

FAKTEN PSYCHISCHE GESUNDHEIT SCHWEIZ

Versorgung

- Schon seit längerer Zeit wird in der Schweiz von einer akuten Unterversorgung in der psychotherapeutischen Grundversorgung gesprochen, wobei die Lage besonders im Kinder- und Jugendbereich akut ist. Viele Menschen sind von psychischen Erkrankungen betroffen.
- Je nach Studie berichteten im Jahr 2023 18¹ bis 35%² der Bevölkerung über psychische Probleme. Zudem wird inzwischen rund jede zweite Neurente der IV aufgrund einer psychischen Erkrankung gesprochen³. Für eine umfassende Beurteilung der ambulanten Versorgungssituation von Menschen mit psychischen Erkrankungen existieren nicht genügend Daten.
- Eine Studie⁴ zeigt, dass die Suche nach professioneller Hilfe für die mentale Gesundheit von den Betroffenen als schwierig empfunden wird. Besonders grosser Verbesserungsbedarf besteht gemäss einer weiteren Studie⁵ bei Schulkindern aus psychosozial und/oder ökonomisch benachteiligten sowie ressourcenarmen Familien.
- Eine weitere Studie⁶ kommt zum Schluss, dass nur 38% der jungen Erwachsenen mit Angst-, Depressions- und ADHS-Symptomen professionelle Hilfe in Anspruch nehmen.
- Aktuell fehlt eine solide Datenbasis, um die Versorgungslage genau zu beziffern. Ein neuer «Monitoringbericht zur Neuregelung der psychologischen Psychotherapie»⁷ des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums (Obsan) im Auftrag des BAG bestätigt jedoch, dass das Anordnungsmodell Verbesserungen angestossen hat: Heute können mehr Menschen Psychotherapie-Kosten über die Grundversicherung abrechnen und müssen diese nicht mehr selbst oder via Zusatzversicherung finanzieren. Das war ein Hauptziel und ist ein wichtiger Schritt hin zu einer Gesellschaft, in der Psychotherapie kein Luxus, sondern für alle zugänglich ist.

Prävention

- Die vorliegenden Informationen zur Versorgung lassen darauf schliessen, dass die Lage speziell bei Kindern und Jugendlichen angespannt ist und es besorgniserregende Engpässe gibt. Umso bedeutsamer sind Investitionen in die Prävention, die sich nachhaltig positiv auf die psychische Gesundheit der Bevölkerung auswirken und so die Versorgung entlasten.
- Circa die Hälfte der rund 12'000 FSP-Mitglieder sind Psycholog:innen, die im präventiven Bereich mit psychisch gesunden Menschen arbeiten. Sie unterstützen bei der Entwicklung von Kompetenzen, der Lösung bestimmter Probleme oder Bewältigung schwieriger Lebenssituationen.
- Das kann den Leidensdruck reduzieren und psychischen Erkrankungen vorbeugen. So gross das Potenzial, so verbesserungswürdig die Rahmenbedingungen: Nur die allerwenigsten Zusatzversicherungen anerkennen Psycholog:innen als Leistungserbringer im präventiven Bereich und beteiligten sich an den Kosten.
- Wird der Zugang zu psychologischen Leistungen im präventiven Bereich verbessert, können hohe Folgekosten psychischer Erkrankungen verhindert werden. Davon profitieren Wirtschaft

¹ Bundesamt für Statistik BFS (2023)

² Peter, C., Tuch, A. & Schuler, D. (2023)

³ [IV-Statistik 2024](#)

⁴ Hermann, M., John, A., Stückelberger, S. & Wenger, V. (2023)

⁵ Wyss, L. & Keller, K. (2020)

⁶ Werlen, L., Puhan, M. A., Landolt, M. A., Mohler-Kuo, M. (2020)

⁷ [Monitoring zur Neuregelung der psychologischen Psychotherapie | OBSAN](#)

und Gesellschaft besonders: Das grösste Einsparpotenzial entfällt auf höhere Produktivität und weniger krankheitsbedingte Ausfälle am Arbeitsplatz (Reduktion von Krankentagen) und bei der Sozialversicherung durch die Reduktion von IV-Renten.

Psychotherapie – Wirksamkeit und Kosten

- Menschen mit psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen oder Persönlichkeitsstörungen werden von psychologischen Psychotherapeut:innen behandelt, die seit Sommer 2022 ihre Leistungen über die obligatorische Krankenversicherung (OKP) abrechnen können. Die Zulassung zur OKP war ein bewusster und weitsichtiger Entscheid von Bundesrat und Parlament: Ein verbesserter Zugang zur psychologischen Psychotherapie und eine bessere Verfügbarkeit sind wichtige Investitionen in eine frühzeitige Behandlung psychischer Störungen. Das verhindert Chronifizierung, Klinikaufenthalte oder längere Behandlungen, was das Gesundheitsversorgungssystem entlastet und Kosten einspart. Einige Fakten dazu:
 - In den letzten Jahren wurde in der Psychologie-Forschung viel spezifisches Wissen zu psychischen Störungen entwickelt – psychologische Therapien werden immer besser und bei vielen häufigen psychischen Erkrankungen als erste Behandlungsform empfohlen.
 - Psychologische Psychotherapien sind wirksam, nachhaltig, nebenwirkungsarm und stärken das Selbstmanagement der Patient:innen. Bei häufigen psychischen Störungen wie Depression, Angststörungen, Zwangsstörungen und posttraumatischer Belastungsstörung profitieren etwa zwei von drei Patient:innen deutlich von Psychotherapie.
 - Internationale Studien zeigen, dass jeder investierte Betrag in die Behandlung von Depressionen und Angststörungen im Schnitt einen drei- bis vierfachen wirtschaftlichen Nutzen generiert.
 - Jeder investierte Franken spart langfristig rund vier Franken ein. Dabei profitieren Wirtschaft und Gesellschaft besonders: Das grösste Einsparpotenzial entfällt auf höhere Produktivität und weniger krankheitsbedingte Ausfälle am Arbeitsplatz (Reduktion von Krankentagen) und bei der Sozialversicherung durch die Reduktion von IV-Renten.
 - Zugleich sinken die direkten Gesundheitskosten, da durch frühzeitige Therapie chronische Verläufe und teure Klinikaufenthalte verhindert werden.
- Wie vorgesehen und erhofft, haben sich nach der OKP-Zulassung zahlreiche psychologische Psychotherapeut:innen selbständig gemacht, resp. neue Praxen eröffnet. Im Vorfeld warnten kritische Stimmen davor, dass es zu einer massiven Mengenausweitungen und «Kostenexplosion» kommen werde. Der fundierte Monitoringbericht des Obsan zeigt ein klares Bild:
 - Ja, die OKP-Zulassung hatte einen spürbaren Effekt. Kosten, die zuvor von Selbstzahler:innen oder Zusatzversicherungen übernommen wurden, fallen nun in der OKP an. Genau das war ein Hauptziel des Anordnungsmodells. Mit einer besseren Zugänglichkeit können auch hohe Folgekosten verhindert werden.
 - Die Kosten bewegen sich im erwarteten, überschaubaren Rahmen und machen rund 2 Prozent der gesamten OKP-Kosten aus. Durchschnittlich kosten psychologische Psychotherapien CHF 131 Millionen mehr pro Jahr als vor dem Modellwechsel. Ein Drittel der Kostensteigerung kann mit dem höheren Tarif erklärt werden, der gemäss neuem Monitoringbericht aufgrund der gestiegenen Verantwortung, zusätzlichen administrativen Aufgaben oder neu anfallenden Kosten für Infrastruktur und Weiterbildung sachgerecht und fair ist.
 - Weiter kann die Kostensteigerung auf die zunehmende Inanspruchnahme psychologischer Hilfe – eine begrüssenswerte Entwicklung – sowie das Bevölkerungswachstum zurückgeführt werden.