



BfArM bestätigt medizinischen Nutzen von Depressionskurs

DiGA-Verzeichnis: Selfapys Online-Kurs bei Depression dauerhaft aufgenommen

- Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) hat Selfapys Online-Kurs im Bereich mittelgradige Depression dauerhaft im DiGA-Verzeichnis gelistet.
- Damit bestätigte das BfArM die Ergebnisse der randomisiert kontrollierten 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 weiterhin bundesweit von allen gesetzlichen Krankenkassen erstattet werden
- Da in der RCT-Studie nur sehr wenig Patient:innen mit einer leichten Depression eingeschlossen wurden, konnte zum jetzigen Zeitpunkt keine endgültige Listung im Bereich der leichten Depression und den assoziierten Depressionsformen erreicht werden
- Selfapy ist derzeit mit drei Online-Kursen im DiGA-Verzeichnis vertreten und strebt weitere Zertifizierungen im psychotherapeutischen Bereich an

Berlin, 11.04.2022 – “Die endgültige Listung unseres Depressionskurses ist ein großer Schritt für Selfapy und ein wichtiges Zeichen für die digitale Gesundheitsversorgung. Die Wirksamkeit unserer Programme steht für uns an erster Stelle. Daher freuen wir uns, dass das BfArM Selfapys Online-Kurs nun endgültig 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 sind gute Neuigkeiten für Ärzt:innen und Therapeut:innen: Sie können ihren Patient:innen Selfapys Depressionskurs bei mittelgradiger Indikation verordnen. Die Kosten werden weiterhin von allen gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Listung im BfArM

Das DiGA-Verzeichnis füllt sich immer weiter und erleichtert für Betroffene damit die Zugänglichkeit zu digitalen niederschweligen 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 seines Online-Kurses bei Depression mit einer RCT-Studie nachweisen. Durch die starken Ergebnisse der Studie der Charité hat das BfArM entschieden, Selfapys Kurs bei der Indikation mittelgradige Depression endgültig im Verzeichnis aufzunehmen. Für Selfapy ist das ein sehr wichtiger Schritt, da hierdurch die Wirksamkeit des Depressionskurses offiziell bestätigt wurde.



Für leichte Depression sowie dazugehörigen unspezifische Indikationen gelang die endgültige Aufnahme ins DiGA-Verzeichnis noch nicht, da der Anteil von entsprechend betroffenen Teilnehmer:innen in der Studie zu klein war. "Unser Ziel bleibt es weiterhin, Betroffenen auch bei leichten Depressionen schnelle Hilfe zu liefern. Deswegen werden wir eine neue Wirksamkeitsstudie spezifisch für leichte Depressionen durchführen und neue Daten einreichen. Auch unsere internen Daten zeigen eine klare Wirksamkeit bei der leichten Depression." so Nora Blum.

Wirksamkeit von Charité bestätigt

Letztes Jahr hat die Charité Berlin den Online-Kurs bei Depression von Selfapy für Patient:innen mit depressiver Erkrankung evaluiert. Die Studie wurde bereits im Journal of Medical Internet Research peer-reviewed veröffentlicht ([Link](#)).

"Die Auswertung der Daten der 401 Teilnehmer:innen zeigten eine signifikante Abnahme der depressiven Symptomatik um durchschnittlich 39,5%. Die Ergebnisse der RCT-Studie verdeutlichen den Beitrag von Selfapys DiGA in der therapeutischen Versorgungslage. Das untermauert die Entscheidung des BfArM zur endgültigen Listung des Online-Kurses bei Depression von Selfapy, über die ich mich sehr freue." Prof. Dr. Stephan Köhler, Personalleitender Oberarzt, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Charité Berlin.

"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.

Pressekontakt

Nils Wigger

Presse & Kommunikation

Mail: nils@get-press.de

Tel: +49 151 5193 8489