



**Wir stellen vor:**

**Dr. med. Joachim Leupold**

**Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Bad Ragaz**

**Joachim Leupold ist aus tiefstem Herzen Therapeut, obwohl er ursprünglich einmal Urologe werden wollte. Dass er heute in der Schweiz praktiziert, hat zwei persönliche Gründe.**

**Sie haben seit 20 Jahren eine Praxis für Psychiatrie und Psychotherapie. Wie hat sich der Stress auf die Menschen in dieser Zeit verändert?**

Man merkt das zum Beispiel beim Autofahren. In meiner Wahrnehmung wird zunehmend aggressiv und weniger rücksichtsvoll gefahren. Jeder und jede scheint zunehmend auf sich bezogen zu sein, nicht mehr auf andere achtend. Ist es die Angst, zu kurz zu kommen, nicht wahrgenommen zu werden, sich vordrängen zu müssen, oder ist es einfach nur «Stress» beziehungsweise Zeitdruck? Alles ist schnelllebig geworden, die Margen sinken, der Druck wird immer höher in der Gesellschaft. Das führt wohl dazu, dass immer mehr Menschen psychisch erkranken. Dazu kommen die vielen Krisen in der letzten Zeit, die vielen Menschen emotional zu schaffen machen. Erst die Coronapandemie, dann der Ukrainekrieg, jetzt der Untergang der Credit Suisse und allgegenwärtig der Klimawandel. Vulnerable Personen kann das schon sehr verängstigen, verunsichern. Es hat sich aber auch viel im Umgang mit Stress getan. Die Leute haben gelernt, wie man Stress begegnen könnte und sollte, um ausgeglichen zu bleiben. Trotzdem hat der Bedarf für psychiatrische Behandlungen stark zugenommen. Als Leiter eines Qualitätszirkels in meiner Region höre ich von meinen Arbeitskollegen, dass alle Praxen voll belegt sind, und sie teilweise einen Aufnahmestopp verfügen mussten. Wir haben grosse Mühe, die Patienten unterzubringen, die uns zugewiesen werden. In dieser Heftigkeit seit Herbst 2020 haben wir das davor noch nie so in unserer Region erlebt.

**Sie haben eine Broschüre über Burnout und Erschöpfungsdepression für Betroffene und Angehörige verfasst. Was war dabei Ihre Intention?**

Hauptziel dabei war, etwas zur Prophylaxe zu verfassen, damit die Betroffenen oder deren Angehörige schon frühzeitig erkennen können, wenn sie in einen Burnout-Prozess eintreten. Denn je früher man reagiert, desto besser kann man helfen und desto weniger soziale oder andere Folgeschäden treten auf. Chronische Stresssituationen oder schwierige psychosoziale Rahmen- oder Arbeitsplatzbedingungen können krank machen. Deshalb ist es wichtig, diese zu erkennen und zu benennen. Das zweite Ziel dieser Broschüre war es, zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen ganz generell beizutragen und am Beispiel Burnout bewusst zu machen, dass jeder Mensch auch ohne psychiatrische Vorgeschichte oder familiäre Belastung psychisch erkranken kann. Diese Broschüre wurde schweizweit an psychiatrische und Hausarztpraxen verteilt und erreicht so ihr Zielpublikum. Ich halte auch Publikumsvorträge dazu, die jeweils gut besucht sind.

**Sie sind in Deutschland aufgewachsen und haben in München Medizin studiert. Die anschliessende Assistenzzeit samt Facharzt haben Sie aber in der Schweiz absolviert. Was führte Sie in die Schweiz?**

Mein Vater hatte vor meiner Geburt in der Schweiz gearbeitet und ist mit uns Kindern immer wieder gerne für Ausflüge in die Schweiz gefahren.

Daher hatte ich bereits eine gewisse Affinität zur Schweiz. Einen Teil der Unterassistentenzeit habe ich dann in der Schweiz im Spital Walenstadt absolviert, wo ich später auch meine Frau kennengelernt habe. So hat mich die Liebe hier gehalten, und ich absolvierte meine komplette Facharztausbildung rund um Zürich respektive in der Zentral- und Ostschweiz.

**Nach dem Medizinstudium haben Sie sich für die Psychiatrie entschieden. Was gab dazu den Ausschlag?**

Eigentlich wollte ich Urologe werden. Doch habe ich dann gemerkt, dass ich doch nicht so der Handwerker bin. Ausserdem war es mir ein Bedürfnis, den Patienten ganzheitlicher verstehen und behandeln zu können. In Sarnen war dann eine Stelle in einer psychiatrischen Klinik ausgeschrieben, wo ich viel gelernt habe. Das alles hat mich dazu bewogen, den Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie zu machen.

**Sie sind auch medizinischer Gutachter (SIM). Für welche Gebiete werden Sie angefragt?**

Eine zeitlang habe ich für die Invalidenversicherung (IV) Gutachten erstellt. Ich musste aber immer wieder feststellen, dass mir die therapeutische Arbeit eigentlich mehr Freude macht, sodass ich im Moment keine Gutachten mehr mache. Die Ausbildung zum zertifizierten Gutachter hat mir aber sehr viel gebracht. Man lernt die versicherungsmedizinische Sicht besser kennen. Beispielsweise bei Burnout ist es gut zu wissen, dass es sich dabei nach ICD-10 um eine Zusatzbeschreibung handelt und nicht um eine eigenständige Diagnose. Wenn also ein Psychiater einen Burnout als Diagnose in einem Bericht erfasst, ist dieses Störungsbild in der ICD-10 unter Z73.0 nur als beschreibender Zusatz zu einer relevanten psychiatrischen Störung zu verstehen. Damit ist es ohne eine F-Diagnose für die Versicherung keine Erkrankung, die erstattungspflichtig ist oder eine stationäre Aufnahme rechtfertigen würde.

**Womit können Sie am besten entspannen, was tun Sie für Ihren Ausgleich?**

Sport und Bewegung sind für mich sehr wichtig. Das empfehle ich auch meinen Klienten. Im Winter Skifahren, Skitouren- oder Schneeschuhlaufen. Im Sommer Biken, Wandern und abends eine Runde im See schwimmen. Ich gehe ausserdem regelmässig ins Fitnesszentrum und mache Ausdauer- und Krafttraining.

**Was waren Ihre grössten persönlichen und beruflichen Highlights?**

Meine grössten persönlichen Highlights waren die Geburten unserer beiden Kinder. Ein einzelnes berufliches Highlight gibt es bei mir nicht. Vielmehr ist es die Freude bei der therapeutischen Arbeit, Menschen aus einer verzweifelten Lage herauszuhelfen und sehen zu können, wie es ihnen besser geht, oder sie bei chronischen Erkrankungen in der Bewältigung des Alltags betreuen zu dürfen und für sie ein ganz wichtiger Mensch zu sein. Das ist auch meine Antwort auf die Frage: «Wie kannst du nur Psychiater sein und dir immer nur diese traurigen Geschichten anhören?!» ●

Das Interview führte Valérie Herzog.