

## MEDIENINFORMATION

Greifswald, 4. Juli 2016

### Alkohol und Depressionen - Studienteilnehmer gesucht Greifswalder Wissenschaftler haben computergestütztes Hilfsangebot entwickelt

Viele Menschen kennen Phasen der Niedergeschlagenheit, Traurigkeit oder Antriebslosigkeit. Die dabei erlebte Beeinträchtigung reicht vom leichten Stimmungstief bis hin zur schwerwiegenden, behandlungsbedürftigen Depression. Auch wenn solche Phasen oft abklingen, sind Rückfälle häufig. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass langfristig viele Lebensgewohnheiten helfen können, seelisch im Gleichgewicht zu bleiben. So hat es sich zum Beispiel als hilfreich erwiesen, für ausreichend körperliche Bewegung zu sorgen oder sich bewusst Zeit für Dinge zu nehmen, die einem wichtig sind.

Am Institut für Sozialmedizin und Prävention der Universitätsmedizin Greifswald wird derzeit ein Informationsangebot entwickelt, das Betroffene mit Briefen und SMS-Kurznachrichten motivieren soll, derartige Strategien in ihrem Alltag auszuprobieren. Die für jeden Einzelnen erfolgversprechendsten Empfehlungen werden dabei über ein Computerprogramm ermittelt, das auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse die persönlichen Bedürfnisse und Lebensgewohnheiten berücksichtigt. Zur Weiterentwicklung des Angebotes sucht das Greifswalder Forscherteam unter Leitung der Universitätsprofessoren Christian Meyer und Ulrich John bundesweit Menschen, die regelmäßig Alkohol trinken und in den letzten zwölf Monaten eine Phase mit depressiven Symptomen erlebt haben. Für die Teilnahme an der Studie ist eine Aufwandsentschädigung vorgesehen.

**Interessenten werden gebeten, sich unter der kostenfreien Rufnummer 0800/58 94 662 oder per E-Mail an [gesuender-leben@uni-greifswald.de](mailto:gesuender-leben@uni-greifswald.de) zu melden.**

**Hintergrund:** Obwohl seit langem bekannt ist, dass depressive Symptome und gesundheitsriskanter Alkoholkonsum gehäuft gemeinsam auftreten und sich wechselseitig in ihrer Entstehung bedingen, fehlen bislang spezifische Beratungsansätze, die kombinierte Problemlösungen erlauben. Eine Vielzahl von Forschungsarbeiten belegt, dass motivierende Kurzberatungen durch Ärzte und medizinisches Personal Patienten effektiv bei der Veränderung ihrer Verhaltensweisen unterstützen können. Erfahrungen aus dem Versorgungsalltag zeigen aber auch, dass die Umsetzung der Beratungen im Alltag noch zu wenig gelingt. Arztentlastende Computersysteme, die am Institut für Sozialmedizin und Prävention entwickelt und erforscht werden, stellen einen möglichen Ansatz dar, der eine breitere Verfügbarkeit von Gesundheitsberatung in einem vernünftigen Kostenrahmen ermöglichen könnte.

Universitätsmedizin Greifswald  
Institut für Sozialmedizin und Prävention  
Direktor: Prof. Dr. phil. Ulrich John  
Studienleiter: apl. Prof. Dr. Christian Meyer  
Walther-Rathenau-Straße 48, 17475 Greifswald  
T +49 3834 86 77 23  
E [chmeyer@uni-greifswald.de](mailto:chmeyer@uni-greifswald.de)  
[www.medizin.uni-greifswald.de/prevention](http://www.medizin.uni-greifswald.de/prevention)  
[www.facebook.com/UnimedizinGreifswald](https://www.facebook.com/UnimedizinGreifswald)  
Twitter @UMGreifswald

