störung	02-04%

Jede 8. Person (13.5%) hat schwere Symptome mit
Alltagseinschränkungen oder Suizidalität

52% der Bevölkerung sind frei von Symptomen

Obsan Bericht: Psychische Gesundheit Herbst 2022



Je höher das Alter, desto besser ist die psychische Gesundheit

Im Vergleich zum Durchschnitt der Bevölkerung sind die 15-24jährigen durchwegs mehr psychisch belastet, zB. mittelschwere bis schwere Angstsymptome:

Durchschnitt: 9%, **15-24jährige: 17%**

Bei 15-24jährigen Frauen: Selbstverletzung 11%, Suizid erwogen 14%

Junge Männer: Mittel/Schwere Depression **15%**
Bevölkerungsdurchschnitt 12%

Schwere Symptomausprägungen werden von 36% der jungen Frauen und von 15% der jungen Männer berichtet

Obsan Bericht: Psychische Gesundheit Herbst 2022



Im Vergleich zu vor der Pandemie hat sich die psychische Gesundheit eher verschlechtert und nicht erholt

Weniger glückliche oder sehr zufriedene Personen

Mittelschwere bis schwere Depressionen sind häufiger
(2017: 9%; 2022: 12%)

Einsamkeitsgefühle (2017: 5%; 2022:14%), besonders bei jungen Frauen (2022:32%) und jungen Männern (2022:22%)

Die junge Bevölkerung ist im Herbst 2022 weiterhin stärker belastet als vor der Covid 19 Pandemie

Effekte von Krieg auf das psychische Befinden



Ukraine



Ukraine



BH

Ukraine



Palästina

Effekte von Krieg auf das psychische Befinden

Heutzutage gibt es um die 40 gewaltsame Konflikte und etwa 1% der Weltbevölkerung sind Flüchtlinge oder Vertriebene (1)

24.4.2022 Einfall Russlands in die Ukraine

Seither gab es mehr als 10 000 zivile Opfer, nahezu 5000 Tote und 6000 Verletzte

Neben den Verlusten von Militärangehörigen und zivilen Opfern, hat der Krieg auch weitreichenden Konsequenzen, wie finanzielle, infrastrukturelle, geopolitische und **gesundheitsbezogene Folgen**.(2)

Abscheulichkeiten wie aussergerichtliche Exekution, Folter, Verschleppung, Geiselnahme, sexuelle Gewalt generieren **Terror**, was die Kontrolle über die Bevölkerung maximiert, ebenso wie die mutwillige Zerstörung des sozialen, ökonomischen und kulturellen Lebens (2)

Effekte von Krieg auf das psychische Befinden

Betroffene sind nicht nur die **Soldaten**, weitere **Militärangehörige** oder Veteranen, sondern in einem grossen Ausmass auch die **zivile Bevölkerung**.

Militärangehörigen werden selektioniert, ausgebildet und trainiert. Die Zivilbevölkerung oder Flüchtlinge sind "untrainiert" und einem höheren Risiko ausgesetzt, psychische Störungen zu entwickeln, die auch **transgenerational** weitergegeben werden können, was sehr langdauernde Effekte nach sich ziehen kann

Sowohl das Militär als auch die Zivilbevölkerung leiden an ähnlichen traumabedingten psychischen Störungen wie **PTSD**, **Depression**, **Angst**, **Sustanzabhängigkeit**, **Somatisierung**, **Chronische Schmerzen**, **Dissoziation**, **psychosoziale Funktionsstörungen** und **Suizidalität**.

Digitale Medien wie soziale Medien, Internet etc können zusätzlich ein Gefühl von Instabilität und Angst verbreiten

Die psychologischen Konsequenzen des Kriegs bei der Zivilbevölkerung der Ukraine

Online Untersuchung während der ersten Phase der russischen Invasion (19-31März 2022) zu psychologischen Symptomen in der Zivilbevölkerung der Ukraine

52.7% Psychischer Stress

54.1% Angst

46.8% Depression

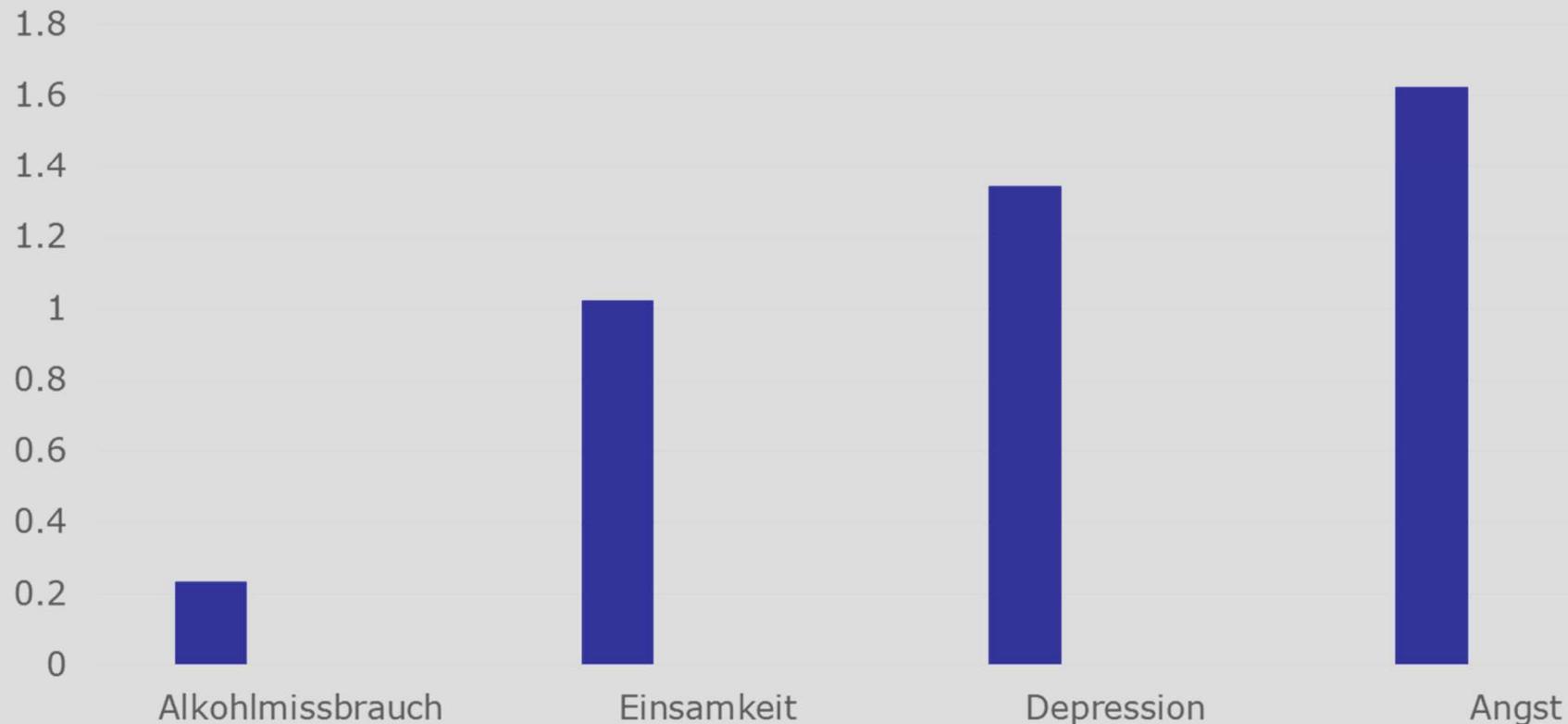
12.1% Schlafstörung

Frauen, Personen im urbanen Raum, Personen mit Kindern oder älteren Familienangehörigen, Personen in Gebieten, die russisch besetzt waren, zeigten höhere Raten

Xu E. et al, 2023 ,Mental Health Symptoms and coping strategies among Ukrainians during the Russia-Ukraine war in March 2022, Int J Soc Psychiatry,

Die psychologischen Konsequenzen des Kriegs bei der Zivilbevölkerung der Ukraine

Änderung psychischer Symptome seit Russischer Invasion (Zeitspanne 5-7 Monate)



Untersuchung von erwachsenen Eltern mit Kind zu Symptomen psychischer Störungen (Fragebogen)

Psychologische Folgen von Krieg in Nicht-Kriegsgebieten

Querschnitt Untersuchung zu psychologischen Symptomen bei tschechischen Studenten in Bezug zum Russland-Ukraine Krieg (RUW-22)

(N=591, Standardisierte Screeninginstrumente (Angst:GAD-7; Depression: PHQ-9, Skala zur Betroffenheit: 0=gar nicht betroffen; 10=extrem betroffen)

Die Mehrheit der Studenten waren sehr betroffen durch Nachrichten über den RUW-22, mit einer **mittlerer Betroffenheit von 7.17 (+/-2.5)**

34% der Studenten zeigten **mittlere bis hohe Werte von Angst**

40.7% der Studenten zeigten **mittlere bis hohe Werte von Depressivität**

Hohe Korrelation: Betroffenheit/Angst (P=0.454) und Betroffenheit/Depression (p=0.326)

Frauen und Personen mit hoher Frequenz bzgl Nachrichten und sozialen Medien hatten höhere Werte bei Angst und Depression

Auswirkungen des Kriegs in der Ukraine in der Schweiz

Mehr Waffenkäufe
Höheres Budget für die Armee = Folge von Angst und erhöhtem
Sicherheitsbedürfnis ?

Energieknappheit in Europa
Verteuerung, Inflation Führt zu Ärger, Verunsicherung und
Lieferengpässe Angst

Wegen Krieg und Inflation – psychische Probleme von jungen Menschen so akut wie nie - 20 Minuten

Bei Pro Juventute zeigt man sich besorgt. «Es gibt eine starke Zunahme bei der psychischen Belastung und bei Suizidgedanken von Kindern und Jugendlichen. Im ersten Quartal dieses Jahres habe man zudem bei den Beratungen zu Ängsten generell eine Zunahme um 30 Prozent im Vergleich zum Vorjahr gesehen «Mit dem Ukrainekrieg verstärken sich die Ängste bei der jungen Generation», sagt Musliu-Shahin.

Danke für
Ihre Aufmerksamkeit

Privatklinik 
Meiringen

