

Pressemitteilung  
Berlin, 12.10.2016

## **E-Mental-Health: großes Potenzial, aber auch Klärungsbedarf**

**Smartphone, Tablet und Computer sind zu einem ständigen Begleiter geworden. Mit neu entwickelten Anwendungen halten sie auch Einzug ins Gesundheitswesen. Gerade im Bereich der psychischen Gesundheit hat sich das Angebot vervielfacht. Doch wie wirksam, verlässlich und vertrauenswürdig sind die neuen Programme? Bieten sie die Chance, die Versorgung für Menschen mit psychischen Erkrankungen zu verbessern? Oder überwiegen die Risiken? Diese und weitere Fragen rücken DGPPN und DGPs auf ihrem heutigen Hauptstadtsymposium in Berlin ins Zentrum.**

Internetgestützte Interventionen zur Behandlung von psychischen Problemen und Erkrankungen sind auf dem Vormarsch. Das Angebot reicht von Informationsseiten und Diskussionsforen über Krankheitstagebücher bis hin zu evidenzbasierten vollwertigen therapeutischen Interventionen. Je nach Zielrichtung liegt der Schwerpunkt auf Aufklärung, Prävention, Diagnostik, Behandlung oder Rückfallprohylaxe. Die Anwendungen bieten großes Potenzial, den aktuellen Engpässen in der Versorgung entgegenzuwirken. Sie sind niederschwellig zugänglich, überall erreichbar und stehen rund um die Uhr zur Verfügung. Die Akzeptanz für die neuen Programme ist hoch, gerade bei jüngeren Menschen. Ihre Wirksamkeit konnte mittlerweile bei einer Reihe von psychischen Krankheitsbildern gezeigt werden.

Doch trotz ihres Potenzials stellen sich in Bezug auf die Online-Anwendungen grundlegende Fragen. Es fehlt in Deutschland an verbindlichen Qualitätsstandards: Oftmals ist unklar, wer hinter den Angeboten steht und wie qualifiziert sie sind, wer in Krisen ansprechbar ist, wie viele persönliche Kontakte zwischen Patient und Behandler notwendig sind oder ob die Datensicherheit gewährleistet wird. Die Berufsordnungen für Ärzte und Psychotherapeuten erlauben die Anwendung zurzeit nur unter bestimmten Bedingungen, die Übernahme der Kosten durch die Krankenkassen ist nicht geklärt.

Mit einer Reihe hochkarätiger Experten loten DGPPN und DGPs deshalb heute auf ihrem gemeinsamen Hauptstadtsymposium in Berlin die Chancen und Risiken von internetgestützten Interventionen bei psychischen Problemen und Erkrankungen aus – und machen einen Vorschlag zur Qualitätssicherung. Das Ziel ist es, sich über Maßnahmen zu verständigen, um diese Interventionen in der Regelversorgung von psychisch erkrankten Menschen in Deutschland zu etablieren – und dabei mögliche Risiken zu minimieren.

### **Kontakt**

DGPPN-Pressestelle | Jürg Beutler  
Reinhardtstraße 27 B | 10117 Berlin  
Telefon: 030 2404 772 11 | E-Mail: [pressestelle@dgppn.de](mailto:pressestelle@dgppn.de)

Hauptstadtsymposium der DGPPN und DGPs

## **Online-Interventionen bei psychischen Erkrankungen: Chancen und Risiken**

### **Experten-Statement**

**Dr. Iris Hauth**

Präsidentin der DGPPN

Mitglied der DGPPN-Taskforce E-Mental-Health

Ärztliche Direktorin des Zentrums für Neurologie, Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik,  
Alexianer St. Joseph-Krankenhaus Berlin-Weißensee

### **Patienten haben das Recht auf eine effektive und sichere Behandlung**

„Im Rahmen der Digitalisierung des Gesundheitswesens wird das Potenzial der neuen technischen Möglichkeiten zunehmend auch für die Versorgung von Menschen mit psychischen Belastungen und Erkrankungen erkannt. Angesichts schwerwiegender Versorgungslücken und dem Bedürfnis vieler Patienten nach zeitlich ungebundener und stärker selbstbestimmter Gestaltung der Behandlung besteht hier die Chance zu erheblichen Verbesserungen in der Behandlung von Menschen mit psychischen Problemen und Erkrankungen, zumal viele untersuchte Angebote – auch im direkten Vergleich mit der klassischen Psychotherapie – gut wirksam sind.

Gleichzeitig sind Ärzte, Therapeuten und insbesondere die Nutzer mit der Angebotsvielfalt überfordert. Und: Nutzer und ihre Behandler müssen in der Lage sein, wirksame und sichere Interventionen von solchen zu unterscheiden, die unzureichend untersucht und getestet bzw. unwirksam oder sogar schädlich sind. Als wissenschaftlich-medizinische Fachgesellschaft sieht es die DGPPN als ihre Aufgabe an, hier für Klarheit zu sorgen. Sie stellt daher auf dem Hauptstadtsymposium eine Reihe von Kriterien und Rahmenbedingungen vor, welche von Programmen erfüllt werden müssen, bevor sie in der klinischen Praxis in Deutschland eingesetzt werden können.

Zusammenfassend haben Patienten das Recht auf eine optimale Betreuung und Behandlung – auch mittels wissenschaftlich anerkannter internetgestützter Behandlungsmethoden. Diese müssen, sofern sie wirksam und sicher sind, allen Patienten zu Verfügung stehen und finanziert werden.“

Hauptstadtsymposium der DGPPN und DGPs

## **Online-Interventionen bei psychischen Erkrankungen: Chancen und Risiken**

### **Experten-Statement**

**Prof. Dr. Corinna Jacobi, Dipl.-Psych.**

DGPs-Fachgruppe Klinische Psychologie und Psychotherapie

Professur „Grundlagen und Interventionen von Essstörungen und assoziierten Störungen“

Technische Universität Dresden, Fakultät Mathematik und Naturwissenschaften

### **E-Mental-Health: Chancen und Herausforderungen**

„Wie in vielen anderen Bereichen des täglichen Lebens hat der Einsatz neuer Medien auch in der Versorgung psychischer Probleme und Erkrankungen mittlerweile einen bedeutsamen Stellenwert eingenommen. Unter dem Begriff „E-Mental-Health“ (Teilbereich von „E-Health“) wird der Einsatz von Informations- und Kommunikationstechnologien (insbesondere des Internets) zur Unterstützung bei psychischen Problemen und Erkrankungen sowie der Verbesserung der Versorgung psychischer Probleme und Erkrankungen bezeichnet.

E-Mental-Health kann folgende übergeordnete Maßnahmen beinhalten: Screening, Gesundheitsförderung, universelle und gezielte Prävention, Selbsthilfe, Frühintervention, Therapie und Nachsorge/Rückfallprophylaxe. Die Maßnahmen können entweder alleine, als sogenannte „Stand-Alone“-Maßnahmen zum Einsatz kommen, als Teil eines Stepped-Care Konzeptes (d. h. als erster Schritt mehrerer möglicher Versorgungsschritte) oder als Teil eines Blended-Care Konzeptes (d. h. in Kombination mit Face-to-Face-Maßnahmen).

Die Maßnahmen können auf unterschiedliche Weise dargeboten werden: z. B. übers Telefon, Internet (etwa über spezifische Informationsseiten oder als synchrone oder asynchrone Interventionen), als Virtual Reality Interventionen, Serious Games oder als Apps über Smartphone-Anwendungen.

In Anbetracht der Häufigkeit psychischer Probleme und Störungen sowie der monatelangen Wartezeiten auf einen Therapieplatz gibt es einen deutlichen Bedarf an solchen Interventionen. Mittlerweile liegen auch für eine Fülle psychischer Probleme und Störungen bereits Online-Interventionen vor. Gegenüber herkömmlichen Interventionen weisen Online-Interventionen eine Reihe von Vorteilen auf: Sie stellen ein orts- und zeitunabhängiges Angebot dar, eine individuelle Anpassung („Skalieren“) an die jeweilige Problemlage oder Ausprägung ist leicht möglich. Die Anonymität erleichtert manchen Menschen mit psychischen Problemen den Zugang und reduziert damit mögliche Stigmatisierungen. Schließlich können Online-Interventionen gegenüber Face-to-Face-Interventionen auch kosteneffizienter sein. Die Akzeptanz von Online-Interventionen ist überwiegend gut und für viele Stö-

rungen und Interventionen (Prävention und Therapie) liegen mittlerweile gute Wirksamkeitsnachweise vor.

Allerdings können diese Interventionen auch mit einigen Risiken und Nachteilen verbunden sein: Derzeit existieren noch keine klaren Qualitätsstandards, anhand derer der Nutzer oder Patient erkennen kann, dass es sich um wissenschaftlich überprüfte Interventionen handelt und dass weitere Qualitätskriterien (Sicherheit, Qualifikation der Online-Therapeuten etc.) erfüllt sind. Sowohl das ärztliche wie auch das psychologische Berufsrecht verbieten derzeit ihre Anwendung im Regelfall, selbst wenn der Patient dies wünscht. Der Umgang mit Krisensituationen ist ggf. schwieriger als im Rahmen einer Face-to-Face-Behandlung und für schwerwiegende psychische Störungen sind sie als alleinige Behandlungsmaßnahme nicht geeignet. Die übermittelten vertraulichen Informationen sind anfälliger für Missbrauch, weshalb in Hinblick auf Datenschutz und -sicherheit bestmögliche Standards eingehalten werden sollten.

Was erforderlich ist, damit Online-Interventionen zukünftig Teil der Regelversorgung werden können, wird im Rahmen des Hauptstadtsymposiums mit Experten aus Wissenschaft, Praxis, Gesundheitsversorgung, Mitgliedern von Fachverbänden sowie Experten zu rechtlichen und Datenschutzfragen diskutiert.“

Hauptstadtsymposium der DGPPN und DGPs

## **Online-Interventionen bei psychischen Erkrankungen: Chancen und Risiken**

### **Experten-Statement**

**Dr. David Daniel Ebert**

Präsident Elect International Society for Research on Internet Interventions

Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie (KliPs), Friedrich-Alexander Universität Erlangen/Nürnberg

### **Rahmenbedingungen umfassend festlegen**

„Internet- und mobil-basierte Interventionen (IMI) werden als große Chance für die Verbesserung der psychischen Gesundheitsversorgung diskutiert. Die Wirksamkeit von IMIs wurde inzwischen in über 100 klinischen Studien belegt. Gesicherte Wirksamkeitsnachweise auf Basis meta-analytischer Befunde liegen unter anderem für die Behandlung von Depression, verschiedenen Angststörungen, Schlafstörungen oder auch posttraumatischen Belastungsstörungen vor. Die Evidenzlage bei IMIs für viele andere Störungen stellt sich allerdings noch als lückenhaft dar. Bisher ist wenig darüber bekannt, wie im Rahmen von Blended-Konzepten IMIs und Face-to-Face-Angebote optimal kombiniert werden können, um z. B. die Wirksamkeit gegenwärtiger psychotherapeutischer Verfahren zu verbessern.

Insgesamt zeigt sich, dass IMIs, die rein online durchgeführt werden, ähnlich gute Ergebnisse erzielen können wie klassische psychotherapeutische Maßnahmen vor Ort. Dies gilt allerdings ausschließlich für therapeutenunterstützte Maßnahmen, bei denen Teilnehmer regelmäßig durch einen begleitenden Psychologen Rückmeldung auf die zu bearbeiteten Therapiemodule erhalten. Verschiedene nationale und internationale Implementierungsprojekte belegen zudem die Wirksamkeit auch im klinischen Alltag außerhalb randomisierter Studien, obwohl hierzu im deutschen Sprachraum noch weiterer Forschungsbedarf besteht. Reine Selbsthilfe-Interventionen ohne therapeutische Unterstützung sind therapeutenunterstützten Maßnahmen deutlich unterlegen und die Wirksamkeit unter Routinebedingungen kann derzeit nicht bestätigt werden.

Wenig ist über Kontraindikationen bekannt. Eine schwere Symptomatik hat sich im Bereich Depression und Angststörung nicht als Kontraindikation herausgestellt. Wenn Betroffene sich für die Behandlung mittels einer therapeutenunterstützten IMI entscheiden, können Sie auch bei schwerer Symptomatik substanzielle Erfolge erzielen.

Aktuelle online-basierte Therapiekonzepte stützen sich allerdings hauptsächlich auf kognitiv-verhaltenstherapeutische Prinzipien, während andere Ansätze, z. B. die psychodynamische Therapie,

bisher deutlich weniger erforscht wurden. Allerdings liegen auch hier vielversprechende Befunde auf Einzelstudienebene vor.

Forschungsbefunde weisen zudem darauf hin, dass vielfach Betroffene durch solche Angebote erreicht werden können, die durch klassische Maßnahmen vor Ort bisher nicht erreicht werden, entweder weil sie keinen zeitnahen Zugang zu ortsnaher Psychotherapie haben oder Psychotherapie vor Ort aus persönlichen Gründen, z. B. aus Angst vor Stigmatisierung nicht wünschen.

Hinsichtlich der weiteren Nutzung von IMIs im Versorgungssystem ergeben sich eine Reihe relevanter zu klärender Fragen, um einerseits das Potenzial solcher Ansätze für das Versorgungssystem voll auszuschöpfen und andererseits auch die Patienten- sowie die Handlungssicherheit auf Seiten durchführender Therapeuten sicherzustellen. Für eine ausreichende Behandlungssicherheit müssten z. B. die datenschutzrechtlichen und berufsrechtlichen Rahmenbedingungen weiter geklärt werden. Problematisch am gegenwärtigen Stand ist, dass auf Basis der jetzigen Regelungen verschiedene Leistungserbringer und -träger IMIs in der Versorgung psychischer Störungen anbieten, ohne diese als psychotherapeutische Interventionen zu kennzeichnen. Damit gibt es weder eine klare Qualitätskontrolle, noch sind die Anbieter den gängigen Standards zur Patientensicherheit und des Datenschutzes unterworfen. Ein wichtiger nächster Schritt wird daher darin bestehen, dass diese Rahmenbedingungen festgelegt werden, z. B. indem Sicherheitsstandards, standardisierte Konzepte zur Sicherstellung der Patientensicherheit beispielsweise im Umgang mit Krisen definiert werden sowie Qualifikationsanforderungen für begleitende Therapeuten vereinbart werden. Zudem bedarf es einer Klärung der Frage, welche Qualitätsstandards IMIs erfüllen müssen, um in der Prävention und Behandlung psychischer Störungen zum Einsatz zu kommen. Ebenso müssen Abrechnungs- und Finanzierungsmodelle entwickelt werden, die ermöglichen, dass sich Betroffene IMIs leisten können und Leistungserbringer die Patientenversorgung mittels evidenzbasierter IMIs abrechnen können.

Sind diese grundlegenden, strukturellen Fragen geklärt, wird es möglich sein, das Potenzial von IMIs für die weitere Verbesserung unseres Gesundheitssystems bestmöglich zu nutzen.

Hauptstadtsymposium der DGPPN und DGPs

## **Online-Interventionen bei psychischen Erkrankungen: Chancen und Risiken**

### **Experten-Statement**

**Dr. Philipp Klein**

Mitglied der DGPPN-Taskforce E-Mental-Health

Oberarzt an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Schleswig-Holstein

#### **Qualitätskriterien sind unverzichtbar**

„Internet-Interventionen haben ihre Wirksamkeit in zahlreichen Studien unter Beweis gestellt. Das gilt besonders in der Behandlung von Depressionen und Angsterkrankungen. Das bedeutet jedoch nicht, dass alle Angebote, die man im Internet oder App Stores findet, auch empfehlenswert sind. Vielmehr findet man im Netz ein buntes Durcheinander von mehr oder weniger professionellen Angeboten, von denen nur wenige in wissenschaftlichen Studien untersucht wurden. Aus diesem Grund haben wir in der Taskforce E-Mental-Health der DGPPN Qualitätskriterien vorgeschlagen, die Patienten und ihren Behandlern Orientierung in diesem Durcheinander geben sollen.

Ein wichtiges Ziel dabei: Internet-Interventionen, welche bestimmte Qualitätsanforderungen erfüllen, sollen in Zukunft von Ärzten und psychologischen Psychotherapeuten zulasten der Krankenkasse verschrieben werden können. Die von uns entwickelten Qualitätskriterien sollen in einem nächsten Schritt noch mit weiteren Fachgesellschaften, Krankenkassen, Anbietern und Patienten abgestimmt werden. Am Ende könnte ein Qualitätssiegel entstehen, aus welchem abzulesen ist, ob eine bestimmte Intervention empfehlenswert ist. Ein wichtiges Qualitätskriterium ist der Wirksamkeitsnachweis: Ein Qualitätssiegel kann nur an Interventionen vergeben werden, die in Studien gezeigt haben, dass sie wirken. Außerdem muss transparent sein, für welche Zielgruppe die Intervention gedacht ist, welche Inhalte der Nutzer erwarten kann und wie die Intervention auf Krisensituationen reagiert.“