



Resolution

zum Thema „Mentale Gesundheit“

vom 09.03.2026

Gemäß der WHO-Gesundheitsdefinition wird die psychische Gesundheit definiert als „Zustand psychischen Wohlbefindens, in dem der Einzelne seine Fähigkeiten ausschöpfen, die normalen Lebensbelastungen bewältigen, produktiv und fruchtbar arbeiten kann und imstande ist, etwas zu seiner Gemeinschaft beizutragen“. (Quelle: https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1) Entsprechend dieser Definition lässt sich ableiten, dass die psychische Gesundheit neben dem körperlichen und sozialen Wohlbefinden einen wesentlichen Aspekt der menschlichen Gesundheit darstellt. Demnach lässt dieser Zusammenhang die Schlussfolgerung zu, dass es keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit gibt. (vgl. Zweiter bayerischer Psychiatriebericht)

Psychische Störungen äußern sich ausgesprochen vielfältig und die Gründe für deren Entstehung sind komplex und multifaktoriell. Ursächlich hierfür ist meistens das Zusammenspiel unterschiedlicher Faktoren aus dem biologischen, psychischen und sozialen Bereich, die in Wechselbeziehung zueinanderstehen. Wie bei somatischen Krankheitsbildern spielen auch bei psychischen Störungen Risikofaktoren, die eine Belastung für die psychische Gesundheit darstellen und psychische Störungen begünstigen können, bzw. Schutzfaktoren, die ebenfalls zeitlich vor dem Auftreten von psychischen Störungen vorliegen und die Wirkung von Risikofaktoren abmildern oder aufheben können, eine wesentliche Rolle.

Psychische Störungen betreffen nicht nur eine kleine Minderheit, sondern viele Menschen: Deutschlandweit zeigen in Studien etwa 23 % der Heranwachsenden psychische Auffälligkeiten und fast 28 % der Erwachsenen leiden im Laufe eines Jahres an einer klinisch relevanten psychischen Störung, im Laufe des Lebens sogar die Hälfte aller Menschen. Langfristig sind die Erkrankungshäufigkeiten eher stabil. Die Fälle im Versorgungssystem nehmen jedoch kontinuierlich zu. Insbesondere das psychische Befinden von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen hat sich mit dem Beginn der Corona-Pandemie verschlechtert, sodass damit einhergehend psychische Erkrankungen wie Depressionen und Angsterkrankungen zugenommen haben. (vgl. Zweiter bayerischer Psychiatriebericht)

Vor diesem Hintergrund trifft der Bayerische Landesgesundheitsrat folgende Feststellungen:

- Der Bayerische Landesgesundheitsrat verweist auf den erforderlichen Ausbau von niedrighschwelligen und schnell verfügbaren Angeboten im Bereich der Regulationsstörungen und Interaktionsstörungen in der frühen Kindheit, die auf die schnelle Entwicklung von Babys und Kleinkindern ausgerichtet sind, wie z. B. die sogenannten „Baby- und Kleinkindsprechstunden“ und auf die Stärkung der Zusammenarbeit mit Hebammen/Familienhebammen.
- Der Bayerische Landesgesundheitsrat plädiert dafür, dass analog zur bereits weitgehend flächendeckend etablierten Vorhaltung psychoonkologischer Konsil- und Liasondienste in onkologischen Zentren auch in allen anderen somatischen Fachabteilungen unabhängig von möglicherweise vorhandenen psychiatrischen Konsildiensten, die sich um psychiatrische Störungen i. e. S. kümmern, psychosomatische Konsil- und Liasondienste vorgehalten werden sollten, welche entsprechend gegenzufinanzieren sind. Diese sollen die Patienten bei der Bewältigung komplexer somatischer Erkrankungen mit anhaltend belastenden psychischen und körperlichen Beschwerden unterstützen und bei Bedarf auch Unterstützung für belastete Behandler teams anbieten können.
- Dem Bayerische Landesgesundheitsrat ist die Förderung von Präventionsangeboten auf allen Ebenen – individuell, institutionell, gesellschaftlich und politisch – sowie die weitere Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen ein weiteres wichtiges Anliegen. Der Bayerische Landesgesundheitsrat begrüßt in diesem Zusammenhang den Masterplan Prävention für den Freistaat, der die Förderung der psychischen Gesundheit als zweites von zehn zentralen gesundheitlichen Zielen aufführt.
- Der Bayerische Landesgesundheitsrat unterstützt Maßnahmen zur Sicherstellung der psychischen Versorgung insbesondere in strukturschwachen Regionen. Dies erfordert ausreichend personelle sowie sachliche Ressourcen, um behandelnd tätig zu sein.
- Der Bayerische Landesgesundheitsrat spricht sich für die Stärkung der multiprofessionellen Zusammenarbeit der für die Mental-Health-Versorgung relevanten Berufsgruppen in den Bereichen der Psychiatrie, Psychotherapie, Sozialarbeit, Pflege und weitere Gesundheitsberufe aus. Diese müssen künftig noch enger und strukturierter zusammenarbeiten. Diese multiprofessionellen Teams sind flächendeckend zu etablieren und durch entsprechende Rahmenbedingungen zu unterstützen.

- Der Bayerische Landesgesundheitsrat stellt fest, dass die psychische Resilienz der Bevölkerung durch die Förderung individueller und kollektiver Ressourcen zur besseren Bewältigung von Belastungen und Krisen zu stärken ist.
- Dem Bayerische Landesgesundheitsrat ist die Sicherstellung und der Ausbau von Psychotherapieplätzen, um den steigenden Bedarf gerecht zu werden, ein weiteres wichtiges Anliegen.
- Die Kassenärztliche Vereinigung Bayerns sowie die Bayerische Landesärztekammer unterstützen die Forderung nach der Stärkung der ärztlichen Primärversorgung durch gezielten Ressourcenaufbau. Vor dem Hintergrund, dass die Hausärzte in der Regel die erste Anlaufstelle für Menschen mit psychischen Belastungen darstellen und bis zu 60 % der Betroffenen ausschließlich in der Primärversorgung betreut werden ist die Stärkung der „Psychosomatischen Grundversorgung“ sowie der Ausbau von Teampraxen, in denen qualifizierte Medizinische Fachangestellte und weitere nicht-ärztliche Gesundheitsberufe die Versorgung unterstützen, entscheidend.

Die darüber hinaus erforderliche oder begleitende intersektorale Versorgung durch Fachärzte, Psychotherapeuten oder weitere entsprechend qualifizierte Gesundheitsfachberufe im Rahmen der Delegation ist ebenfalls zu stärken.

- Der Bayerische Landespflegerat, die Vereinigung der Pflegenden in Bayern, die bayerischen Hochschulen mit pflegewissenschaftlichem Studiengang, die Freie Wohlfahrtspflege Bayern unterstützen die Forderung nach der Stärkung einer koordinierten, patientenzentrierten und interprofessionellen Primärversorgung durch gezielten Ressourcenaufbau. Vor dem Hintergrund, dass Menschen mit psychischer Belastung an unterschiedlichen Stellen ins Gesundheitssystem eintreten, ist die Stärkung interdisziplinärer Teams und der sektorenübergreifende Austausch entscheidend.

Dazu gehören u. a. bereits vorhandene Strukturen wie Hausarztpraxen, ambulante Pflegedienste, Vor-Ort-Apotheken, Gesundheitsregionen als auch neue Versorgungswege wie Community Health Nurses und School Nurses u. v. m.

- Der Bayerische Landesgesundheitsrat erkennt die Notwendigkeit der systematischen Feststellung psychosozialer Risiken am Arbeitsplatz und damit einhergehend der Schaffung einer gesunden Arbeitskultur, beispielsweise durch Fort- und Weiterbildung zu Themen wie Überlastung, Burnout und Mobbing.
- Der Bayerische Landesgesundheitsrat verweist auf die Intensivierung der Forschung zu Ursachen, Trends und neuen Formen psychischer Belastungen – insbesondere in Zusammenhang mit digitalen Medien, Krisen oder Aggression.
- Dem Bayerischen Landesgesundheitsrat ist die Stärkung der mentalen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ein weiteres wichtiges Anliegen und verweist in diesem Zusammenhang auf Pflege- und Erziehungsdienst in der Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie in der Jugendhilfe, welcher wesentlich dazu beiträgt, Stabilität, Beziehung und Alltagsorientierung zu ermöglichen. Zudem ist wichtig darauf hinzuweisen, dass bislang keine anerkannte, fachlich geregelte Weiterbildung für diesen Tätigkeitsbereich existiert.
- Der Bayerische Landesgesundheitsrat spricht sich für Maßnahmen zur Attraktivitätssteigerung der Weiterbildung im Bereich der ambulanten Psychotherapie aus. Hierzu gehört u. a. eine ausreichende Finanzierung der Weiterbildung.

Der Bayerische Landesgesundheitsrat hat den gesetzlichen Auftrag, den Bayerischen Landtag und die Bayerische Staatsregierung in allen Fragen des Gesundheitswesens zu beraten. Er setzt sich aus Vertreterinnen und Vertretern der Fraktionen des Bayerischen Landtags sowie auf dem Gebiet des Gesundheitswesens tätiger Körperschaften und Verbände zusammen.

Weitere Informationen zum Bayerischen Landesgesundheitsrat finden Sie im Internet unter www.landesgesundheitsrat.bayern.de.