

## Coronavirus und Stress

Stress kann sich auf eine Psoriasis oder Vitiligo negativ auswirken. Inwiefern können das Coronavirus und die damit zusammenhängenden Unsicherheiten Ängste und Stress hervorrufen? Dr. phil. Benno Durrer, Leitender Psychologe und Leiter der Tagesklinik Psychiatrie Burgdorf, erklärt, was eine unbekannte Bedrohung wie ein Coronavirus und seine Folgen in der Psyche von Menschen auslösen kann.

**Dr. Benno Durrer:** In der aktuellen Covid-19-Pandemie spielen eine Vielzahl unterschiedlichster akuter und chronischer Stressoren zusammen, mit welchen individuell ganz unterschiedlich umgegangen wird.

So wird vermutlich jemand, der einer sogenannten Risikogruppe angehört, eher stärker unter Angst vor Ansteckung durch das Coronavirus, der möglichen sozialen Isolation und dem Angewiesen sein auf Unterstützung durch andere leiden als ein junger gesunder Mensch. Junge gesunde Menschen werden eher unter den starken Einschränkungen durch die vom Bund angeordneten Massnahmen und deren Folgen leiden: Reduktion der Lebensqualität (Ausgang, Freizeit, soziale Kontakte, Reisen, Konsum etc.), Verschlechterung der wirtschaftlichen Verhältnisse (Abbau von Arbeitsplätzen, drohende oder eingetretene Geschäftskonkurse, Kurzarbeit für viele).

Die Angst, jemanden anzustecken, wird meines Erachtens noch zu wenig gewichtet, dürfte aber besonders im Umgang mit Risikogruppen ein erheblicher weiterer Stressor darstellen: So werden beispielsweise ältere Menschen sozial isoliert und von ihren Familienangehörigen gemieden. Die Ungewissheit über die weitere Entwicklung der Covid-19-Pandemie spannt wohl die meisten Menschen bis zur Erschöpfung an, da sie unser Grundbedürfnis nach Kontrolle verletzt. Die angeordneten Massnahmen geben zwar etwas an Sicherheit und Kontrolle zurück, jedoch auf Kosten der individuellen Autonomie: So protestieren Bürger für ihre Grundrechte, verstossen dabei gegen die Sicherheitsmassnahmen und gefährden den so teuer errungenen gesellschaftlichen Schutz der Risikogruppen.