
E-Mental-Health in Psychiatrie und Psychotherapie

Eva Meisenzahl • Ulrich Sprick

E-Mental-Health in Psychiatrie und Psychotherapie

Digitale Gesundheitsanwendungen,
Online-Therapieprogramme,
Videosprechstunden & Co

Unter Mitarbeit von Lena Köpke



Eva Meisenzahl
Klinik und Poliklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie der
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
LVR-Klinik
Düsseldorf, Deutschland

Ulrich Sprick
Ambulantes Zentrum und Tageskliniken
Alexius/Josef Krankenhaus
Neuss, Deutschland

ISBN 978-3-662-64456-0 ISBN 978-3-662-64457-7 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-64457-7>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2023

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Planung/Lektorat: Katrin Lenhart

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung und Überblick	1
1.1	Begriffsdefinition E-Health	2
1.2	Erwartungen der Nutzer an eine digitale Medizin	3
1.3	Digitale Medizin in Deutschland	4
1.3.1	Neue nationale Digitalisierungsstrategien in Deutschland	5
1.3.2	Telemedizinische Kommunikation	7
1.3.3	Gesundheits-Apps	8
1.3.4	Einführung der elektronischen Patientenakte (ePA)	8
1.3.5	Digitalisierung zwischen Gesundheit und E-Commerce	9
1.4	Big Data im Gesundheitswesen	10
1.5	Ausblick auf das Buch	11
	Literatur	13
2	Gesetzliche Rahmenbedingungen und Qualitätskriterien von Digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGA)	15
2.1	Begriffsdefinition Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA)	17
2.2	Gesetzliche Rahmenbedingungen	18
2.2.1	Das Digitale-Versorgung-Gesetz (DVG)	18
2.2.2	Die Digitale-Gesundheitsanwendungen-Verordnung (DiGAV)	19
2.2.3	Die CE-Kennzeichnung eines digitalen Therapieprogramms	20
2.2.4	Internationale Anforderungen der Food and Drug Administration (FDA)	23
2.3	Stakeholder rund um das Thema Sicherheit und Qualitätskriterien von digitalen Gesundheitsanwendungen	25
2.3.1	Die DGPPN-/DGPs-Kriterien der gemeinsamen Taskforce E-Mental-Health	25
2.3.2	Zulassungskriterien der DiGA durch das BfArM	29
	Literatur	34

3	Systematik E-Mental-Health-Interventionen	37
3.1	Herangehensweise in der Beratung von Patienten hinsichtlich E-Mental-Health-Angeboten	38
3.2	Nicht angeleitete Selbstmanagementprogramme	39
3.3	Angeleitete Selbstmanagementprogramme	40
3.4	Integrative Blended-Therapie	41
3.5	Chat- und textbasierte Therapie	42
3.6	Angebot der Virtuellen Realität (VR)	44
3.7	Verfahren der Avatare	46
3.8	Gamification – Therapieangebot mit spielerischen Elementen	47
3.9	Wearables	47
	Literatur	51
4	Indikationsspezifische Anwendungsfelder in Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik	53
4.1	Indikationsspezifische Anwendungsfelder	54
4.1.1	Depressive Störungen nach ICD-10: F3x.x	57
4.1.2	Angst- und Panikstörungen nach ICD-10: F4	58
4.1.3	Substanzabhängigkeiten nach ICD-10: F1	59
4.1.4	Schlafstörungen nach ICD-10: F5	59
4.1.5	Neurologische und psychosomatische Erkrankungen	60
4.1.6	Stress und Burnout	60
4.2	Praktischer Umgang mit digitalen Gesundheitstools	61
	Literatur	63
5	DiGA, weitere psychotherapeutische Anwendungen und primärpräventive Anwendungen	65
5.1	Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA)	67
5.1.1	deprexis	68
5.1.2	elevida	71
5.1.3	HelloBetter Diabetes und Depression	74
5.1.4	HelloBetter Panik	77
5.1.5	HelloBetter ratiopharm chronischer Schmerz	79
5.1.6	HelloBetter Stress und Burnout	81
5.1.7	HelloBetter Vaginismus Plus	84
5.1.8	Invirto	86
5.1.9	Kalmeda	89
5.1.10	Mindable: Panikstörung und Agoraphobie	91
5.1.11	NichtraucherHelden-App	93
5.1.12	Novego: Depressionen bewältigen	95
5.1.13	SELFAPYS ONLINE-KURS BEI DEPRESSION	98
5.1.14	Selfapys Online-Kurs bei Generalisierter Angststörung	100

5.1.15	Selfapys Online-Kurs bei Panikstörung	102
5.1.16	somnio	105
5.1.17	velibra	107
5.1.18	vorvida	110
5.2	Weitere digitale psychotherapeutische Anwendungen	113
5.2.1	HelloBetter Depression Akut	113
5.2.2	HelloBetter Schlafstörungen	115
5.2.3	HelloBetter Weniger Alkohol trinken	117
5.2.4	Novego Ängste	119
5.2.5	Novego Burnout	121
5.2.6	Novego Schlaf	123
5.2.7	DepressionsCoach der TK	125
5.3	Auswahl digitaler Präventivinterventionen	127
5.3.1	AOK Lebe Balance	127
5.3.2	AOK Stress im Griff	128
5.3.3	7Mind ABSM	129
5.3.4	HelloBetter Depression Prävention	131
5.3.5	HelloBetter Fit im Stress	132
5.3.6	moodgym	134
5.3.7	Novego Stressprävention	135
5.4	Anwendungsverzeichnis	136
Literatur		145
6	Herausforderungen bei der Implementierung von E-Mental-Health	149
6.1	Pricing & Reimbursement von DiGA	151
6.1.1	Pricing- und Reimbursementprozess für dauerhaft aufgenommene DiGA	152
6.1.2	Pricing- und Reimbursementprozess für vorläufig aufgenommene DiGA	153
6.1.3	Selektivverträge mit Krankenkassen	155
6.1.4	Herausforderung: Value-Based-Pricing	156
6.1.5	GOP für die Verordnung für DiGA	159
6.2	Bewerbung & Distribution von DiGA	160
6.2.1	Rechtlicher Rahmen des Marketings von DiGA	160
6.2.2	Zielgruppengerechte Kommunikation und Vertrieb	161
6.3	Akzeptanz von digitalen Angeboten bei Behandlern und Patienten	165
6.3.1	Zahlen und Daten	165
6.3.2	Erfahrungen und Erwartungen von Behandlern und Patienten	167
Literatur		171

7	Videosprechstunde	175
7.1	Vereinbarung über die Anforderungen an die technischen Verfahren zur Videosprechstunde gemäß § 365 Absatz 1 SGB V (Anlage 31b BMV-Ä)	177
7.2	Vergütung	180
7.3	Krankschreibungen und Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen (AU)	181
7.4	Ablauf der Videosprechstunde (nach KBV)	182
	Literatur	183
8	Ausblick, Chancen und Risiken von E-Mental-Health in Deutschland	185
	Glossar	189
	Stichwortverzeichnis	197

Über die Autoren

**Univ.-Prof. Dr. med. Eva Meisenzahl**

- leitet die psychiatrische Universitätsklinik der Heinrich-Heine-Universität /LVR Düsseldorf
- Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie
- Mitglied (PI) des EU-Projektes PRONIA „Personalized Prognostic Tools for Early Psychosis Management“
- Koordinatorin des nationalen Netzwerk-Projektes CARE mit KI-gestützter Diagnostik und risiko-adaptierter Therapie bei Hochrisikozuständen von Psychosen (www.care-network.eu)
- Supervisorin der DÄVT
- Chefärztin am LVR Düsseldorf

**Prof. Dr. med. Dr. rer. nat. Dipl.-Psych. Ulrich Sprick**

- Chefarzt der Ambulanzen und Tageskliniken des Alexius/Josef Krankenhauses in Neuss
- stellv. Ärztlicher Direktor
- Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Diplom-Psychologe, approbiert Psychologischer Psychotherapeut
- akkreditierter Supervisor der Psychotherapeutenkammer NRW
- Dipl. Oec. Med. (Gesundheitsökonom)
- Mitentwickler der Internetgestützten Psychotherapie Net-Step
- Mitglied der DGPPN-DGP Taskforce E-Mental-Health
- Mitglied der ISRII und der ESRII

Abkürzungsverzeichnis

ABSM	Achtsamkeitsbasiertes Stressmanagement
ACT	Acceptance and Commitment Therapy
AMNOG	Gesetz zur Neuordnung des Arzneimittelmarktes
App	Applikation
ÄZQ	Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin
BÄK	Bundesärztekammer
BfArM	Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, selbstständige Bundesoberbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit
BMG	Bundesministerium für Gesundheit
BSI	Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik
bspw.	beispielsweise
BVVP	Bundesverband der Vertragspsychotherapeuten e.V.
bzw.	beziehungsweise
ca.	circa
CBT	Cognitive Behavior Therapy
COVID-19	Coronavirus Disease 2019
d. h.	das heißt
D2P	doctor-to-patient
Diagn.	diagnostisch
diesbzgl.	diesbezüglich
DiGA	Digitale Gesundheitsanwendung(en)
DiGAV	Digitale-Gesundheitsanwendungen-Verordnung
DGPPN	Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde
DGPs	Deutsche Gesellschaft für Psychologie e.V.
DRKS	Deutsches Register klinischer Studien
DSGVO	Datenschutz-Grundverordnung
DVG	Digitale-Versorgung-Gesetz
DVMD	Fachverband für Dokumentation und Informationsmanagement in der Medizin
DVPMG	Digitale-Versorgung-und-Pflege-Modernisierungs-Gesetz
EEG	Elektroenzephalografie
eHBA	Heilberufsausweis

EKG	Elektrokardiogramm
ePA	elektronische Patientenakte/elektronische Gesundheitskarte
EU	Europäische Union
FDA	Food and Drug Administration
G-BA	Gemeinsamer Bundesausschuss
ggf.	gegebenenfalls
GKV	Gesetzliche Krankenversicherung
GmbH	Gesellschaft mit beschränkter Haftung
GOP	Gebührenordnung für Psychotherapeut*innen
Hih	Health Innovation Hub 2025
HMD	Head-Mounted-Display
HNO	Hals-Nasen-Ohren
HWG	Heilmittelwerbegesetz
ICD-10	International classification of diseases/Internationale Statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme
IKT	Informations- und Kommunikationstechnologien
ISI	Insomnie-Schweregrad-Index
ISMS	Informationssicherheits-Managementsystem
ISO	International Organization for Standardization
ISST	Fraunhofer Institut für Software- und Systemtechnik
IVDR	EU-Verordnung für In-vitro-Diagnostika
k. A.	keine Angabe(n)
KBV	Kassenärztliche Bundesvereinigung
KDL	Klinische Dokumentenklassen-Liste
KHG	Krankenhausfinanzierungsgesetz
KHZG	Krankenhauszukunftsgesetz
KI	Künstliche Intelligenz
künstl.	künstlich
KVT	Kognitive Verhaltenstherapie
MBO-Ä	(Muster-)Berufsordnung für die in Deutschland tätigen Ärztinnen und Ärzte
MC	Multiple Choice
MDD	Medical Device Directive
MDR	Medical Device Regulation
MPDG	Medizinproduktrecht-Durchführungsgesetz
MPG	Medizinproduktegesetz
MS	Multiple Sklerose
NLP-Engine	natural language processing engine
o. Ä.	oder Ähnliches
o. g.	oben genannte(n)
OTC	over the counter (nicht verschreibungspflichtige/rezeptfreie Medikamente)
PC	Personal Computer
PDSG	Patientendaten-Schutz-Gesetz

PKV	Privatkrankenversicherung
pSVV	patientenrelevante Struktur- und Verfahrensverbesserung
pVE	positiver Versorgungseffekt
s. u.	siehe unten
SGB	Sozialgesetzbuch
SMS	Short Message Service
TAU	treatment as usual
TSGVG	Terminservice- und Versorgungsgesetz
u. a.	unter anderem
UKSH	Universitätsklinikum Schleswig-Holstein
USA	United States of America/Vereinigte Staaten von Amerika
v. a.	vor allem
VR	Virtual Reality/Virtuelle Realität
WHO	World Health Organisation
z. B.	zum Beispiel
z. T.	zum Teil
ZIP	Zentrum für Integrative Psychiatrie
ZPP	Zentrale Prüfstelle für Prävention