

BfArM bestätigt medizinischen Nutzen von Depressionskurs

DiGA-Verzeichnis: Dauerhafte Aufnahme des Selfapy Online-Kurs bei Depression nun auch für leichte Formen der Depression

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) hat Selfapys Online-Kurs auch im Bereich der leichten Depression dauerhaft im DiGA-Verzeichnis gelistet. Damit bestätigte das BfArM die Ergebnisse der randomisiert kontrollierten Studie (RCT-Studie), die zeigt, dass Selfapys Online-Kurs die depressive Symptomatik von Patient*innen signifikant reduziert (zur peer-reviewten Studie hier). Selfapys Online-Kurs bei Depression kann somit bundesweit von allen gesetzlichen Krankenkassen ab sofort nicht nur für die mittelgradige Variante (F32.1, F33.1), sondern auch für die leichte Depression (F32.0, F33.0) erstattet werden.

Da in der RCT-Studie nur wenige Patient*innen mit einer leichten Depression eingeschlossen wurden, konnte im Frühjahr zunächst keine endgültige Listung im Bereich der leichten Depression erreicht werden. Durch zusätzlich nachgereichte Analysen gelang nun auch der Nachweis positiver Versorgungseffekte für leichte Formen der Depression, was zu einer entsprechenden Indikationserweiterung im BfArM-Verzeichnis führte.

Selfapy ist derzeit mit drei Online-Kursen im DiGA-Verzeichnis vertreten und strebt weitere Listungen im psychotherapeutischen Bereich an.

Berlin, 25.10.2022 – “Die endgültige Listung unseres Depressionskurses nun auch für leichte Varianten der Depression ist ein weiterer Meilenstein für Selfapy und ein wichtiges Zeichen für die digitale Gesundheitsversorgung. Die Wirksamkeit unserer Programme steht für uns an erster Stelle. Umso mehr freut es uns, dass das BfArM Selfapys Online-Kurs nun endgültig auch für die leichte Form der Depression im Verzeichnis aufgenommen hat.” – Nora Blum, CEO & Gründerin von Selfapy.

In Deutschland ist eine lange durchschnittliche Wartezeit von drei bis sechs Monaten auf einen Psychotherapieplatz Alltag. Viele Betroffene können nicht sofort die Hilfe in Anspruch nehmen, die sie benötigen. Für die knapp 6 Millionen an Depression erkrankten Menschen leisten online-basierte Therapieprogramme wie die von Selfapy daher einen wichtigen Beitrag im Versorgungssystem. Die dauerhafte Listung von Selfapy bei leichter bis mittelgradiger Depression bedeutet gute Neuigkeiten für Ärzt*innen und Therapeut*innen:

Sie können ihren Patient*innen Selfapys Depressionskurs auf Rezept verordnen. Die Kosten werden weiterhin von allen gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Indikationserweiterung im DiGA-Verzeichnis des BfArM

Das DiGA-Verzeichnis füllt sich immer weiter und erleichtert für Betroffene damit die Zugänglichkeit zu digitalen niederschwelligen Gesundheitsangeboten. Selfapys Online-Kurs bei Depression wurde im Dezember 2020 beim Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) als erste DiGA im Bereich Depression zunächst vorläufig gelistet. Innerhalb eines Jahres musste Selfapy die Wirksamkeit des Online-Kurses bei Depression mit einer RCT-Studie nachweisen. Durch die starken Ergebnisse der Studie der Charité hatte das BfArM im Frühjahr entschieden, Selfapys Kurs bei der Indikation mittelgradige Depression endgültig im Verzeichnis aufzunehmen.

Da die RCT-Studie nicht darauf ausgelegt war, relevante Unterschiede in Subgruppen aufzuzeigen, konnte im Frühjahr zunächst keine endgültige Listung im Bereich der leichten Depression und den assoziierten Depressionsformen erreicht werden. In zusätzlich nachgereichten Analysen konnte anschließend jedoch gezeigt werden, dass auch für die Subgruppe der leichten Depression eine statistisch signifikante und klinisch relevante Abnahme der depressiven Symptomatik erzielt wurde. Auch die Robustheit dieser Ergebnisse wurde durch das BfArM bestätigt. Damit gelang nun auch der Nachweis positiver Versorgungseffekte für leichte Formen der Depression, was zu einer entsprechenden Indikationserweiterung im BfArM-Verzeichnis führte. Für Selfapy ist das ein sehr wichtiger Schritt, da hiermit mehr Betroffenen geholfen werden kann.

Wirksamkeit in Charité-Studie bestätigt

Bereits letztes Jahr hat die Charité Berlin den Online-Kurs bei Depression von Selfapy für Patient*innen mit depressiver Erkrankung evaluiert. Die Studie mit 401 Teilnehmer*innen wurde bereits im Journal of Medical Internet Research peer-reviewed veröffentlicht (<https://formative.jmir.org/2022/4/e34330>).

Die Auswertung der Daten zeigte eine signifikante Abnahme der depressiven Symptomatik bei Nutzer*innen der DiGA um durchschnittlich 39,5 %. Die Ergebnisse der RCT-Studie verdeutlichen den Beitrag von Selfapys DiGA in der therapeutischen Versorgungslage.

“Bei Selfapy steht die Wirksamkeit unserer Programme an erster Stelle. Wir freuen uns, dass die Studie der Charité bestätigte, dass Selfapy die depressive Symptomatik der Betroffenen signifikant reduziert. Zurzeit werden vier weitere Wirksamkeitsstudien zu Online-Kursen von Selfapy durchgeführt. “Auf Basis der weiteren Studien wird auch die endgültige Aufnahme der Online-Kurse bei Generalisierter Angststörung und Panikstörung im DiGA Verzeichnis angestrebt.” – Nora Blum, CEO & Gründerin von Selfapy.

Über Selfapy

Selfapy ist Deutschlands führender Anbieter für Online-Unterstützung bei psychischen Belastungen und wurde 2016 von Nora Blum und Katrin Bermbach in Berlin gegründet. In Deutschland leiden rund 18 Millionen Menschen an einer psychischen Erkrankung wie Burnout, Depression oder an Angststörungen. Oftmals müssen sie bis zu sechs Monate auf eine Behandlung warten. Selfapy bietet Menschen in psychischen Belastungssituationen flexible Unterstützung ohne Wartezeit. Die 12-wöchigen Kurse wurden von erfahrenen Psycholog*innen entwickelt und setzen die Ansätze der Kognitiven Verhaltenstherapie digital um. Weitere Informationen über Selfapy finden Sie unter selfapy.com.