



Wie man (zeitnah) an einen
Therapieplatz kommt
(& warum das Gesundheitssystem müll ist)

vic 22wrobel



Agenda

- ja, warum?!
- hilfe! die therapieplatzsuche macht mich depressiv!
- und nu?!
- Tipps&Tricks
- Diskussionsrunde



Deine Erfahrungen können von dem hier geschilderten Ablauf abweichen.

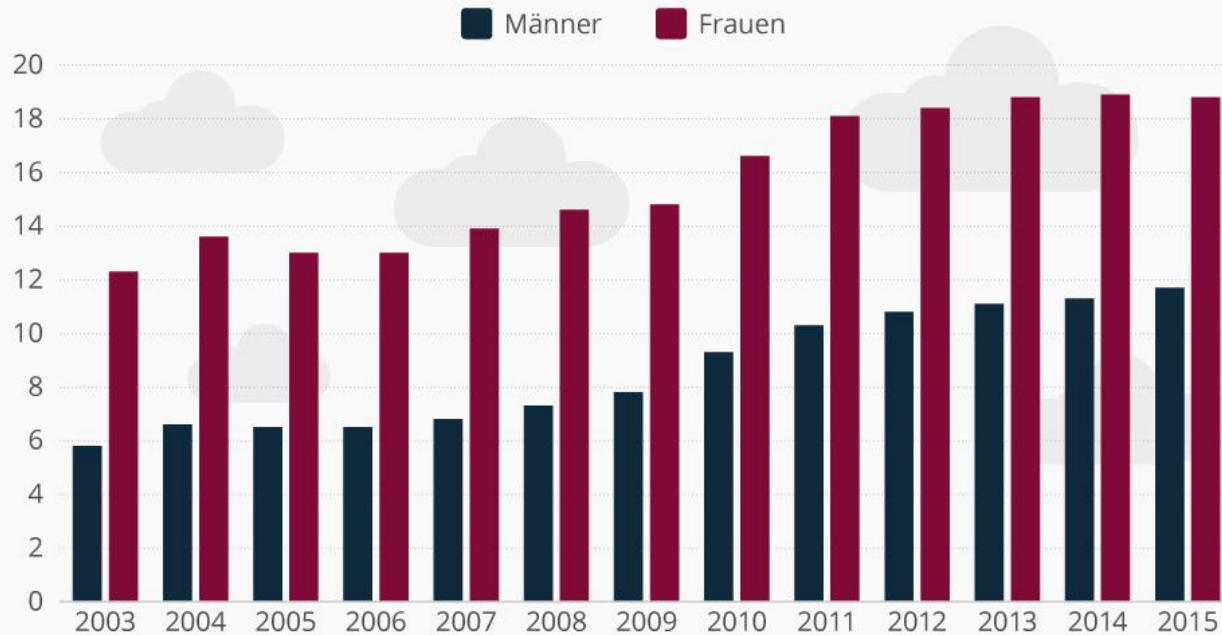
Diese Präsentation basiert auf meinen eigenen Erfahrungen mit der TK. Die Krankenkassen handhaben die Situation unterschiedlich. Informier dich über Internet, Krankenkasse und Berichte anderer.



Durchschnittliche Wartezeit auf einen ersten Termin in der Richtlinienpsychotherapie

Depression: Auf dem Weg zur Volkskrankheit?

Arbeitsunfähigkeitsfälle aufgrund depressiver Episoden (F32) je 1.000 Versicherte*

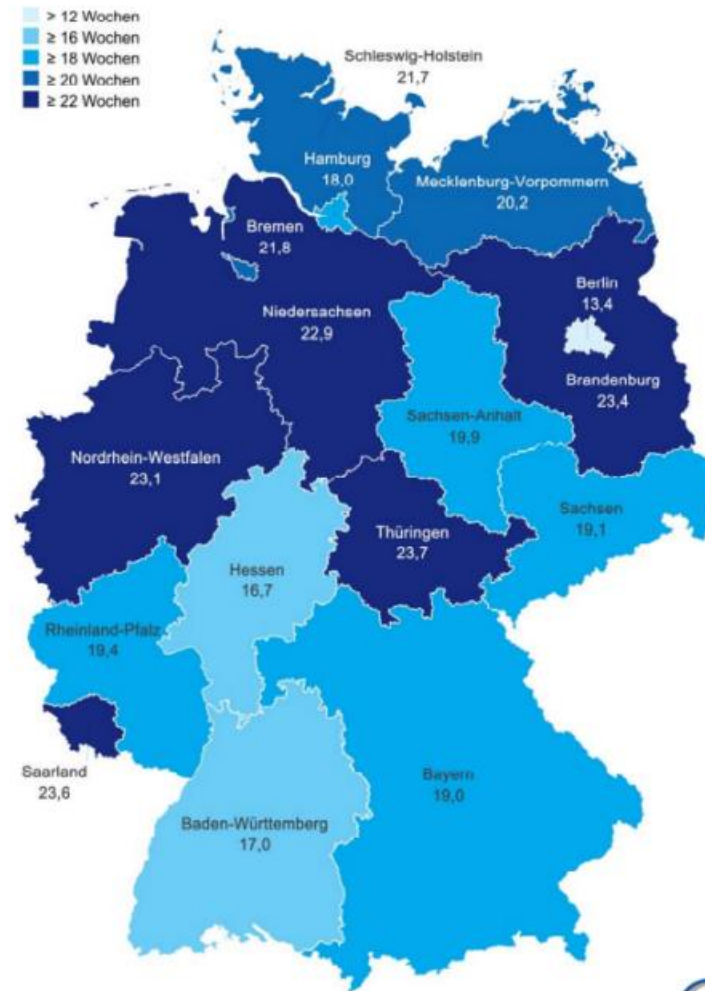


@Statista_com

* Rentner ausgenommen
Basis: 79,3 Prozent der ca. 1,1 Mio. BKK-Versicherten
Quelle: BKK Dachverband

statista

Durchschnitt: 19,9 Wochen



Quelle: BPTK, 2018



Warum sind die Wartezeiten so hoch?

- prinzipiell gibt es genug Psychotherapeuten
 - ABER: nur mit einem Kassensitz dürfen Kassenpatient*innen behandelt werden
 - Kassensitz kostet 20.000€ bis 150.000€, zu zahlen von Therapeut*innen
- Bedarfsplanung seit 1999 nicht mehr verändert
- Ausbildung generell sehr teuer
- psychisch erkrankte Menschen sind schlechte Lobbyisten

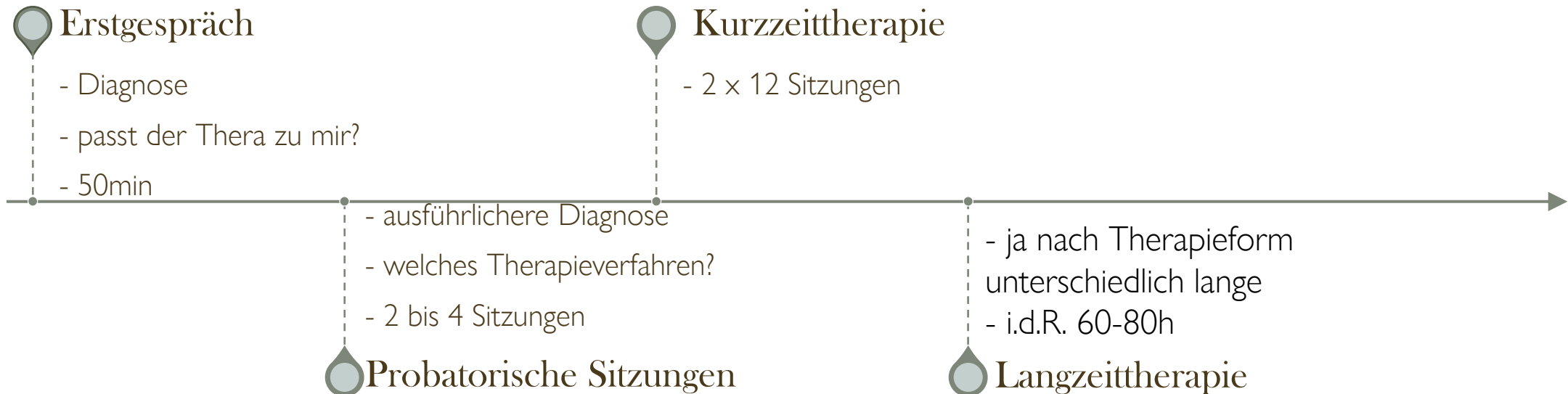
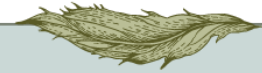
- <https://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/psychotherapie-warum-es-zu-wenige-psychologen-in-deutschland-gibt-a-820748.html>
- <https://www.therapie.de/aktuell/artikel/handelsware-kassensitze/>



Erstgespräch != prob. Sitzungen != Therapieplatz



Wie läuft eine Therapie ab?





Kostenerstattungsverfahren



Krankenkasse bzw. Kostenträger

Name, Vorname des Versicherten

geb. am

Kostenträgerkennung

Versicherten-Nr.

Status

Betriebsstätten-Nr.

Arzt-Nr.

Datum

Ihre individuelle Information zur Psychotherapeutischen Sprechstunde PTV 11

*Diese Information enthält Ihren vorläufigen Befund und Empfehlungen zum weiteren Vorgehen.
Bitte legen Sie diese Information bei einer Weiterbehandlung vor.*

1 Datum oder ggf. Daten der letzten 50 Minuten der Sprechstunde
TTMMJJ, TTMMJJ

2 **Ergebnis der Psychotherapeutischen Sprechstunde**

Bei Ihnen wurden keine Anhaltspunkte für eine behandlungsbedürftige psychische Störung festgestellt

Bei Ihnen wurde(n) folgende Diagnose(n)/ Verdachtsdiagnose(n) festgestellt

ICD-10 - GM endständig ICD-10 - GM endständig ICD-10 - GM endständig

Diagnose(n)/Verdachtsdiagnose(n) (im Klartext), weitere Hinweise zum Krankheitsbild und ggf. zu durchgeführten Maßnahmen

3 **Empfehlungen zum weiteren Vorgehen**

keine Maßnahme notwendig

Präventionsmaßnahme

ambulante Psychotherapie

Analytische Psychotherapie

Systemische Therapie

Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Verhaltenstherapie

hausärztliche Abklärung

fachärztliche Abklärung

ambulante Psychotherapeutische Akutbehandlung

stationäre Behandlung

Krankenhausbehandlung

Rehabilitation

andere Maßnahmen außerhalb der gesetzlichen Krankenversicherung

Nähere Angaben zu den Empfehlungen

4 **Ihr nächster Termin**

Die psychotherapeutische Behandlung kann in dieser Praxis durchgeführt werden

Die psychotherapeutische Behandlung kann **NICHT** in dieser Praxis durchgeführt werden

Datum Uhrzeit

TTMMJJ, :

Weitervermittlung zeitnah erforderlich

Step 1: Termin bei Kassentherapeuten vereinbaren

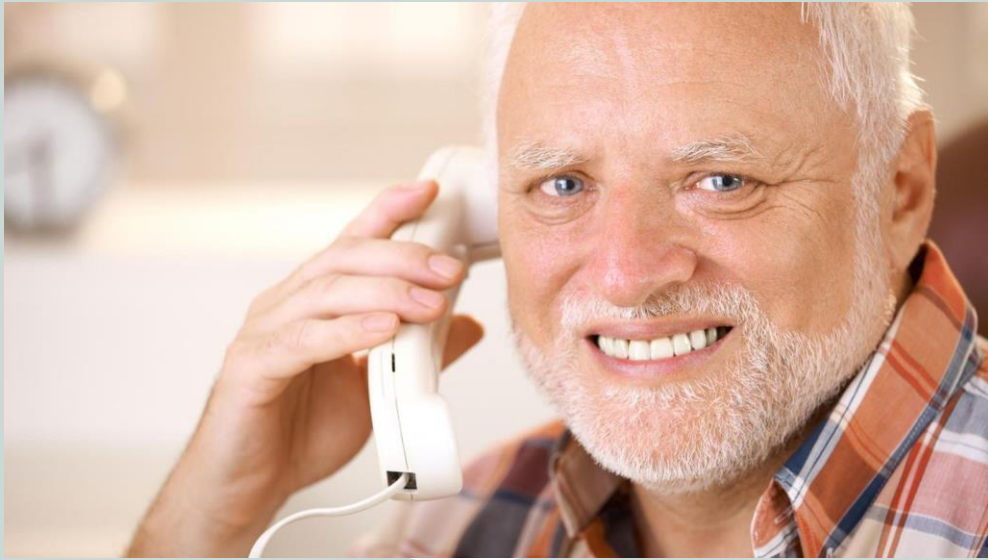
- nach Erstgespräch fragen
- ob Therapeut*in einen Therapieplatz hat, ist irrelevant
- seid ehrlich, auch wenn es schwer ist!
- ggf. Freund*in fragen, ob er/sie mitkommt 😊
- wichtig: nach folgenden Unterlagen fragen:
 - ein PTV-11 mit DRINGLICHKEITSVERMERK
 - einen 12-stelligen Überweisungscode (Sticker auf PTV-11)
 - kommunizieren, dass du das KEV machen möchtest
- deshalb: betonen, dass ihr dringend Hilfe braucht
- Dringlichkeitsvermerk hat so gut wie jeder (almost as if mental health is a serious matter!)

Step 2: Krankenkasse kontaktieren



- schriftlich!! Mitarbeiter am Telefon sind leider nutzlos und widersprechen sich
- Was wird benötigt, um Antrag auf “Kostenerstattung der Probatorischen Sitzungen” stellen zu können?
 - z.B. PTV-11

Step 3: privaten Therapeuten suchen



- anschreiben und fragen, ob Kostenerstattungsverfahren angeboten wird
- wenn ja, Ersttermin vereinbaren
- informiere dich über die verschiedenen Therapiemethoden und ihre Ansätze (meistens wird zu CBT/Verhaltenstherapie geraten)
- lass dir seine/ihre Lizenz und Unterlagen geben (was genau gesucht ist erfährst du von deiner KK)
- Kosten: ~100€ 😞
- Therapeutenwechsel schwierig -> wichtig, dass Therapeut*in sympathisch und kompetent wirkt



Step 4: TELEFONIEREN, BIS DER ARM ABFÄLLT

- Kassentheras anrufen (Mail geht auch, aber haben die wenigsten Therapeut*innen)
- Liste anlegen mit folgenden Kategorien: Name der Therapeuth*in, Datum, Uhrzeit, Antwort/Wartezeit
- ruft min. 5 Therapeut*innen an und last euch am Telefon bestätigen, dass sie euch keinen zeitnahen Therapieplatz geben können
- Daten in die Liste eintragen
- je mehr, desto besser
- falls doch jemand einen Platz frei hat: yay! 😊

Person hat Depression und
Selbstmordgedanken
80% Der "Hilfe"



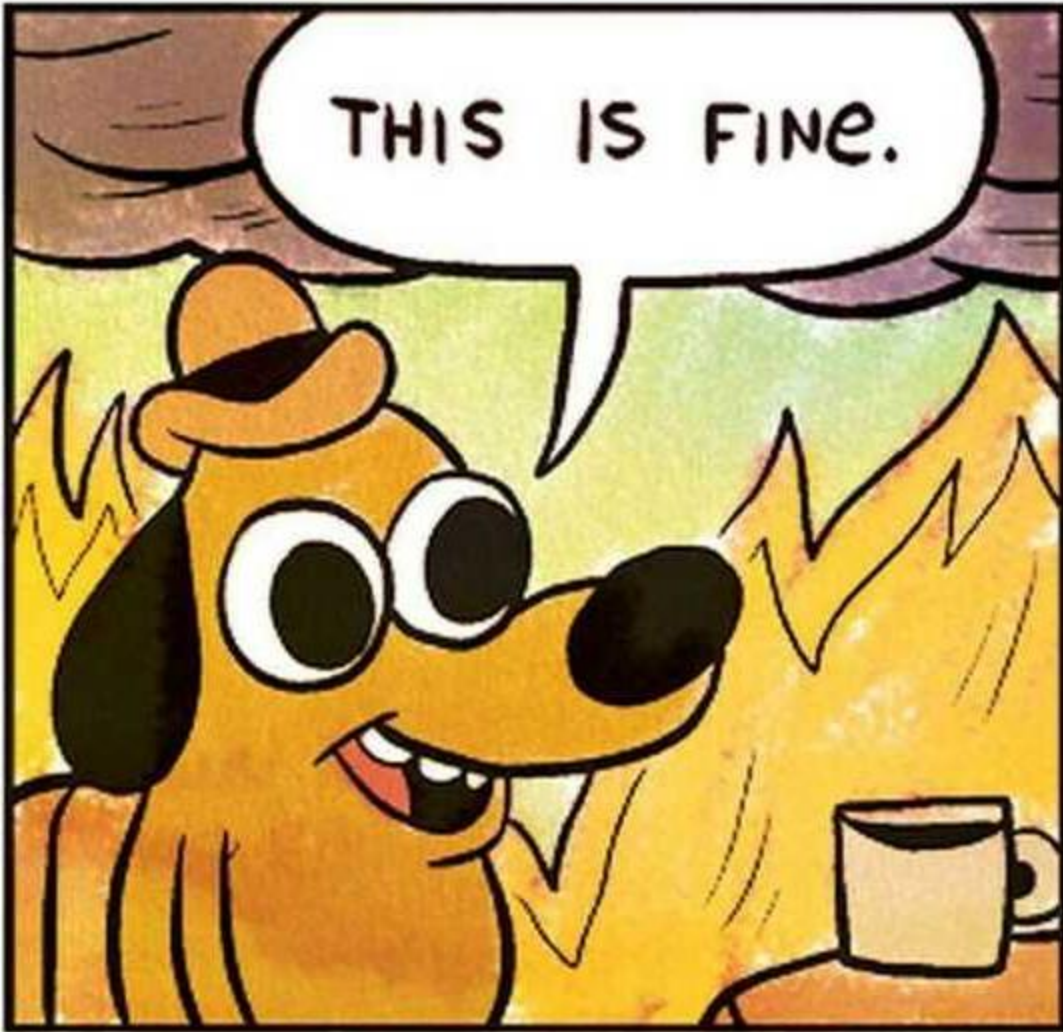
Step 5: deine Krankenkasse belügen

- 116 177 (TSS) anrufen mit der Bitte um einen Termin für **Probatorische Sitzungen**
- Option 1: keine Termine verfügbar (yay!)
- Option 2: Termine verfügbar (oh no!)
 - Eine probatorische Sitzung ist KEIN THERAPIEPLATZ. Die Krankenkasse meint, das müsse genügen – wir wollen aber einen THERAPIEPLATZ!
 - Termin geben lassen
 - freundlich danke sagen 😊
 - beim Thera anrufen und den Termin absagen 😊
- der KK ne Mail schreiben, dass du leider keine Termine vermittelt bekommen hast 😊

Optionaler Step 5.1: Mail an die Terminservicestelle (TSS)

- Mail an kvhh@kvhh.de
- bitte darum, dir bestätigen zu lassen, dass die TSS KEINE THERAPIEPLÄTZE VERMITTELT
- Antwortmail zu den Unterlagen legen





Step 6: Konsiliarsbericht einholen

- Termin beim Hausarzt machen für Konsiliarsbericht für das Kostenerstattungsverfahren einer Psychotherapie
- Hausarzt bestätigt darin, dass es wirklich dringend und eine Therapie sinnvoll ist
- meistens muss man nur paar Keywords dropfen und bekommt dann den Wisch, i.d.R. kein langes Gespräch

Suche nach
psychotherapeutischer
Behandlung sein wie:



Step 7: Unterlagen einreichen!

- Mail an deine Krankenkasse
- Dokumente (können abweichen)
 - PTV-11 mit Dringlichkeitsvermerk und Überweisungscode
 - Lizenz deiner privaten Therapeut*in
 - Konsiliarsbericht
 - Liste der Wartezeiten bei Kassentherapeuten
 - Anschreiben mit deinem Anliegen und dem Vermerk, dass die TSS die leider keine prob. Sitzungen vermitteln konnte und du LEIDER zu einem Privaten Therapeuten musst dafür ☹️
 - (optional: Mail der TSS)

Step 8: Ablehnung anfechten

- die Krankenkassen senden IMMER direkt eine Ablehnung
- die meisten Patienten sind davon so entmutigt, dass sie aufgeben
- ist das legal? nein! machen die KK das trotzdem? ja!
- kurze Mail ala "Ich widerspreche der Ablehnung ~~habt ihr Lack gesoffen, es geht mir super dreckig~~ ich benötige dringend psychotherapeutische Hilfe." an KK schicken
- Antrag wird bewilligt





Step 9: Therapie bei eurem priv. Thera beginnen 😊

- ihr zahlt selber, bekommt das Geld jedoch von der Krankenkasse erstattet
- in der Theorie habt ihr erstmal nur prob. Sitzungen bewilligt, ein Antrag auf Langzeittherapie wird im Anschluss aber so gut wie nie abgelehnt
- für alles weitere fragt ihr euren Thera 😊



Das ist irgendwie alles sehr viel und sehr anstrengend...

Die Wartezeiten bei Kassentherapeuten sind unzumutbar lang. Eine andauernde psychische Erkrankung ist deutlich anstrengender und schmerzhafter, als das Kostenerstattungsverfahren zu durchlaufen.

Deswegen: Anpacken und die Therapieplatzsuche nicht weiter nach hinten verschieben!





Ändert sich da mal was?

- Kassenärztliche Bundesvereinigung sagt, Deutschland sei überversorgt
- Petitionen, daran etwas zu ändern, sind gescheitert
- Lauterbach hat mehr Sonderbedarfszulassungen für Kassensitze angekündigt
 - Gesetzesentwurf frühestens Mitte 2024
- “Verbesserung der Versorgung von psychisch erkrankten Menschen“ erstmals Teil eines Koalitionsvertrags der Ampel
 - noch nicht umgesetzt

Tipps & Tricks



- die meisten (Kassen-)Therapeuten haben nur 1 oder 2h pro Woche, wo sie erreichbar sind
- achte darauf, dass deine Therapeut*in dir sympatisch ist
- alte Therapeut*innen haben oft veraltete, abstruse Ansichten
- du bist nicht alleine – tauscht euch mit Freunden und Kommilitonen aus!
- lerne, einzuschätzen, mit wem du über deine Therapie offen sprechen kannst
 - dein Arbeitgeber ist nicht dein Freund!
- sei stolz auf dich <3



Thank you!

...und viel Erfolg!

Falls du noch Fragen hast
oder dir Fehler aufgefallen
sind, kontaktiere mich gerne
unter 01525 5316430
(WA/Signal) oder sprich mich
direkt an.