Kurzvorstellung:

Selfapy Binge-Eating Kurs

Selfapy

Agenda

1. **Vorstellung:** Selfapy DiGA
2. **Exkurs:** Binge Eating- Kurs
3. **Einblick:** Qualität und Sicherheit
4. **Erläuterung:** Einsatzmöglichkeiten



Selfapy

Wie sieht Selfapys Lösung aus?

Unsere Lösung

Unsere Selfapy Kurse im DiGA Verzeichnis:

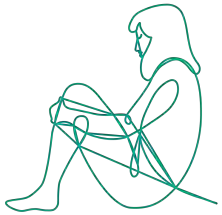
Dauerhaft im DiGA-Verzeichnis gelistet

Vorläufig im DiGA Verzeichnis gelistet



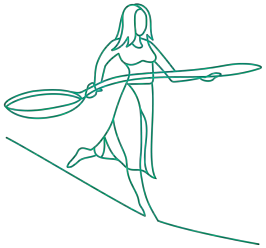
Depression

(F32.0, F32.1, F33.0, F33.1)



Generalisierte Angststörung

(F41.1)



Binge-Eating-Störung

(F50.4, F50.9)



Bulimia Nervosa

(F50.2, F50.3)

neu

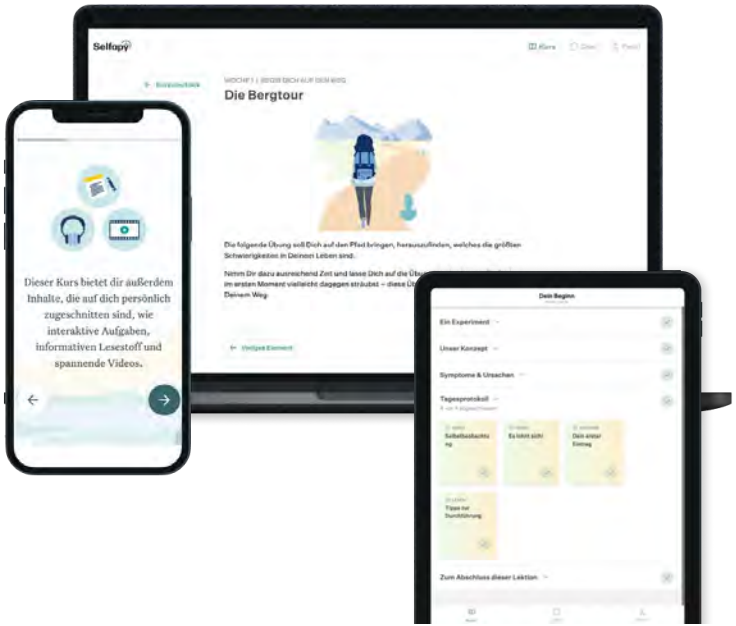


chronische Schmerzen

(F45.40, F45.41, M54)

Unsere Lösung

Selfapy Kurse: Überblick



12 Lektionen in 12 Wochen

evidenzbasierte Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie entsprechend der Leitlinien

- zusätzlich Aspekte anderer Schulen z.B.: Achtsamkeitsbasierte Übungen/ Methoden und die der Acceptance and Commitment Therapy (ACT)

Selfapy Content Entwickler Qualifikationen:

- Master in (klinischer) Psychologie und Patient*innenerfahrung & waren/ sind in PT-Ausbildung
- mit Hilfe von Medical Advisor entwickelt: approbierte Psychotherapeut*innen

Selfapy

Herzlich Willkommen zum Selfapy Binge-Eating Therapieprogramm!

Unsere Lösung

Messung der Symptomatik zur Verlaufskontrolle

Standardisierte Fragebögen


Wie geht es dir?

Widmen wir uns nun deinen Symptomen. Das Ausmaß deiner Schmerzen sowie deren Einfluss auf verschiedene Lebensbereiche erfassen wir mithilfe eines Fragebogens, dem sogenannten Multidimensionalen Schmerzfragebogen MPI-D. In regelmäßigen Abständen bitten wir dich, die entsprechenden Fragen zu beantworten. Damit können wir nicht nur deine bestehenden Symptome optimal einschätzen, sondern du erhältst auch die Möglichkeit zu überprüfen, wie sich deine Schmerzen und deren Auswirkungen auf deine verschiedenen Lebensbereiche im Laufe der Zeit verändert.

Welchen Einfluss haben die Schmerzen auf dein Leben?

1. Schätze das Ausmaß deiner derzeitigen Schmerzen ein (jetzt im Moment)

0 1 2 3 4 5 6

2. Wie sehr behindert dich der Schmerz durchsch
Aktivitäten?

Nutzungsbericht als PDF-Download


DiGA Therapiebericht

Patienten ID: 734 | Geburtsdatum: 11.11.1987

DiGA Name: Selfapys Online-Kurs bei Depressionen

Überblick

PHQ-9-Wert: 18 (Stand 23.04.2021), Interpretation: Ein PHQ-9-Wert von 18 deutet auf mittelgradige depressive Symptome hin.

Therapieaufbau

Folgende Lerneinheiten wurden absolviert:

1. Dein Beginn
   Angefangen am 23.04.2021; abgeschlossen am 23.04.2021
2. Erste Erkenntnisse
   Inhalte: Zusammenhang Denken, Fühlen und Handeln; Psychoedukation; Selbstbeobachtung
   Angefangen am 23.04.2021; abgeschlossen am 23.04.2021
3. Deine Kraftquellen
4. Aktiv werden
5. Automatische Gedanken
6. Realistische Gedanken
7. Problemlösetraining
8. Selbstwertgefühl
9. Selbstwirksamkeit

Verlaufsdiagnostik sichtbar

- **EAT-26-Verlauf**
- **Erkenntnisse aus Kursinhalt**
- Nutzungsdauer

Unsere Lösung

Konzept zur Patient*innen-Sicherheit





Messung des Schweregrades der Symptomatik

durch standardisierten Fragebögen **EAT-26 bzw. PHQ-9**

Implementierte Texterkennung

zur **Erkennung von Suizidalität**

Psychologinnen kontrolliert bei Alert

Antworten der Patient*innen oder nimmt via Chatfunktion Kontakt auf und verweist, sofern nötig, **an andere Anlaufstellen**

Zielsetzung

Dein Beginn

Woche 1

Woche 2

Erste Erkenntnisse

Psychoedukation

Dein Essverhalten

Woche 3

Woche 4

Negative Gedanken

Stressreduktion

Umgang mit Gefühlen

Woche 5

Woche 6

Stress

Erlernen weiterer hilfreicher Strategien

Selbstwertgefühl

Woche 7

Woche 8

Kraftquellen

Soziale Umwelt

Woche 9

Woche 10

Achtsamkeit

Problemlösetraining



Gewichtskontrolle



Woche 11

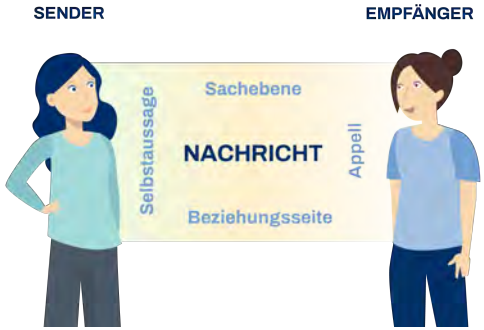
Woche 12

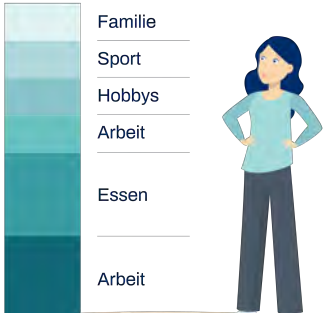
Rückfallkoffer

Rezidivpro-phylaxe

Illustrierter Beispielcharakter & Info-Grafiken







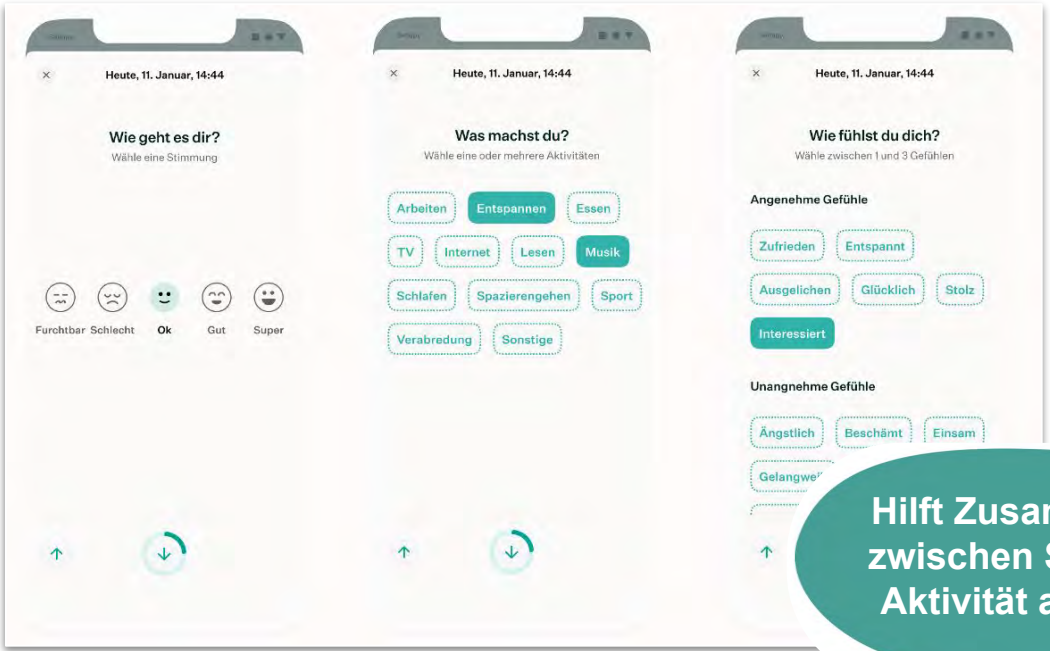


abwechslungsreich & anschaulich

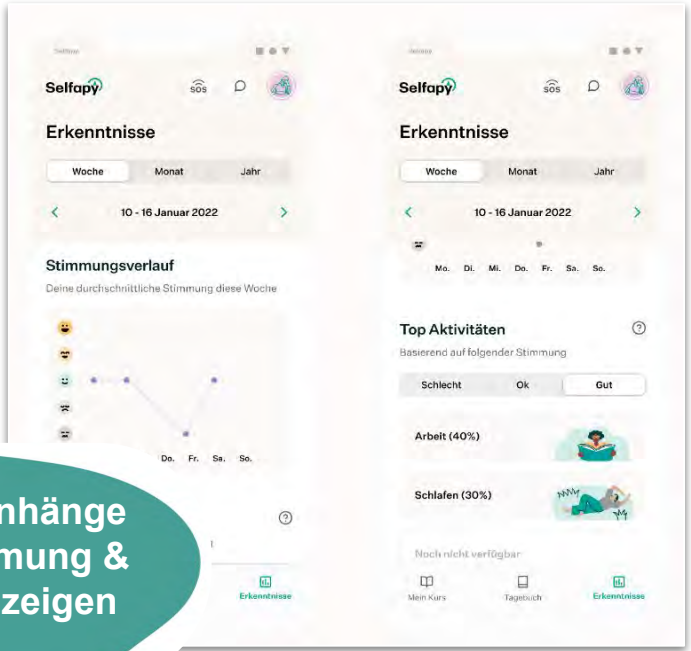
Unsere Lösung

Begleitende Tagebuch-App

Dokumentation durch Nutzer*in



Auswertung



Hilft Zusammenhänge zwischen Stimmung & Aktivität aufzuzeigen

Wie gewährleisten wir Qualität und Sicherheit unserer Kurse?

Als Medizinprodukthersteller unterliegt Selfapy strengsten Datenschutz- und Datensicherheitsanforderungen

Datenschutz nach DSGVO

Wir erfüllen die **strengen Kriterien der DSGVO** und des **Bundes-datenschutzgesetzes**.

Medizinproduktzertifizierung

Als **zertifizierter Medizinprodukthersteller nach MDR Klasse 1** erfüllen wir zusätzliche Anforderungen an Qualität und Sicherheit.

Zertifizierung nach internationalen Standards

ISO 27001 (Informationssicherheitsmanagementsystem zum Schutz vertraulicher Daten) zertifiziert.

ISO 13485:2016 (Qualitätsmanagementsystem für das Design und die Herstellung von Medizinprodukten) zertifiziert.



Mehr Informationen unter

www.selfapy.com/de/datenschutz

Wissenschaftliche Evaluation

- **Wirksamkeit & Sicherheit von Selfapys Online-Kursen wird in unabhängigen randomisiert-kontrollierten Studien evaluiert**
- Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) prüft den Nachweis des medizinischen Nutzens nach strengen Kriterien
- es gab Patient*innen die bereits in PT-Behandlung waren - Großteil, aber in Wartezeit


Efficacy of a Web-Based Intervention for Depressive Disorders: Three-Arm Randomized Controlled Trial Comparing Guided and Unguided Self-Help With Waitlist Control


Internet Interventions

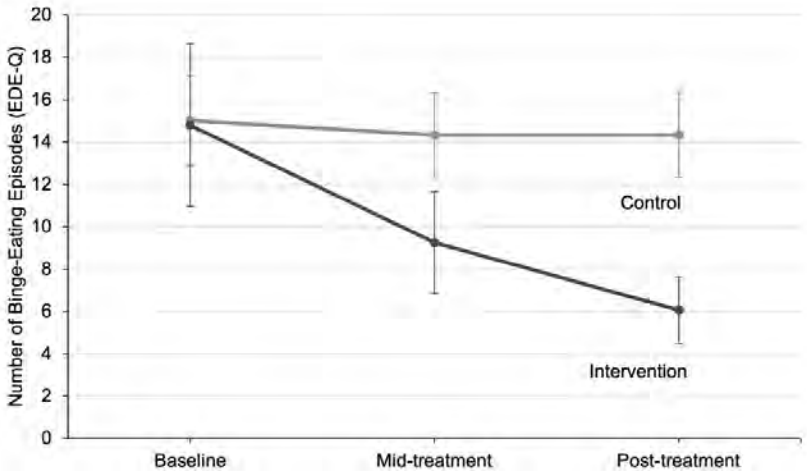
Evaluation of an online-based self-help program for patients with generalized anxiety disorder - A randomized controlled trial

Unsere wissenschaftlichen Partner:

- **Charité Berlin**
- **Justus-Liebig-Universität Gießen**
- **Universität Heidelberg**
- **Humboldt-Universität zu Berlin**

Klinische Evidenz unseres Binge-Eating Kurses

Binge-Eating Episoden im Vergleich zur Kontrollgruppe



Primäre Ergebnisse

- klinisch relevante **Reduktion von Binge-Eating Episoden um 9,02 Episoden (Cohen's d = -0,79)**
- **sign. Symptomreduktion von 60,99%** nach 12 Wochen

Sekundäre Ergebnisse

- **globale Esspsychopathologie** verbesserte sich statistisch signifikant um **25,83%**

Qualität und Sicherheit: Unser Fachbeirat

Expert:innen aus verschiedenen Sparten des Gesundheitssystems sichern die Qualität unserer Arbeit



Prof. Dr. Volker Amelung
Professor Medizinische Hochschule Hannover, Vorstandsvorsitzender des Bundesverbandes Managed Care



Dr. Eva Asselmann
Senior Researcher an der Professur für Persönlichkeits-psychologie der Humboldt-Universität Berlin



Mark Barjenbruch
Vorstandsvorsitzender der Kassenärztliche Vereinigung Niedersachsen



Prof. Dr. Michael Kellner
Chefarzt Klinik für Psychiatrie Klinikum Herford, Beirat Deutsche Angsthilfe e.V.



Prof. Dr. Stephan Köhler
Ärztlicher Direktor am St. Joseph Krankenhaus in Berlin-Weißensee



Dr. Dieter Kreeb
Gründer Valuemed Gesundheitsökonomie



Prof. Dr. Bernd Leplow
Seniorprofessor, Institut für Psychologie, Martin-Luther Universität Halle-Wittenberg



Prof. Dr. Ulrike Lüken
Professorin für Psychotherapie Humboldt Universität zu Berlin



Christoph Meinecke
Stellv. Hauptgeschäftsführer Unternehmerverbände NI, Verwaltungsrat AOK NI, GKV Spitzenverband



Dr. Barbara Mildenberger
Ärztliche Leiterin ARGORA Klinik Berlin, Tagesklinik& Praxis für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie



Dr. Benedikt Reuter
Wissenschaftlicher Mitarbeiter für Klinische Psychologie Humboldt Universität zu Berlin



Anke Ruedinger
Vorsitzende des Apotheken Verbandes Berlin

Welche Vorteile bringen die Selfapy DiGA Ihnen und Ihren Patient*innen?

Verordnungsprozess

Einsatzmöglichkeiten in Therapie und Praxis

Therapievorbereitung



Wartezeitüberbrückung/ Einführen in KVT Methoden

- Chronifizierung verhindern
- Patient*innen unterstützen ohne Behandlungskapazitäten
- ggf. Behandlungszeit verkürzen

Therapiebegleitung



Ergänzende Unterstützung/ Therapiepausen

- Zeitersparnis
- Verlaufsdiagnostik sichtbar machen
- Zusatzmaterialien
- eigenständige Vertiefungsübungen

Nachsorge



Rezidivprophylaxe/ Therapieauffrischung

- Therapieerfolge sichern
- Restsymptomatik reduzieren
- Vergessensprozessen entgegenwirken

Vielen Dank!

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit!



Ihre Ansprechpartnerin

Sophia Kreuzer

Sales Development Manager

fachkreise@selfapy.com



Ihre Ansprechpartnerin

Sabrina Marquardt

Sales Development Manager

fachkreise@selfapy.com