



# „Deprexis“

## Internetbasierte Unterstützung bei einer Depressionsbehandlung

David Spannmann, Jens Stoffelen; Hannah Schattmann  
Fachhochschule der Diakonie, Bielefeld

### 1. Hintergrund:

- Psychotherapeutische Versorgungslücken, einhergehend mit langen Wartezeiten, die Wartezeit beträgt in Deutschland 19,9 Wochen
- Steigende Zahlen psychischer Erkrankungen während der Covid-Pandemie
- E-Mental-Health in Form von Deprexis als Möglichkeit Versorgungslücken im Bereich der Depressionsbehandlung zu schließen
- Übernahme der Kosten durch die Krankenkasse

### 2. Fragestellung

Wie wirksam ist die internetbasierte Behandlung für Depressionen mittels „Deprexis“

### 3. Methodik

- Orientierte Literaturrecherche in den Datenbanken PubMed und Cinahl
- Quersuche in dem Internetportal Google Scholar
- Folgende Schlüsselwörter wurden verwendet: „Deprexis“ „Wirksamkeit“ „Therapieplätze“ „Wartezeit“ „Corona“ „Depression“



### 4. Ergebnisse

- Internetbasierte Systeme in der Zukunft Wichtiger Bestandteil in der Behandlung
- Internetbasierte Programme bieten Therapeuten und Ärzten eine Ergänzung zur persönlichen Psychotherapie
- Studien zeigen einen positiven Effekt, Verbesserung depressiver Symptomatik

### 5. Diskussion

- Gute Evidenz zur Wirksamkeit bei Depressionen
- Krankenkassen entscheiden in Einzelfällen ob eine Nutzung übernommen wird
- Smarte Geräte in der Anschaffung teuer, Menschen mit niedrigem Einkommen schwer zugänglich
- Selbstmanagement Interventionen langfristige wirksame Möglichkeit für die Behandlung von Depressionen
- Durch die Covid-19 Pandemie Steigung von psychischen Krankheiten und der Zugang zu Versorgungssystemen erschwert

### 6. Schlussfolgerung und Ausblick

Innovative Produkte stellen zentrale Eckpfeiler für die Weiterentwicklung der Gesundheitsvorsorge dar. Zugangshürden müssen reduziert werden, die Krankenkassen müssen dafür sorgen, dass die neuen Produkte und Dienstleistungen bei den Usern ankommen und diese finanzierbar sind

#### Quellen

Breil, B., Dederichs, M., Kremer, L., Richter, D., Angerer, P., & Apolinário-Hagen, J. (2021). Bekanntheit und Nutzung von digitalen Gesundheitsangeboten in Deutschland: eine bevölkerungsrepräsentative Querschnittsuntersuchung. *Das Gesundheitswesen*. Ezernieks, J., Kühn, S. (2018) Online-Psychotherapieprogramm als neue Therapieoption in der Depression am Beispiel von deprexis24. In Pfannstiel, M. A., Jaekel, R., Da-Cruz, P. (Hrsg.) *Innovative Gesundheitsversorgung und Market Access*. Springer Gabler Fuhr, K., Fahse, B., Hautzinger, M., & Gulewitsch, M. D. (2018). Erste Erfahrungen zur Implementierbarkeit einer internet-basierten Selbsthilfe zur Überbrückung der Wartezeit auf eine ambulante Psychotherapie. *PPmP-Psychotherapie- Psychosomatik- Medizinische Psychologie*, 68(06), 234-241. Klein, J. P., Berger, T., Hautzinger, M., Lutz, W., Rose, M., Späth, C., ... & Moritz, S. (2019). Selbstmanagement Interventionen in der Behandlung depressiver Störungen: reif für die klinische Praxis? *Fortschritte der Neurologie- Psychiatrie*, 87(03), 172-180. Krause, K., Gürtler, D., Bischof, G., Rumpf, H. J., Lucht, M., John, U., & Meyer, C. (2016). Computergestützte Interventionen bei depressiven Symptomen. *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*. Meyer, B., Jacob, G., & Weiss, M. (2014). Wie wirksam sind internetbasierte Programme. *Depressionsbehandlung. NeuroTransmitter*, 25(4), 48-59. Skoda, E. M., Spura, A., De Bock, F., Schweda, A., Dörrie, N., Fink, M., Teufel, M. (2021). Veränderung der psychischen Belastung in der COVID-19-Pandemie in Deutschland: Ängste, individuelles Verhalten und die Relevanz von Information sowie Vertrauen in Behörden. *Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*, 64(3), 322-333. Torge, M., Petersen, J. J., Gensichen, J., & Planz-Kuhlendahl, S. (2010). Depressionsbehandlung in der Hausarztpraxis. *Psychiatrische Praxis*, 37(08), 366-368. Online-Therapieprogramm deprexis®24 für DAK-Versicherte auch in 2017 - Gateo | Gateo