

PHYSIOTHERAPIE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT



1 von 4

Jeder vierte Mensch entwickelt im Laufe seines Lebens irgendeine Form von **psychischer Erkrankung**



1 von 6

Schätzungsweise jeder sechste hat in der vergangenen Woche eines der häufigen **psychischen Probleme** erlebt

Psychische Probleme stellen eine der Hauptursachen der weltweiten Krankheitsbelastung dar

Menschen mit schweren psychischen Störungen sterben im

Schnitt **10 bis 20 Jahre früher**, oftmals an **vermeidbaren, nichtübertragbaren Krankheiten** wie Herzerkrankungen, insbesondere in niedrigen und mittleren Einkommenschichten



70% aller **vorzeitigen Todesfälle** bei Patienten mit psychischen Erkrankungen werden durch eine schlechte körperliche Verfassung verursacht

Physiotherapeuten arbeiten mit Menschen, die neben langfristigen Gesundheitsproblemen möglicherweise an einer Depression leiden



20% der Patienten mit **Osteoarthritis** leiden unter Depressionen oder Angstzuständen



33% der **Schlaganfallpatienten** leiden unter Depressionen



38% der **gebrechlichen** Menschen leiden unter Depressionen

Körperliche Aktivität ist eine evidenzbasierte Behandlung von Depressionen

Vorteile =

kann vor der Entstehung einer **Depression schützen**

unter Anleitung eines Physiotherapeuten werden bessere Ergebnisse erzielt

kann die Entwicklung **psychischer Probleme** verhindern

Patienten, die an Schizophrenie oder Depressionen leiden, hören **weniger schnell mit der körperlichen Aktivität** auf, wenn sie von einem Physiotherapeuten unterstützt werden

verbessert die **Lebensqualität** und das **Selbstwertgefühl** von Menschen mit psychischen Problemen

hat bei Patienten mit Depressionen eine starke und nachhaltige **antidepressive Wirkung**

Werden Sie aktiv. Bleiben Sie aktiv. Sprechen Sie noch heute mit einem Physiotherapeuten



Bewegung für ein gesundes Leben
Welttag der Physiotherapie



World Confederation
for Physical Therapy
www.wcpt.org