

Deprexis: evidenzbasiert, personalisiert und erstattungsfähig

Digitale Therapie-Unterstützung bei Depression

Zertifizierte digitale Gesundheitsanwendungen (DiGAs) wie das interaktive Therapieprogramm deprexis® haben die Möglichkeiten zur Therapieunterstützung psychisch kranker Menschen um sinnvolle und rezeptierbare Innovationen erweitert – gerade auch in der COVID-19-Pandemie.

■ Wirksame, qualitätsgesicherte DiGAs können dazu beitragen, die Versorgungslücke in der Psychotherapie zu schließen. Voraussetzung für die Verordnung ist die erfolgreiche Bewertung durch das BfArM und die Aufnahme in das DiGA-Verzeichnis.¹ „Die Studien zum Wirksamkeitsnachweis von Online-Interventionen in der Psychiatrie sind von beeindruckend hoher methodischer Qualität“, so Prof. Dr. Corinna Jacobi, Dresden. Nach den Ergebnissen einer Metaanalyse erreichen sie bei Angst, Depression und somatischen Störungen ähnliche Effekte wie Face-to-Face-Interventionen.²

Was DiGAs leisten können und wie man sie richtig verordnet

Wie DiGAs in den Praxisalltag integriert werden können, verdeutlichte PD Dr. Rita Bauer, Dresden, am Beispiel von deprexis®, einem interaktiven Online-Therapieprogramm für Menschen mit unipolarer Depression oder depressiver Verstimmung. Es basiert auf anerkannten Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie. „Ein Alleinstellungsmerkmal von deprexis ist, dass sich das Programm individuell auf die einzelnen Nutzer einstellen kann“, so Bauer. Anhand seiner Antworten leitet es ihn in einem dynamischen virtuellen Dialog durch die 10 verschiedenen Module. Neben Informationen zur Depression werden alltagsrelevante Übungen zur Depressionsbe-

Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die psychiatrische Versorgung

Patienten mit psychischen Erkrankungen benötigen während der Pandemie verstärkte Aufmerksamkeit, so PD Dr. Kristina Adorjan, München. Soziale Isolation und Kontaktbeschränkungen können zu Depression, Angst und einer Verschlechterung der Symptomatik führen, vor allem bei Schizophrenie⁴ und Demenz⁵. Zudem sollte man jetzt besonders auf mögliche Nebenwirkungen der Medikation achten. So können einige Antipsychotika Gewichtsanstieg und metabolisches Syndrom auslösen, was das Risiko für einen ungünstigen Verlauf von COVID-19 erhöhen könnte. Stärkere Awareness sollte auch den Mitarbeitern im Gesundheitswesen gelten. Je nach Schwere der Pandemie-bedingten Stressbelastungen kann es sinnvoll sein, spezifische Resilienzsteigernde Interventionen anzubieten, von Smartphone-basierten Achtsamkeitsübungen bei leichteren psychischen Belastungen bis hin zu ambulanten präventiven verhaltenstherapeutischen Interventionen bei schweren Belastungen.

wältigung vermittelt, unterstützt durch Übungsblätter und motivierende E-Mails oder SMS.

Das Online-Therapieprogramm lässt sich laut Bauer gut in die Face-to-Face-Psychotherapie einbauen, ermöglicht eine kontinuierliche Versorgung und entlastet die Praxis-Ressourcen. In den Face-to-Face-Sitzungen könne sich der Therapeut auf die aktuell wichtigsten Probleme fokussieren. Auch nach einem stationären Aufenthalt könne die Nutzung von deprexis die weitere Stabilisierung und psychosoziale Leistungsfähigkeit des Patienten unterstützen. Die Wirksamkeit des Programms ist in 13 Studien nachgewiesen. Eine regelmäßige Nutzung kann die Depression, das Selbstwertgefühl und die Lebensqualität verbessern.³ Das

CE-zertifizierte Medizinprodukt ist dauerhaft im DiGA-Verzeichnis des BfArM gelistet.¹ Nach der Verordnung auf Rezept (PZN: 17265872) werden die Kosten durch die GKV übernommen. Der Patient erhält von seiner Krankenkasse einen Freischalt-Code und kann dann das passwortgeschützte Therapieprogramm für 3 Monate nutzen. Weitere Informationen: <https://de.deprexis.com/>

Abdol Ameri

¹ Bundesamt für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM); verfügbar unter: <https://diga.bfarm.de/de>

² Andersson G et al. World Psychiatry. 2014; 13: 288-295

³ Moritz S et al. Behav Res Ther 2012; 50: 513-521

⁴ Ma J et al. Transl Psychiatry 2020; 10(1): 411

⁵ Tsapanou A et al. Int J Geriatr Psychiatry 2021; 36: 583-587

Mit freundlicher Unterstützung
der Servier Deutschland GmbH, München