

DIGITALE INTERVENTIONEN INTEGRIERT IN DIE ROUTINEVERSORGUNG

DAS BESTE AUS ZWEI WELTEN

LENA SOPHIA STEUBL, M.SC.

- Wissenschaftliche Mitarbeiterin und Doktorandin in der Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie (Prof. Dr. Harald Baumeister, Universität Ulm)
- In der Ausbildung zur Psychologischen Psychotherapeutin (AWIP, Universitätsklinikum Ulm)
- **Forschungsschwerpunkte:**
Dissemination von IMIs, Drop-out

VORSTELLUNGSRUNDE

- (1) **Erfahrungen** mit digitalen Interventionen
- (2) **Fragen und Wünsche** an den Workshop

AGENDA

- Überblick Digitale Interventionen
- Frei verfügbare Angebote
- Verordnungsfähige DiGAs
- Verordnungsfähige Angebote im Rahmen von Selektivverträgen
- Zusammenfassung
- Fragen und Diskussion

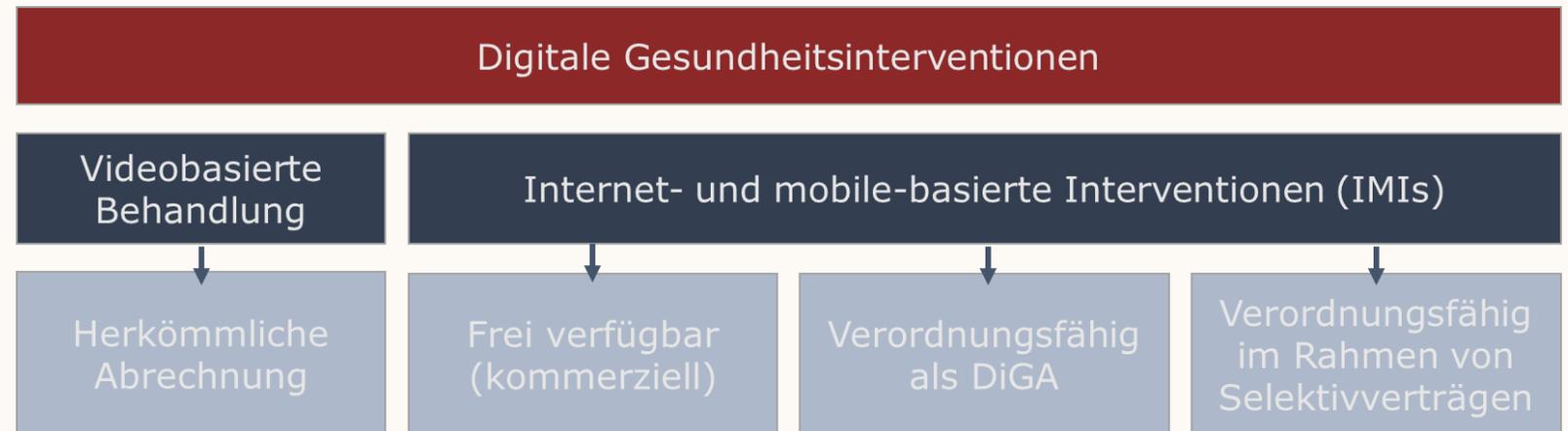
AGENDA

- **Überblick Digitale Interventionen**
- Frei verfügbare Angebote
- Verordnungsfähige DiGAs
- Verordnungsfähige Angebote im Rahmen von Selektivverträgen
- Zusammenfassung
- Fragen und Diskussion



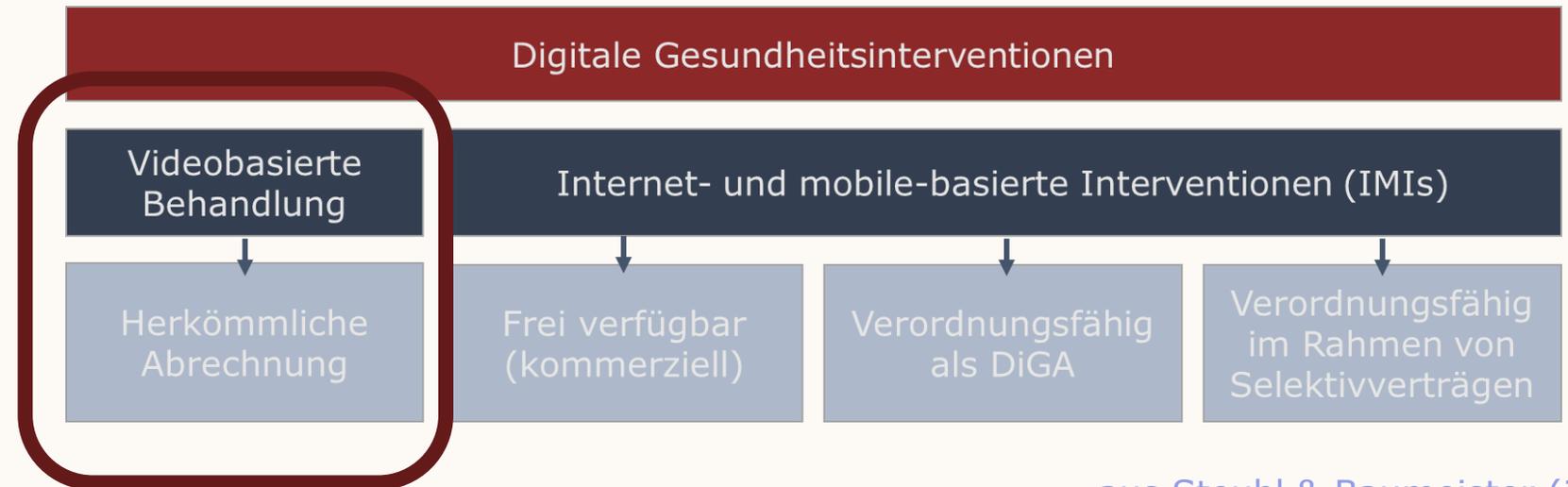
ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN



aus Steubl & Baumeister (2023a)

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN



aus Steubl & Baumeister (2023a)

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

Videobasierte Behandlung

E
X
K
U
R
S

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

Videobasierte Behandlung

Vorteile

- Örtlich flexible Behandlung (z.B. bei räumlicher Distanz und bei Infektionsrisiko)
- Wirksam (vergleichbar mit herkömmlicher Behandlung)
- Akzeptiert bei Patient:innen und Behandler:innen
- Möglicherweise erhöhtes Sicherheitsgefühl und aktivere Beteiligung bei Patient:innen
- Unmittelbare Einblicke in das Privatleben (Alltagssetting)

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

Videobasierte Behandlung

Vorteile

- Örtlich flexible Behandlung (z.B. bei räumlicher Distanz und bei Infektionsrisiko)
- Wirksam (vergleichbar mit herkömmlicher Behandlung)
- Akzeptiert bei Patient:innen und Behandler:innen
- Möglicherweise erhöhtes Sicherheitsgefühl und aktivere Beteiligung bei Patient:innen
- Unmittelbare Einblicke in das Privatleben (Alltagssetting)

Nachteile

- Sicherheit bei plötzlich auftretenden negativen Ereignissen
- Fehlende Möglichkeiten zur unmittelbaren psychiatrischen & neurologischen Versorgung (z.B. Labormedizin)
- Fehlende Informationen (z.B. psychopathologischer Befund)
- Technische Schwierigkeiten
- Anpassungen in bestimmten Interventionen notwendig

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

Videobasierte Behandlung

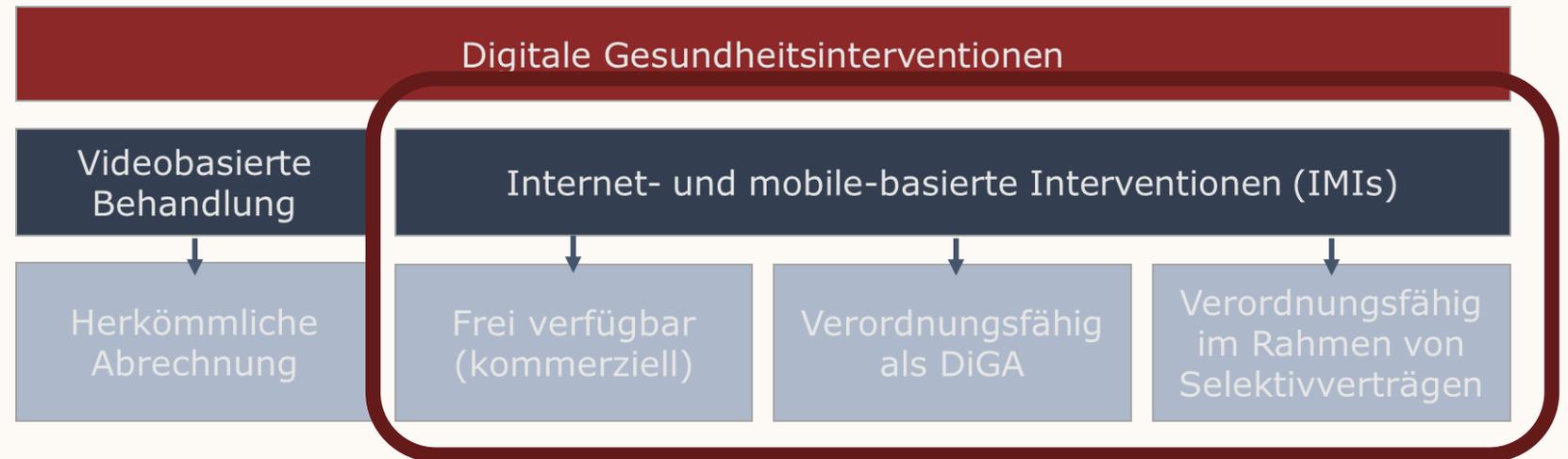


Steubl & Baumeister (2023b)

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

- **FAZIT:** Videobasierte Behandlung als adäquater alternativer Zugangsweg, bei dem es jeweilige Patient:innen- und Behandlungsspezifika zu beachten und abzuwägen gilt
- **ALSO:** Versorgungsangebot für Patient:innen, die ansonsten nur erschwerte Behandlungen in Anspruch nehmen können oder würden (z.B. in ländliche Region, durch Mobilitätseinschränkungen oder aufgrund von Stigmaerleben)
- **ABER:** erweitert nicht die verfügbaren Versorgungsressourcen

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN



aus Steubl & Baumeister (2023a)

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

- **Asynchrone Bereitstellung digitaler Behandlungsangebote**
- Grundsätzlich: **guided interventions** (begleitet durch eCoach oder Behandler:in) oder **unguided interventions** (*stand alone*; selbstständig erarbeitet)
- **Verzahnte Behandlung („Das Beste aus zwei Welten)**
Kombination von IMIs mit herkömmlicher Behandlung (engl. Blended Therapy)
 - Sequentiell **vor** der herkömmlichen Behandlung (z.B. Wartezeitüberbrückung)
 - Sequentiell **nach** der herkömmlichen Behandlung (z.B. Rückfallprophylaxe)
 - **Integration** in die herkömmliche Behandlung

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

Wirksamkeit:

- Wirksamkeit und Akzeptanz für verschiedene Störungen belegt (v.a. für affektive Störungen und Angsterkrankungen)
- Teilweise mit herkömmlicher Behandlung vergleichbar, v.a. wenn therapeutisch begleitet
- Evidenz beschränkt sich auf Erwachsene, Wirksamkeit bei Jugendlichen geringer

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

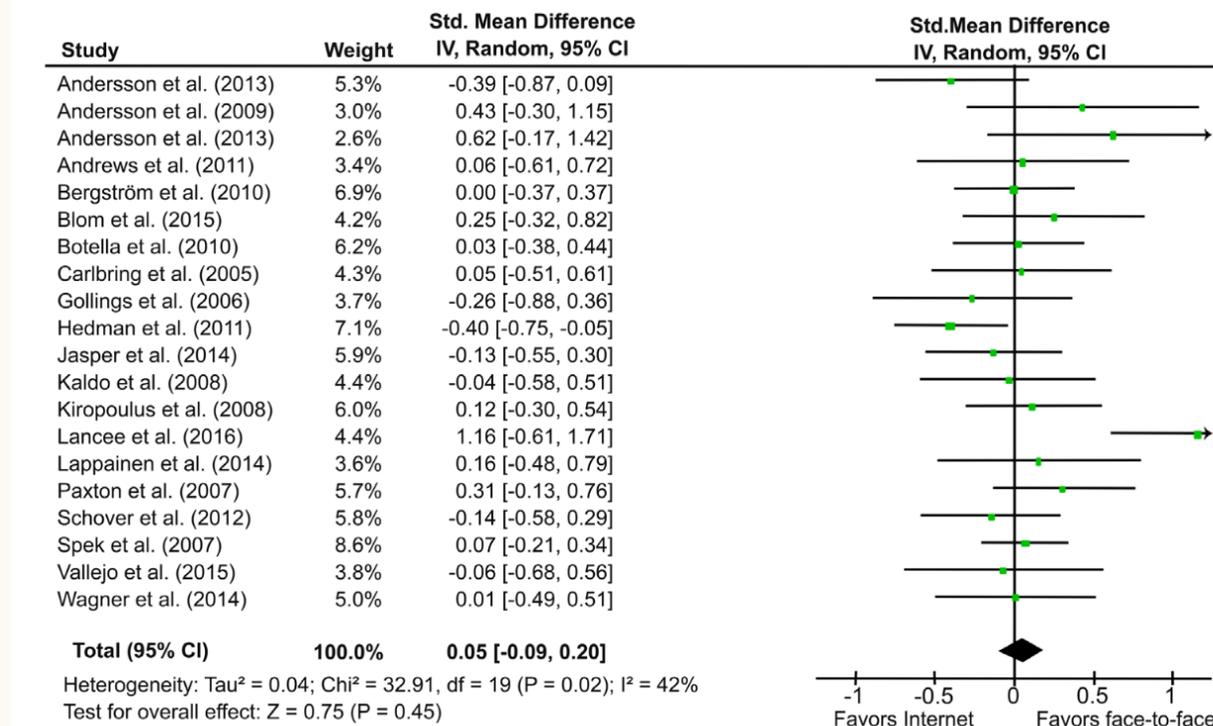
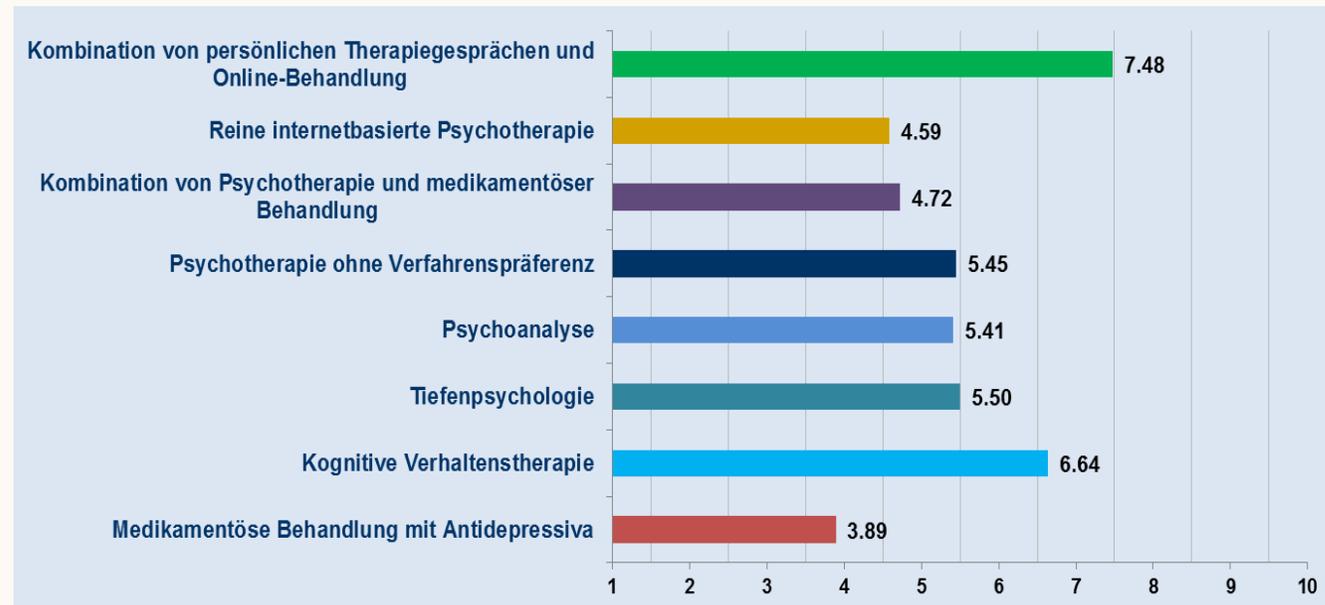


Figure 2. Forest plot displaying effect sizes of studies comparing internet-based treatment with face-to-face treatment.

ÜBERBLICK DIGITALE INTERVENTIONEN

Welche Behandlungsansätze können Sie sich zur Behandlung ihrer depressiven Beschwerden vorstellen? (N = 328)



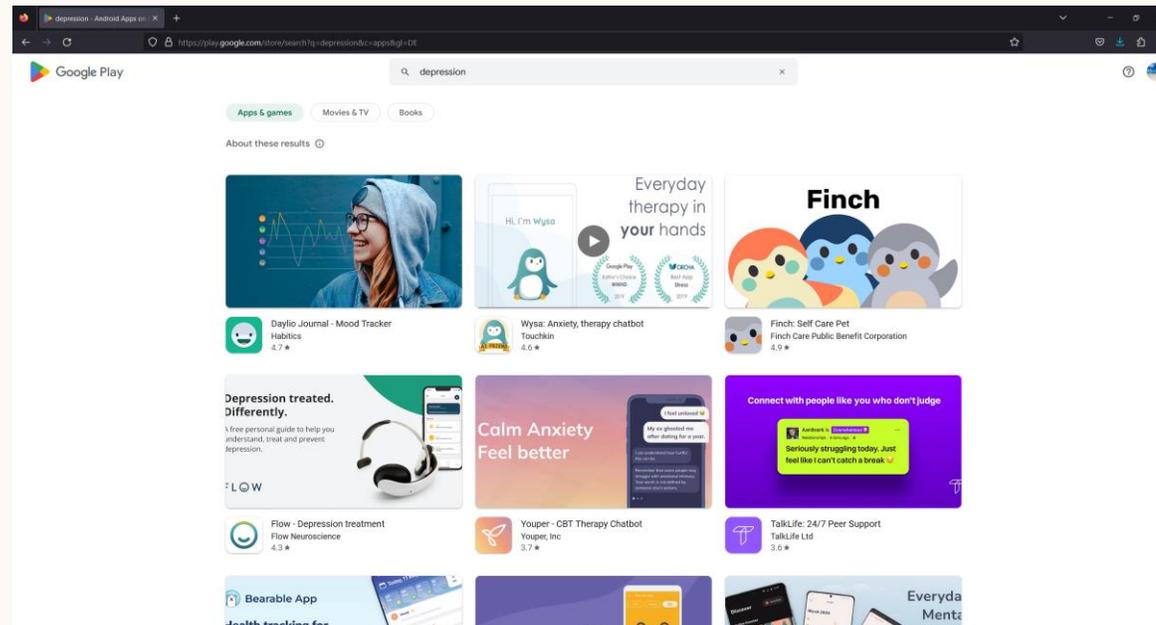
AGENDA

- Überblick Digitale Interventionen
- **Frei verfügbare Angebote**
- Verordnungsfähige DiGAs
- Verordnungsfähige Angebote im Rahmen von Selektivverträgen
- Zusammenfassung
- Fragen und Diskussion



FREI VERFÜGBARE ANGEBOTE

FREI VERFÜGBARE ANGEBOTE



FREI VERFÜGBARE ANGEBOTE

- Vor allem mobile-basierte Interventionen, die frei verfügbar in App-Stores zu finden sind
- **ABER:** Aspekte der Sicherheit, Wirksamkeit und Evidenzbasierung dieser unregulierten Apps kritisch, da nur wenige hinsichtlich Wirksamkeit wissenschaftlich untersucht
- **ZUDEM:** fehlendes Wissen zu potentiell negativen Effekten und verlässlichen Angaben zum Datenschutz
- **Forschung:** Mobile Health App Database (MHAD)

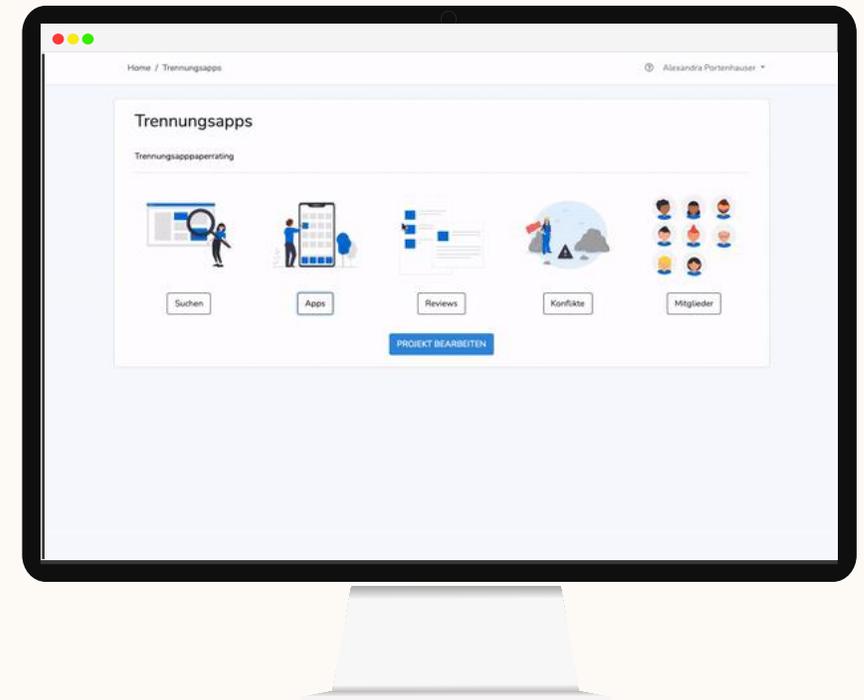
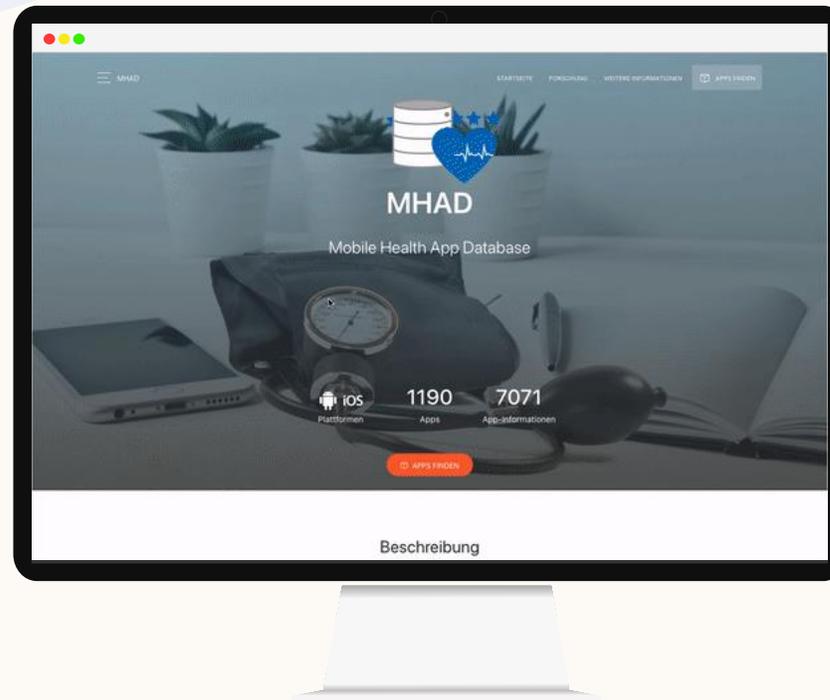
z.B. Terhorst et al. (2018)

Sander et al. (2020)

Paganini et al. (2021)

Steubl et al. (2022)

FREI VERFÜGBARE ANGEBOTE



FREI VERFÜGBARE ANGEBOTE



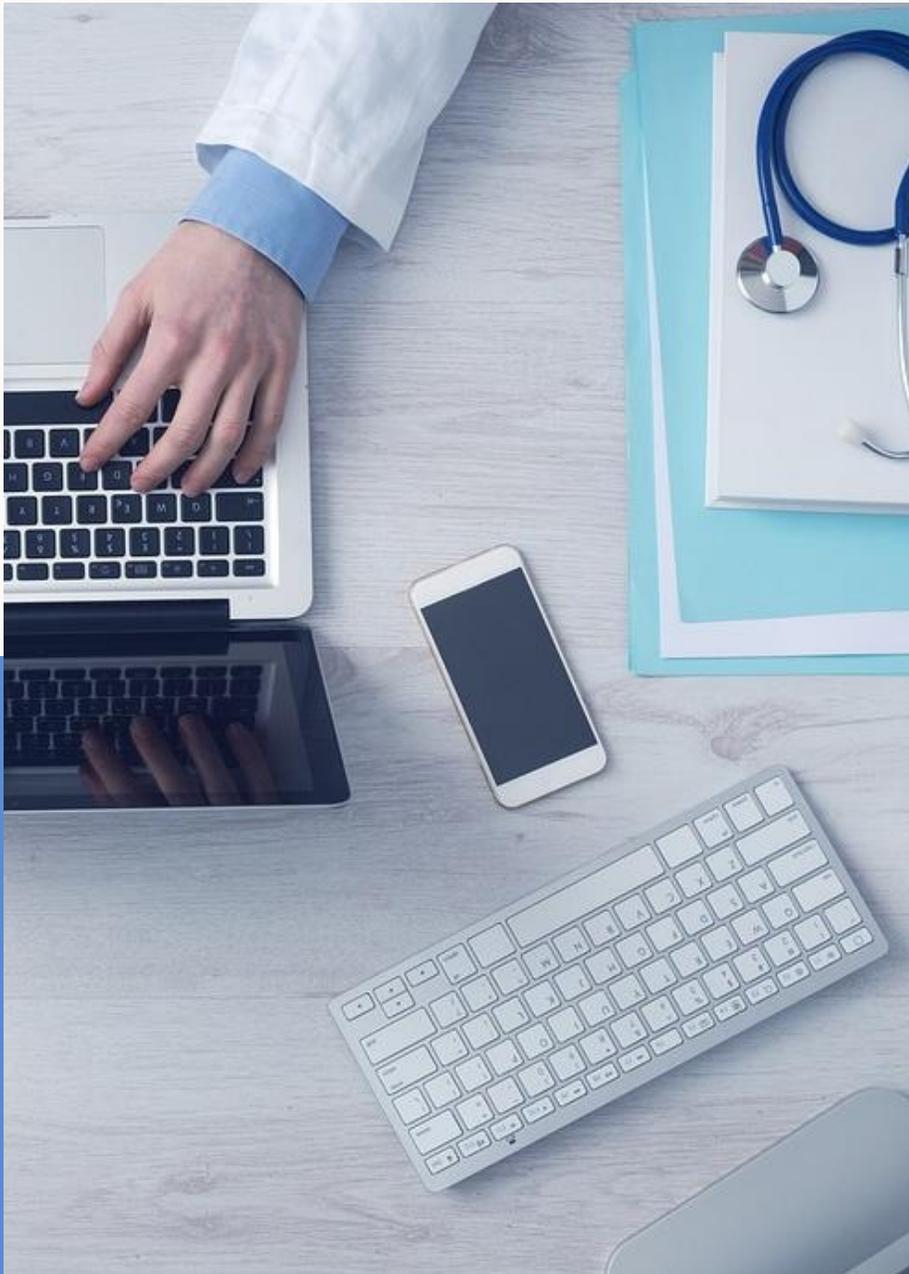
<https://mhad.science/de/>

FREI VERFÜGBARE ANGEBOTE

- Mein Kompass
- STARK Familie

AGENDA

- Überblick Digitale Interventionen
- Frei verfügbare Angebote
- **Verordnungsfähige DiGAs**
- Verordnungsfähige Angebote im Rahmen von Selektivverträgen
- Zusammenfassung
- Fragen und Diskussion

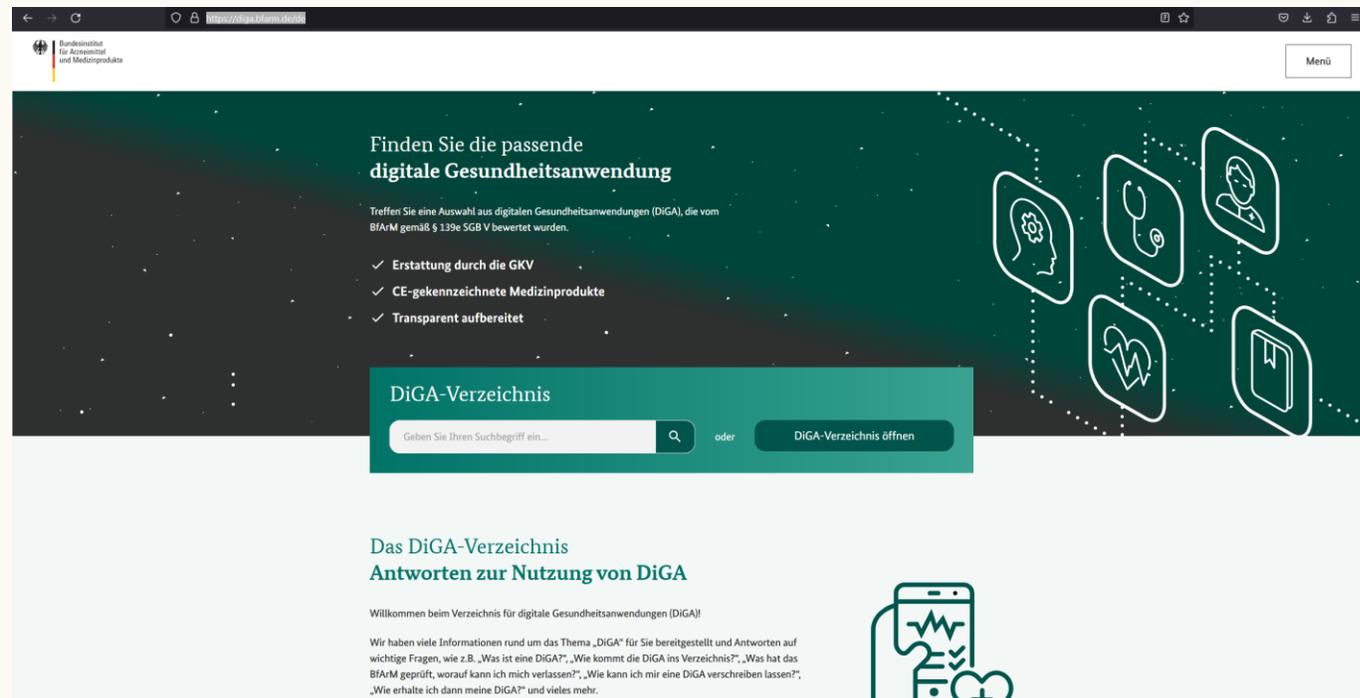


VERORDNUNGS- FÄHIGE DIGAS

VERORDNUNGSFÄHIGE DIGAS

- Im zugehörigen Verzeichnis aufgeführte DiGAs können von Ärzt:innen und Psychotherapeut:innen verordnet werden
- **Ziel:** Erkennung und Behandlung von Erkrankungen und Unterstützung des Behandlungsprozesses
- Kosten werden von der gesetzlichen Krankenversicherung übernommen

VERORDNUNGSFÄHIGE DIGAS



The screenshot shows the homepage of the DiGA-Verzeichnis website. The header includes the logo of the Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) and a 'Menü' button. The main content area features a dark green background with the heading 'Finden Sie die passende digitale Gesundheitsanwendung' and a list of criteria: 'Erstattung durch die GKV', 'CE-gekennzeichnete Medizinprodukte', and 'Transparent aufbereitet'. Below this is a search bar with the text 'Geben Sie Ihren Suchbegriff ein...' and a 'DiGA-Verzeichnis öffnen' button. The bottom section is titled 'Das DiGA-Verzeichnis Antworten zur Nutzung von DiGA' and includes a welcome message and a list of frequently asked questions. An icon of a smartphone with a heart and a pulse line is located at the bottom right.

Finden Sie die passende digitale Gesundheitsanwendung

Treffen Sie eine Auswahl aus digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGA), die vom BfArM gemäß § 139e SGB V bewertet wurden.

- ✓ Erstattung durch die GKV
- ✓ CE-gekennzeichnete Medizinprodukte
- ✓ Transparent aufbereitet

DiGA-Verzeichnis

Geben Sie Ihren Suchbegriff ein... oder DiGA-Verzeichnis öffnen

Das DiGA-Verzeichnis
Antworten zur Nutzung von DiGA

Willkommen beim Verzeichnis für digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA)!

Wir haben viele Informationen rund um das Thema „DiGA“ für Sie bereitgestellt und Antworten auf wichtige Fragen, wie z.B. „Was ist eine DiGA?“, „Wie kommt die DiGA ins Verzeichnis?“, „Was hat das BfArM geprüft, worauf kann ich mich verlassen?“, „Wie kann ich mir eine DiGA verschreiben lassen?“, „Wie erhalte ich dann meine DiGA?“ und vieles mehr.

<https://diga.bfarm.de/de>

VERORDNUNGSFÄHIGE DIGAS



<https://diga.bfarm.de/de>

VERORDNUNGSFÄHIGE DIGAS

Aktuell: 64 DiGAs im Verzeichnis, davon

- 9 gestrichene
- 20 vorläufig aufgenommene
- 35 dauerhaft aufgenommene

In der Kategorie „Psyche“: 26 DiGAs vorläufig und dauerhaft aufgenommen

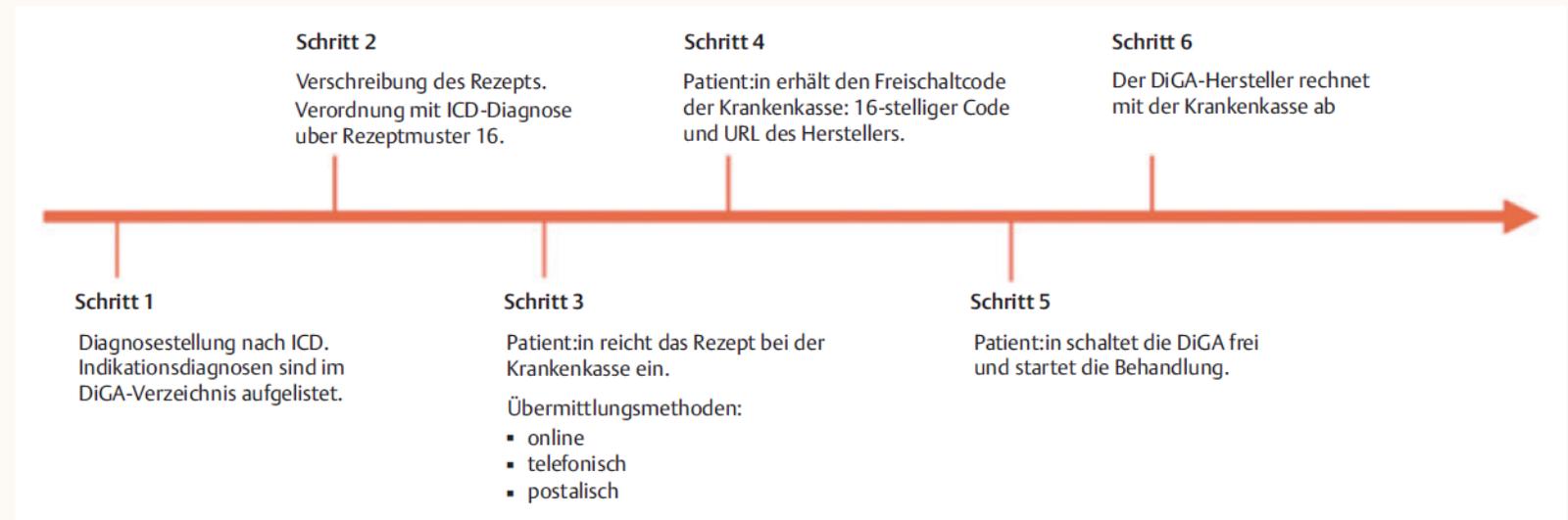
Empfehlung von psychenet (Netz psychische Gesundheit, dgppn, UKE):

<https://www.psychenet.de/de/online-interventionen/von-uns-empfohlene-online-interventionen.html>

VERORDNUNGSFÄHIGE DIGAS

Depression	deprix, edudepression.com, elona therapy Depression, MindDoc Auf Rezept, My7steps App, Novego: Depressionen bewältigen, Selfapys Online-Kurs bei Depression	7
Angst	HelloBetter Panik, Invirto – Die Therapie gegen Angst, Mindable: Panikstörung und Agoraphobie, Mindable: Soziale Phobie, Novego: Ängste überwinden, Selfapys Online-Kurs bei Generalisierter Angststörung, velibra	7
Essstörungen	Selfapys Online-Kurs bei Binge-Eating-Störung, Selfapys Online-Kurs bei Bulimia Nervosa	2
Chronische Schmerzen	HelloBetter Chronische Schmerzen, Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen	2
Schlafstörungen	HelloBetter Schlafen, somnio	2
Sexuelle Funktionsstörungen	HelloBetter Vaginismus Plus	1
Kognitive Störung	NeuroNation MED	1
Substanzkonsumstörungen	NichtraucherHelden-App, Smoke Free – Rauchen aufhören, vorvida	3
Persönlichkeitsstörungen	Priovi – Digitale Unterstützung der Borderline-Behandlung	1

VERORDNUNGSFÄHIGE DIGAS



aus Sander, Steubl & Baumeister (2024)

AGENDA

- Überblick Digitale Interventionen
- Frei verfügbare Angebote
- Verordnungsfähige DiGAs
- **Verordnungsfähige Angebote im Rahmen von Selektivverträgen**
- Zusammenfassung
- Fragen und Diskussion



VERORDNUNGS- FÄHIGE ANGEBOTE IM RAHMEN VON SELEKTIV- VERTRÄGEN

VERORDNUNGSFÄHIGE ANGEBOTE IM RAHMEN VON SELEKTIVVERTRÄGEN

36

- Krankenkassen haben die Möglichkeit, Verträge mit Hersteller:innen von Medizinprodukten zur speziellen Versorgung innerhalb selektivvertraglicher Vereinbarung zu schließen (gemäß § 140a Abs. 4a SGB V)
- Medizinische Produkte ohne Einschränkung auf Risikoklassen
- Gelten als **besondere Versorgung**: individuelle medizinische Beratung, Therapievorschlüge, Diagnostik – immer mit ärztlicher Einbindung!
- Bietet Möglichkeit zur **Evidenzgenerierung**

VERORDNUNGSFÄHIGE ANGEBOTE IM RAHMEN VON SELEKTIVVERTRÄGEN

37

Beispielprojekt: PSYCHOnlineTHERAPIE

Ziel: Untersuchung von Wirksamkeit, Kosten-Effektivität sowie Akzeptanz und Durchführbarkeit zweier Varianten verzahnter Psychotherapie für depressive Erkrankungen und Angsterkrankungen

→ Teilnehmende Psychotherapeut:innen können ihren Patient:innen innerhalb von Selektivverträgen Online-Lektionen integriert in die Routineversorgung zuweisen



PSYCHOnlineTHERAPIE



VERORDNUNGSFÄHIGE ANGEBOTE IM RAHMEN VON SELEKTIVVERTRÄGEN

38



PSYCHOnlineTHERAPIE_{fix}

Max. 16 Sitzungen KVT mit abwechselnd Online- und Routinesitzungen (letzte vor Ort oder videobasiert)



PSYCHOnlineTHERAPIE_{flex}

Max. 16 Sitzungen KVT mit einer beliebigen Aufteilung von Online- und Routinesitzungen (letzte vor Ort oder videobasiert)



PSYCHOnlineTHERAPIE_{Standard}

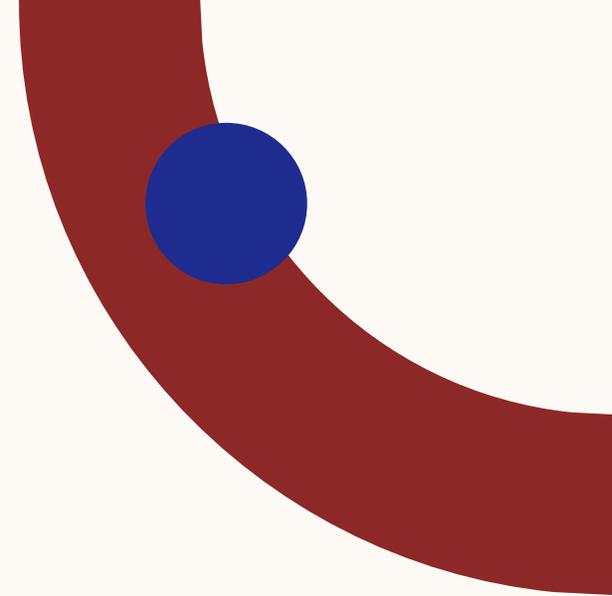
Max. 16 Routine-KVT-Sitzungen (vor Ort oder videobasiert)

AGENDA

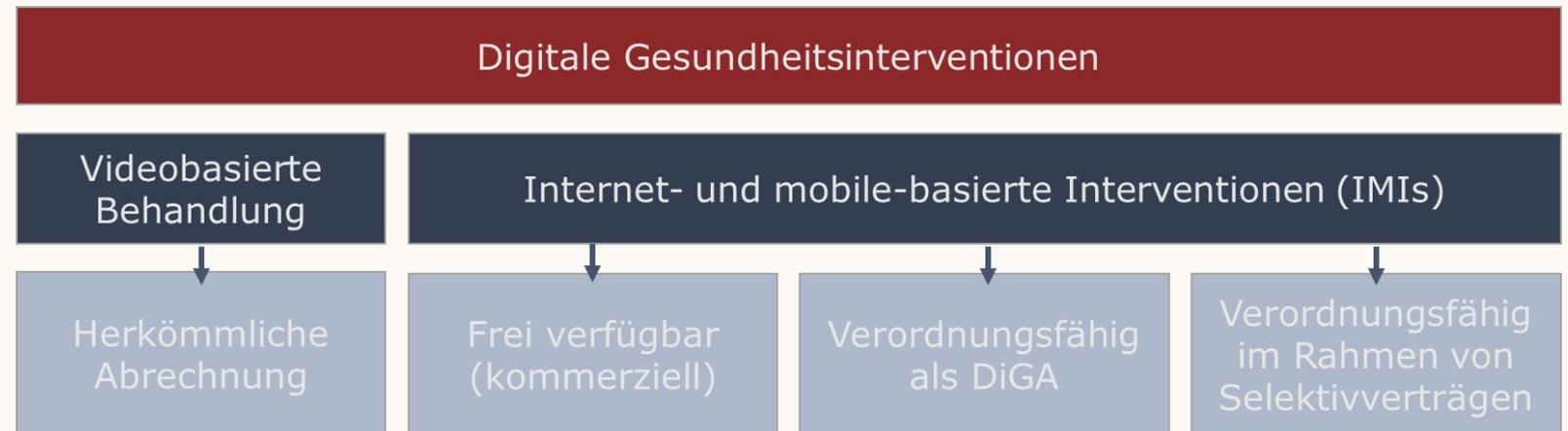
- Überblick Digitale Interventionen
- Frei verfügbare Angebote
- Verordnungsfähige DiGAs
- Verordnungsfähige Angebote im Rahmen von Selektivverträgen
- **Zusammenfassung**
- Fragen und Diskussion



ZUSAMMEN- FASSUNG



ZUSAMMENFASSUNG

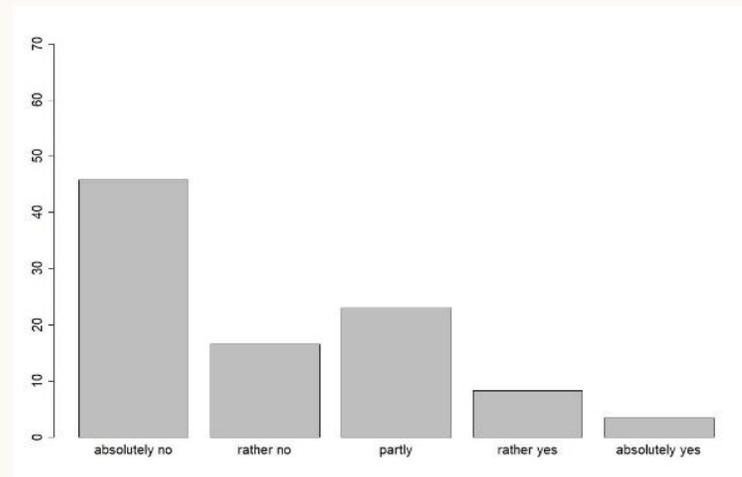


aus Steubl & Baumeister (2023a)

ZUSAMMENFASSUNG

ABER:

→ Akzeptanzraten (Patient:innen und Behandler:innen) zum Teil fraglich (Steubl et al., in Vorbereitung)



Item 4: I would seek treatment via digital health interventions in the future (in %; n=2519).

ZUSAMMENFASSUNG

ABER:

- Insgesamt Sicherheitsbedenken einer stand-alone Behandlung mit IMIs (auch bei DiGAs ohne weiterführende Integration) → Fehlende Nutzungskontrolle nach Verordnung bei fehlender therapeutischer Begleitung
- ...

AGENDA

- Überblick Digitale Interventionen
- Frei verfügbare Angebote
- Verordnungsfähige DiGAs
- Verordnungsfähige Angebote im Rahmen von Selektivverträgen
- Zusammenfassung
- **Fragen und Diskussion**



FRAGEN UND DISKUSSION

VIELEN DANK!

Lena Sophia Steubl, M.Sc.

Abt. Klinische Psychologie und Psychotherapie
Universität Ulm
Lise-Meitner-Straße 16
89081 Ulm

lena.steubl@uni-ulm.de

<https://www.linkedin.com/in/lena-sophia-steubl-314025137/>

REFERENZEN

Websites:

<https://mhad.science/de/>

<https://diga.bfarm.de/de>

Forschung:

Baumeister, H., Bauereiss, N., Zarski, A. C., Braun, L., Buntrock, C., Hoherz, C., Idrees, A.R., Kraft, R., Meyer, P., Nguyen, T.B.D., Pryss, R., Reichert, M., Sextl, T., Steinhoff, M., Stenzel, L., **Steubl, L.**, Terhorst, Y., Titzler, I. & Ebert, D. D. (2021). Clinical and cost-effectiveness of PSYCHOnlineTHERAPY: study protocol of a multicenter blended outpatient psychotherapy cluster randomized controlled trial for patients with depressive and anxiety disorders. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 660534.

Carlbring, P., Andersson, G., Cuijpers, P., Riper, H., & Hedman-Lagerlöf, E. (2018). Internet-based vs. face-to-face cognitive behavior therapy for psychiatric and somatic disorders: an updated systematic review and meta-analysis. *Cognitive Behaviour Therapy*, 47(1), 1-18.

Paganini, S., Terhorst, Y., Sander, L. B., Catic, S., Balci, S., Küchler, A. M., ... & Messner, E. M. (2021). Quality of physical activity apps: systematic search in app stores and content analysis. *JMIR mHealth and uHealth*, 9(6), e22587.

Sander, L. B., **Steubl, L. S.**, & Baumeister, H. (2024). Digitale Gesundheitsanwendungen in der Behandlung von Patientinnen und Patienten mit chronischen Schmerzen. *neuroreha*, 16(02), 72-79.

Sander, L. B., Schorndanner, J., Terhorst, Y., Spanhel, K., Pryss, R., Baumeister, H., & Messner, E. M. (2020). 'Help for trauma from the app stores?' A systematic review and standardised rating of apps for Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). *European journal of psychotraumatology*, 11(1), 1701788.

Steubl, L.S., Baumeister, H. (2023a). Therapie online in der Routineversorgung – Digitale Hilfe für die Psyche. *Neurotransmitter*, 9.

Steubl, L. S., & Baumeister, H. (2023b). Videobasierte Psychotherapie: Aktuelle Rahmenbedingungen und Entwicklungen sowie Empfehlungen für die praktische Umsetzung. *Bundesgesundheitsblatt-Gesundheitsforschung-Gesundheitsschutz*, 66(2), 154-159.

Steubl, L. S., Reimann, J., Simon, L., Terhorst, Y., Stach, M., Baumeister, H., ... & Messner, E. M. (2022). A systematic quality rating of available mobile health apps for borderline personality disorder. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 9(1), 17.

Steubl, L.S., Büscher, R., Sander, L.B., Baumel, A., Barck, K., Sachser, C., Fegert, J.M., Brähler, E., & Baumeister, H. (in Vorbereitung) Attitudes towards digital health interventions in Germany: Findings from a population-based representative survey

Terhorst, Y., Rathner, E. M., Baumeister, H., & Sander, L. (2018). «Hilfe aus dem App-Store?»: eine systematische Übersichtsarbeit und evaluation von apps zur anwendung bei depressionen. *Verhaltenstherapie*, 28(2), 101-112.