
Presse-Information

Hamburg, den 30.05.2025

In Zeiten von Einsamkeit Verbindungen stärken

Psychotherapeutenkammer und Ärztekammer warnen vor den Folgen von Einsamkeit und veranstalten am 24. September 2025 den 7. Tag der Seelischen Gesundheit „In Zeiten von Einsamkeit Verbindungen stärken“

Anlässlich der bundesweiten Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ weisen die Psychotherapeutenkammer Hamburg und die Ärztekammer Hamburg auf die zunehmende Bedeutung des Themas Einsamkeit in unserer Gesellschaft hin. In einer Zeit, in der soziale Kontakte durch digitale Medien und gesellschaftliche Veränderungen immer stärker beeinflusst werden, steigt die Zahl der Menschen, die sich einsam fühlen, deutlich an. Dabei sind alle Altersgruppen betroffen, besonders bei jungen Menschen ist der Trend steigend.

Einsamkeit kann erhebliche Auswirkungen auf die psychische und physische Gesundheit haben. Ärztekammer und Psychotherapeutenkammer betonen die Wichtigkeit, das Thema ernst zu nehmen und frühzeitig Unterstützung anzubieten. Ihr Plädoyer: Das Thema aus der Tabuzone zu holen.

„Einsamkeit ist ein gesellschaftliches Thema, das uns alle angeht. Es ist wichtig, offen darüber zu sprechen und soziale Beziehungen zu stärken“, erklärt Heike Peper, Präsidentin der Psychotherapeutenkammer Hamburg.

Dr. Pedram Emami, Präsident der Ärztekammer Hamburg, ergänzt: „Wir müssen als Gesellschaft und auch im medizinischen Bereich stärker für die gesundheitlichen Folgen sensibilisiert werden. Menschen, die sich einsam fühlen, empfinden diese Situation als belastend. Auf Dauer ruft dieses Gefühl Stress hervor, mit den entsprechenden negativen Folgen für die Gesundheit.“

PD Dr. Birgit Wulff, Vizepräsidentin der Ärztekammer betont, dass Einsamkeit nicht nur ältere Menschen betrifft: „Das Einsamkeitsbarometer des Familienministeriums aus dem Jahr 2024 zeigt zum Beispiel, dass sich 14,1 Prozent der 18-29-Jährigen durch Einsamkeit belastet fühlen. Das sind mehr als bei den über 75Jährigen, von denen 10,2 Prozent angaben, durch Einsamkeit belastet zu sein.“

Die Kammern rufen gemeinsam dazu auf, aufeinander zu achten, soziale Kontakte zu pflegen und bei Bedarf professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Zudem setzen sie sich für eine verstärkte Sensibilisierung von Fachkräften im Gesundheitswesen ein, um die gesundheitlichen Risiken von Einsamkeit frühzeitig zu erkennen und betroffene Menschen gezielt zu unterstützen. Vor diesem Hintergrund steht der diesjährige Tag der Seelischen Gesundheit, unter dem Motto „In Zeiten von Einsamkeit Verbindungen stärken“. Psychotherapeutenkammer und Ärztekammer laden ihre Mitglieder am Mittwoch, den 24. September 2025, zu diesem Fachtag ein, um das Thema Einsamkeit aus unterschiedlichen Perspektiven zu beleuchten und praxisbezogen zu diskutieren.

Presse-Information

Zum Hintergrund:

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) ruft im Rahmen der Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ vom 26. Mai bis 1. Juni 2025 dazu auf, Menschen zusammenzubringen, Begegnungen zu schaffen und über das Thema Einsamkeit zu sprechen. Die mittlerweile dritte Aktionswoche verfolgt das Ziel, zum Thema Einsamkeit zu sensibilisieren und interessierten Menschen vor Ort niedrigschwellige Angebote zum Austausch und zur Begegnung in der Gemeinschaft aufzuzeigen.

Das „Bündnis gegen Einsamkeit in Hamburg (BgEH)“, das von der Bergedorf-Bille-Stiftung koordiniert wird, hat Veranstaltungen in und rund um Hamburg gesammelt und auf seiner Webseite veröffentlicht. [Hier](#) finden Sie den Zugang zur Webseite.

Veranstaltungshinweis:

7. Tag der Seelischen Gesundheit

In Zeiten von Einsamkeit Verbindungen stärken

24. September 2025 von 10 bis 16 Uhr in der Ärztekammer Hamburg

Nähere Informationen sowie Anmeldemöglichkeit erfahren Sie auf der Website der Ärztekammer.

Für weitere Informationen oder Interviewanfragen wenden Sie sich bitte an:

Kirsten Maaß

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 040 / 226 226 067

E-Mail: presse@ptk-hamburg.de

Sebastian Franke

Pressestelle der Ärztekammer Hamburg

Telefon: 040/ 20 22 99 200

E-Mail: presse@aekhh.de