



## **Einsamkeit – eine stille Epidemie?**

Das Fazit des Psychiaters und Hirnforschers Manfred Spitzer in seinem SPIEGEL-Bestseller „Einsamkeit – die unerkannte Krankheit“ lautete bereits 2018: „Einsamkeit ist schmerzhaft, ansteckend und tödlich“. Für Manfred Spitzer ist Einsamkeit nicht der Umstand, dass jemand allein ist, sondern es ist das negative Erleben, wenn jemand sich allein fühlt. Dieses Erleben bringt Stress mit sich, der u.a. zu einer Schwächung des Immunsystems führen kann sowie das Entstehen bzw. den Verlauf von Herz-Kreislauf-Erkrankungen beeinflussen kann. Mittlerweile bestätigen zahlreiche Studien, dass Einsamkeit und soziale Isolation in gesundheitlicher Hinsicht sogar gefährlicher sind als Alkoholismus oder Adipositas. Einsamkeit erhöht, wenn sie über einen längeren Zeitraum auftritt und chronisch wird, das Risiko an Demenz zu erkranken und vorzeitig zu sterben. Der Vergleich von Einsamkeit mit einer "stillen Epidemie" soll das Ausmaß und die Bedeutung des Problems verdeutlichen. Einsamkeit betrifft zwar den Einzelnen, ist aber kein isoliertes Phänomen. Vielmehr handelt es sich um ein weit verbreitetes soziales Problem. Der Begriff „stille Epidemie“ soll zudem verdeutlichen, dass Einsamkeit oft unerkannt bleibt und öffentlich gar nicht wahrgenommen wird. Der Vergleich mit einer Epidemie betont schließlich die Notwendigkeit, gesellschaftlich und politisch zu handeln.

**Donnerstag, 28.09.2023, 19 Uhr**

**Referent: Prof. Dr. Hartmut Schröder**, Präsident der IGNK e.V. [www.ignk.de](http://www.ignk.de)

Prodekan Gesundheits- und Beratungswissenschaften der University for Digital Technologies in Medicine and Dentistry Luxembourg <https://www.dtmd.eu/>

Geschäftsführer Therapieum Innovative Konzepte (TIK) GmbH ([www.therapeium.de](http://www.therapeium.de))

**Anmeldung zur online-Veranstaltung:**

<https://www.aconitumanimus.de/Veranstaltungen>



[www.aconitumanimus.de](http://www.aconitumanimus.de)