

Pressemitteilung

Kommunikation und Medien
Philipp Kressirer

Pettenkoferstr. 8a
80336 München

Tel: +49 (0)89 4400-58070
Fax: +49 (0)89 4400-58072

E-Mail: philipp.kressirer@
med.uni-muenchen.de

www.lmu-klinikum.de

W2-Professur für Mentale Gesundheit in der Primärversorgung

Digital gestützte Prävention psychischer Erkrankungen

Dr. Johanna Löchner ist neue Professorin für „Mentale Gesundheit in der Primärversorgung“ am Institut für Allgemeinmedizin des LMU Klinikums. Und das in einem mehrfach brandaktuellen Bereich: Die Psychologin und Psychotherapeutin erforscht die Früherkennung und Prävention psychischer Erkrankungen – vor allem unter Nutzung digitaler Technologien und mit Schwerpunkt bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. „Mit ihrer Expertise stärkt Johanna Löchner die Schnittstelle zwischen Psychologie, Digitalisierung und Allgemeinmedizin, aber auch die Verbindung ins Deutsche Zentrum für Psychische Gesundheit“, erklärt der Direktor des Instituts, Prof. Jochen Gensichen.

Stress, Überlastung oder persönliche Krisen sind häufig die ersten Vorboten einer psychischen Erkrankung – zum Beispiel einer Depression oder einer Angststörung. Doch viele Betroffene erhalten erst spät Unterstützung, weil Warnsignale übersehen werden oder der Zugang zu psychotherapeutischen Angeboten erschwert ist. Johanna Löchner setzt deshalb auf digitale Technologien, „um psychische Belastungen früher zu erkennen und Erkrankungen möglichst zu verhindern.“

Digitale Anwendungen könnten helfen, Versorgungslücken zu schließen, denn viele Betroffene, so Löchner, „sind schlecht angebunden an psychotherapeutische Angebote und stoßen auf große Barrieren“ bei der Suche nach Hilfe.“ Apps, sichere Chatbots sowie Tagebuchformate und niedrigschwellige Beratungsangebote in digitaler Form können diese Hürden senken und Betroffene schneller in passende Angebote bringen oder ihnen Werkzeuge an die Hand geben, um Belastungen selbst zu bewältigen.

Die Rolle der Primärversorgung

Die Primärversorgung ist dabei wesentlich. Denn Hausärzte sind meist die ersten Ansprechpartner für die Patienten. Langfristig sollen deshalb neue



www.instagram.com/klinikum_lmu



www.youtube.com/c/LMU Klinikum



www.facebook.com/LMU.Klinikum



<https://lmu-klinikum.bsky.social/>

digitale Instrumente auch in der Primärversorgung verankert werden. Haus- und Kinderärzte, aber auch Gynäkologinnen als erste medizinische Bezugsperson für Frauen, könnten entsprechende Angebote empfehlen oder in Vorsorgeuntersuchungen integrieren.

Vision: eine Art U-Untersuchung mentaler Gesundheit

Löchner: „Ideal wäre es, wenn psychische Gesundheit genauso regelmäßig mitgecheckt wird wie die Zahngesundheit.“ Besonders wichtig sei dies bei Kindern und Jugendlichen: „75 Prozent psychischer Erkrankungen treten inzwischen vor dem 25. Lebensjahr auf.“ Gleichzeitig würden frühe Anzeichen häufig übersehen, weil sie schwer von normaler Entwicklung zu unterscheiden seien.

Das Team der Psychologin hat bereits mehrere digitale Anwendungen entwickelt und evaluiert – darunter Apps für werdende Eltern, die nachweislich Stress reduzieren, sowie Programme für Jugendliche, die Emotionsregulation und kognitive Verhaltenstherapie vermitteln.

Aktuell läuft ein Projekt, in dem junge Menschen per Smartphone ein digitales Tagebuch führen. Schlaf, Stress und Stimmung werden erfasst, ausgewertet und bei auffälligen Werten erfolgt eine persönliche Einladung zu einem diagnostischen Gespräch. „Das kommt sehr gut an“, berichtet Löchner. Die Studie wird im Rahmen des Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit bis 2030 weitergeführt. Parallel entsteht ein Anschlussprojekt: Ein digitales Präventionsprogramm sowie ein „Buddy-System“ für junge Menschen, die sich einsam fühlen und Unterstützung bei der sozialen Vernetzung benötigen.

Risiken und Nebenwirkungen digitaler Hilfe

Während Apps bereits gut erforscht seien, sieht Löchner bei KI-basierten Verfahren noch großen Bedarf. Viele Menschen nutzten KI-Tools bereits für psychische Anliegen – allerdings oft ohne ausreichende Sicherheit. „Da müssen wir ganz dringend nachlegen“, betont sie. Ziel sei es, verlässliche, sichere digitale Instrumente zu entwickeln und gleichzeitig über Risiken aufzuklären. Mit ihrer neuen Professur möchte die Psychologin dazu beitragen, digitale Prävention psychischer Erkrankungen „verantwortungsvoll und wirksam in die Breite zu bringen und damit die psychische Gesundheit in Deutschland nachhaltig zu stärken.“

Fachliche Ansprechpartnerin:

Prof. Dr. Johanna Löchner

Professorin für Mentale Gesundheit in der Primärversorgung

Institut für Allgemeinmedizin

LMU Klinikum München

Campus Innenstadt

Tel: +49 89 4400-55419

E-Mail: johanna.loechner@med.uni-muenchen.de

Gemeinsam. Fürsorglich. Wegweisend.

Kontakt in der Pressestelle:

Irene Kolb-Micaud

Tel: 089 4400 58071

E-Mail: presse@med.uni-muenchen.de

LMU Klinikum München

Das LMU Klinikum zählt zu den größten Universitätsklinika in Deutschland und Europa. Jährlich vertrauen über 500.000 Patientinnen und Patienten der Kompetenz, Fürsorge und dem Engagement unserer rund 12.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in 49 Fachkliniken, Instituten und Abteilungen sowie 63 interdisziplinären Zentren.

Herausragende Einrichtungen am LMU Klinikum sind unter anderem das onkologische Spitzenzentrum CCC-M und Bayerns größtes Transplantationszentrum TxM.

Das LMU Klinikum ist als einziges Klinikum an allen acht Deutschen Zentren der Gesundheitsforschung beteiligt.

Die Medizinische Fakultät und das LMU Klinikum leisten einen maßgeblichen Beitrag zur Exzellenzstrategie der Ludwig-Maximilians-Universität München.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.lmu-klinikum.de