

## deprexis Gebrauchsanweisung

### GEBRAUCHSANWEISUNG

Diese Gebrauchsanweisung dient der korrekten Anwendung von deprexis. Bitte lesen Sie sich diese Informationen genau durch und folgen Sie den darin enthaltenen Anweisungen. Des Weiteren steht Ihnen das deprexis-Support-Team zu den üblichen Geschäftszeiten für Anfragen zur Verfügung.

### ZWECKBESTIMMUNG

deprexis ist ein interaktives onlinebasiertes, CE-gekennzeichnetes Medizinprodukt nach der Medizinproduktverordnung 93/42/EWG zur Therapieunterstützung von Patienten mit unipolarer Depression oder depressiver Verstimmung.

deprexis kann als interaktives Online-Programm über jeden Internet-Zugang aufgerufen werden. Für die Nutzung von deprexis erhält der Patient einen Zugangsschlüssel. Dieser Zugangsschlüssel berechtigt zur Nutzung von deprexis für 90 Tage nach erstmaliger Registrierung.

### FUNKTIONSWEISE

deprexis umfasst schwerpunktmäßig anerkannte Behandlungselemente der kognitiven Verhaltenstherapie. Dabei vermittelt es Informationen zum Krankheitsbild Depression, stellt Übungen, Methoden und Techniken vor und unterstützt Sie mit E-Mails oder SMS, um die Inhalte der Übungen aus deprexis zu vertiefen und im Alltag zu integrieren. Das interaktive Onlineprogramm reagiert individuell auf die Patientenantworten und passt die Inhalte entsprechend an. deprexis ist passwortgeschützt jederzeit via Internet verfügbar. Das ermöglicht eine zeit-, orts- und geräteunabhängige Nutzung. Die gesetzlichen datenschutzrechtlichen Anforderungen werden erfüllt. Als deutscher Hersteller unterliegen wir dem Deutschen Bundesdatenschutzgesetz. Die geltenden Anforderungen gemäß diesem Gesetz werden erfüllt.

### NUTZUNGSVORAUSSETZUNG

Sie benötigen einen Computer, einen Laptop, ein Smartphone oder ein Tablet-PC mit Internetzugang sowie einen Browser in einer aktuellen Version (Google Chrome, Mozilla Firefox, Internet Explorer/Edge oder Safari). Weiterhin benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service.

©2019 GAIA AG

Da deprexis Sie in einem dynamischen Dialog durch das Programm führt, sind keine speziellen Computerkenntnisse erforderlich.

### ANWENDUNGSGEBIET

deprexis dient der Unterstützung von Patienten mit unipolarer Depression oder depressiver Verstimmung.

### GEGENANZEIGEN



deprexis sollte bei Vorliegen einer bipolaren Störung, einer psychotischen Störung (z.B. Schizophrenie) oder bei vorhandenen Suizidgedanken nicht angewendet werden.

### ART UND DAUER DER ANWENDUNG

deprexis ist über einen Zugangsschlüssel zugänglich, dieser ist bei der Registrierung erforderlich. Die Nutzungsdauer pro Zugangsschlüssel umfasst 90 Kalendertage nach erstmaliger Registrierung.

In diesem Zeitraum werden Sie durch E-Mails oder SMS angeregt, sich aktiv mit den Informationen und Übungen aus deprexis zu beschäftigen und diese im täglichen Leben einzuüben und zu integrieren.

### HINWEISE

Eine Änderung bestehender Medikationen und/oder Behandlungen darf nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt/Psychotherapeuten erfolgen. Sie sollten Ihren Arzt oder Psychotherapeuten kontaktieren, wenn sich Ihre Stimmung und Ihr Befinden längere Zeit (mehrere Tage/Wochen) nicht bessern oder sich diese akut verschlechtern sollten.

Suizidgedanken oder Gedanken, sich Leid zuzufügen, können als Symptom einer Depression auftreten. Sollten diese Gedanken bei Ihnen akut vorliegen, empfehlen wir Ihnen dringend, Ihren Arzt oder Psychotherapeuten aufzusuchen.

### ANWENDUNGSHÄUFIGKEIT

Erfahrungen zeigen, dass deprexis idealerweise 1-2 Mal wöchentlich für jeweils mindestens eine halbe Stunde genutzt werden sollte.

deprexis Gebrauchsanweisung

**MINDESTALTER**

18 Jahre. Für Patienten unter 18 Jahren liegen keine Daten vor.

**NEBENWIRKUNEN**

Es ist möglich, dass nicht jeder Patient von der Programmnutzung profitiert, was unter Umständen Gefühle der Enttäuschung auslösen könnte.

Es kann vorkommen, dass die Beschäftigung mit aufwühlenden Themen für Sie belastend ist. Wenn die Beschäftigung mit dem Programm für Sie zu belastend ist, sollten Sie eine Pause machen, die Programmnutzung aussetzen und mit Ihrem Arzt/Psychotherapeuten darüber sprechen.

Nicht jede Übung ist für jeden Patienten gleichermaßen geeignet. Wenn Ihnen eine Übung Schwierigkeiten bereitet, sich unangenehm anfühlt oder Sie beeinträchtigt, führen Sie diese Übung nicht weiter aus. Wenden Sie sich bei Bedarf an Ihren Arzt/Psychotherapeuten.

Sollten im Zusammenhang mit der Nutzung von deprexis Nebenwirkungen auftreten, melden Sie diese unverzüglich Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten oder wenden Sie sich per E-Mail an [info@deprexis.com](mailto:info@deprexis.com).

Weitere Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf der für Ihr Land zuständigen Homepage von deprexis.

**WECHSELWIRKUNGEN**

Bislang sind keine Wechselwirkungen bekannt.

**ANGABEN FÜR NOTFÄLLE**

Bei Notfällen (z.B. Krisen, Suizidgefahr) kontaktieren Sie umgehend Ihren behandelnden Arzt/Psychotherapeuten oder wählen Sie bitte die für Ihr Land geltenden Notfallnummern von Feuerwehr oder Polizei. Hier einige Beispiele:

Deutschland:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Rettungsdienst: 112
- Polizei: 110
- Seelsorge: 0800 111 0 111, 0800 111 0 222
- Suizid: 0800 111 0 111, 0800 111 0 222

Brasilien:

- Notruf allgemein: 190
- Notruf Rettungsdienst: 192
- Polizei: 190
- Seelsorge: 141
- Suizid: 141

Frankreich:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Rettungsdienst: 15
- Polizei: 17
- Seelsorge: 0147077777
- Suizid: 0145394000

Griechenland:

- Generelle Notfälle: 112
- medizinische Notfälle: 166
- Polizei: 100
- Soziale Hilfe in Notfällen: 197

Italien:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Rettungsdienst: 118
- Polizei: 113
- Seelsorge: 199284284
- Suizid: 800860022, 0633777740

Portugal:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Rettungsdienst: 112
- Polizei: 112
- Seelsorge: 21 354 45 45, 91 280 26 69, 96 352 46 60
- Suizid: 21 354 45 45

## Spanien:

- Notruf allgemein: 112
- Rettungsdienst: 061
- Polizei Notruf: 091
- Seelsorge: 902500002
- Suizid: 717 003 717

**HERSTELLER**

GAIA AG  
Hans-Henny-Jahnn-Weg 53  
22085 Hamburg  
Deutschland  
www.gaia-group.com



## Schweden:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Rettungsdienst: 112
- Polizei: 11414
- Seelsorge: 1177
- Suizid: 90101

**STAND DER SOFTWARE**

Die aktuelle Software-Version von deprexis entnehmen Sie bitte dem Impressum von deprexis unter dem Menüpunkt „Hilfe“.

## UK:

- Notruf allgemein: 999
- Notruf Rettungsdienst: 999
- Polizei: 999
- Seelsorge: 111
- Suizid: 116 123

**STAND DER INFORMATION**

11.03.2019

**WEITERE INFORMATIONEN**

Bei technischen Fragen können Sie sich per E-Mail an [info@deprexis.com](mailto:info@deprexis.com) wenden.

Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf der für ihr Land zuständigen deprexis Homepage.

## USA:

- Notruf allgemein: 911
- Notruf Rettungsdienst: 911
- Polizei: 911
- Seelsorge: 1-800-784-2433
- Suizid: 1-800-273-8255



## Singapur:

- Notruf allgemein: 999
- Notruf Rettungsdienst: 995
- Polizei: 999
- Suizid: 1-800-221-4444

## Malaysia:

- Notruf allgemein: 999
- Notruf Rettungsdienst: 994
- Polizei: 999
- Suizid: 03-79568145

Falls Sie unter den angegebenen Telefonnummern niemanden erreichen oder keine Hilfe erfahren, prüfen Sie bitte, ob sich die Telefonnummern geändert haben könnten.