

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

EU und Schweiz:

deprexis ist dafür bestimmt, therapeutische Techniken und Übungen anzubieten, die auf evidenzbasierten psychologisch-psychotherapeutischen

Therapieverfahren beruhen und die für Patienten mit unipolarer Depression oder depressiver Verstimmung geeignet sind, sie beim Management ihrer Depression oder depressiven Verstimmung zu unterstützen. deprexis ist zur eigenständigen Nutzung in Ergänzung zur üblichen Versorgung von Patienten bestimmt, die mindestens 18 Jahre alt sind. Das Programm kann für die Dauer von 90 Tagen genutzt werden. deprexis ist weder dafür bestimmt, Behandlungen durch einen Leistungserbringer im Gesundheitswesen zu ersetzen noch dafür bestimmt, Informationen für diagnostische oder therapeutische Entscheidungen zu liefern.

USA:

deprexis ist eine Webanwendung zur zusätzlichen Behandlung von chronischen oder wiederkehrenden Depressionen oder depressiven Störungen als primäre oder sekundäre Diagnose (z. B. als Komorbidität bei Multipler Sklerose oder Epilepsie) für Patienten ab 18 Jahren, die an einer depressiven Episode leiden.

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 in den 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 Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt stets im Einklang mit der EU-Datenschutz-Grundverordnung und den Health Insurance Portability and Accountability Act (HIPAA) in den Vereinigten Staaten.

NUTZUNGSVORAUSSETZUNG

Sie benötigen einen Computer, einen Laptop, ein Smartphone oder ein Tablet mit Internetzugang sowie eine aktuelle Browser-Version von Google Chrome, Mozilla Firefox, Edge oder Safari. Wir empfehlen eine minimale (logische) Auflösung von 320 x 568 Pixel. Weiterhin benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service. Wir empfehlen für die Audios eine Bandbreite von 192 kBit/s.

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 einem suizidalen Risiko nicht angewendet werden.

Erläuterung:

Ein suizidales Risiko liegt vor, wenn ein Patient in den letzten 90 Tagen die ernsthafte Absicht hatte, sich das Leben zu nehmen (unabhängig davon, ob ein konkreter Plan zur Umsetzung vorlag). Ein Risiko besteht auch, wenn ein Patient in den letzten 12 Monaten versucht hat, sich das Leben zu nehmen.

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.

MINDESTALTER

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

NEBENWIRKUNGEN

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.

Alle im Zusammenhang mit dem Produkt aufgetretenen schwerwiegenden Vorfälle sind dem Hersteller und der zuständigen Behörde des Mitgliedstaats, in dem Sie niedergelassen sind, zu melden.

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

Schweiz:

- Notruf Rettungsdienst: 144
- Polizei: 117
- Seelsorge: 143

Frankreich:

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

Italien:

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

Spanien:

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

UK:

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

USA:

- Notruf allgemein: 911

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

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

HERSTELLER

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

**STAND DER SOFTWARE**

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

STAND DER INFORMATION

2021-06-09

WEITERE INFORMATIONEN

Bei technischen Fragen können Sie sich per E-Mail an info@deprexis.com wenden.

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

