

## Studie belegt positive Wirkung von deprexis®24 beim Einsatz in der klinischen Psychotherapie

**München 11. Januar 2018** – Bei der klinischen Behandlung von Depressionen ist es wichtig, den Körper und die Seele in Einklang zu bringen und den psychischen und physischen Zustand der Patienten ganzheitlich zu betrachten. Dass dabei die Digitalisierung helfen kann, zeigt eine aktuelle Studie der Psychosomatischen Klinik in Bad Neustadt / Saale: 229 Patienten nahmen an einer neuen Untersuchung teil, bei dem erstmals das Online-Therapieprogramm deprexis®24 zusätzlich zur durchgeführten stationären Psychotherapie zum Einsatz kam. Es konnte nachgewiesen werden, dass sich die depressiven Symptome der deprexis®24 Nutzer signifikant verbessert haben im Vergleich zu der Kontrollgruppe (Psychotherapie und Onlineinformation zu Depression). Dieser Effekt blieb auch über das Entlassungsdatum hinaus bestehen (nachgewiesene Effektstärke nach Cohen:  $d = .44$ )<sup>1</sup>.

### Stationäre Psychotherapie verbessert sich durch deprexis®24

Die Therapie in der Bad Neustädter Klinik besteht unter anderem aus Einzel- und Gruppentherapien, kreativen psychotherapeutischen Maßnahmen sowie Patientenschulungen und sportlichen Übungen. Von den 229 Teilnehmern der Studie erhielten 115 zudem die Möglichkeit, sich einmal in der Woche eine Stunde lang mit deprexis®24 zu beschäftigen. Das Online-Therapieprogramm basiert auf den Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie und bietet verschiedene Module wie Entspannung, körperliche Aktivitäten und soziale Kompetenz an. Die Kontrollgruppe bekam Zugang zu online verfügbarem Lesematerial. Dieses Angebot wurde dabei nur halb so oft in Anspruch genommen wie die Unterstützung durch deprexis®24.

„Wir freuen uns sehr über den Nachweis, dass eine kombinierte Behandlung von Online-Therapieprogrammen mit stationärer Psychotherapie funktioniert“, sagt Oliver Kirst, Geschäftsleiter von Servier Deutschland. „Denn die Anwendung der Online-Therapie lieferte neben einer Reduzierung der depressiven Symptome auch eine Verbesserung der Lebensqualität, dem Selbstwertgefühl und verringerte zudem die Ängste der Teilnehmer.“

In den letzten Jahren hatte sich in Meta-Analysen von Studien bereits gezeigt, dass Online-Therapieprogramme und insbesondere deprexis®24 bei der Behandlung von Depressionen eine sinnvolle Hilfeleistung darstellen kann<sup>2</sup>. Diese Studien basieren auf der Anwendung der Programme ohne die Unterstützung durch einen Therapeuten. Auch bei der jetzt durchgeführten Studie im Klinik-Umfeld waren die Therapeuten nicht involviert. Es stellte sich außerdem heraus, dass das Arzt-Patienten-Verhältnis durch deprexis®24 in keiner Weise gestört wurde. Die Therapeuten-Patienten-Beziehung verbesserte sich sogar tendenziell in der Interventionsgruppe.

Und: Anstatt durch die Mehrarbeit mit dem Online-Therapieprogramm einer höheren Belastung ausgesetzt zu sein, erreichten die Patienten stärkere und dauerhaftere Behandlungseffekte. Das Feedback der Studienteilnehmer fiel dabei sehr positiv aus: 79% zeigten sich zufrieden bis sehr zufrieden im Gegensatz zu 46% in der Kontrollgruppe.

In einer weiteren, ebenfalls neu erschienenen Studie wurde außerdem die Wirksamkeit von deprexis®24 bei der ambulanten Psychotherapie nachgewiesen<sup>3</sup>.



### **Individualisierte und interaktive Online-Soforthilfe für Menschen mit Depressionen**

Schnelle, gezielte und ortsunabhängige Hilfe können Betroffene bei Online-Therapieprogrammen erhalten. Entscheidend ist, dass die Wirksamkeit des Programms in wissenschaftlichen Studien nachgewiesen wurde, wie zum Beispiel beim Online-Therapieprogramm **deprexis®24** [1,3,4-13].

Mithilfe dieses Programms kann der Nutzer verschiedene Online-Module beliebig oft durcharbeiten. Die Module decken dabei Themen ab, die auch in der klassischen kognitiven Verhaltenstherapie behandelt werden, zum Beispiel kognitive Aspekte der Depression, Entspannung, körperliche Aktivität oder soziale Kompetenz. Aus dem Behandlungsalltag ist bekannt, dass die Anwendung des Programms noch erfolgreicher ist, wenn der behandelnde Arzt oder Psychotherapeut in die Nutzung eingebunden ist.

#### **deprexis®24: Effektiv, flexibel und interaktiv**

Das von der Servier Deutschland GmbH vertriebene und als Medizinprodukt CE-zertifizierte Online-Therapieprogramm **deprexis®24** bietet bei unipolarer Depression oder depressiver Verstimmung eine wirksame Therapieunterstützung und/oder Wartezeitenüberbrückung.

Das interaktive Programm basiert auf anerkannten Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie und wurde von Ärzten und Psychotherapeuten mitentwickelt. Es ist auf allen Computern und mobilen Endgeräten verfügbar. **deprexis®24** führt über einen Zeitraum von drei Monaten einen virtuellen interaktiven, dynamischen Dialog mit dem Nutzer und reagiert individuell auf dessen Antworten. Es kann mit oder ohne begleitende Unterstützung durch einen Arzt oder Psychotherapeuten angewendet werden, deren Begleitung der Anwendung von **deprexis®24** verbessert jedoch den Effekt.

Die signifikante antidepressive Wirksamkeit von **deprexis®24** wurde in zwölf wissenschaftlichen Studien in Deutschland mit mehreren tausend Patienten nachgewiesen [1,3,4-13]. Das in Deutschland entwickelte Online-Therapieprogramm erfüllt die strengen Anforderungen des Bundesdatenschutzgesetzes.

Ziel ist es, dem Patienten in seiner Depression zu helfen und die Fähigkeit zu einem verbesserten Selbstmanagement zu unterstützen. Weitere Informationen zu **deprexis®24** unter: <https://www.deprexis24.de>

#### **Über Servier**

Das internationale, als private Stiftung geführte Pharmaunternehmen Servier investiert jährlich ein Viertel seines Umsatzes in die Forschung und Entwicklung neuer Medikamente. Mit über 21.000 Mitarbeitern ist Servier das zweitgrößte Pharmaunternehmen Frankreichs. Patienten und Innovationen stehen im Mittelpunkt aller Aktivitäten.

Weltweit vertreibt das 1954 gegründete Unternehmen über 30 Medikamente aus den Bereichen Herz-Kreislauf, Diabetes, Osteoporose, Krebs und Depression. Täglich werden über 64 Millionen Patienten versorgt.

Im Geschäftsjahr 2017 erwirtschaftete Servier Umsatzerlöse in Höhe von rund 4,15 Milliarden Euro.

Seit dem Tod des Firmengründers Dr. Jacques Servier im Jahr 2014 ist das Unternehmen in eine private Stiftung überführt worden und wird von einem Stiftungsrat und dem Präsidenten Olivier Laureau geführt.

Die deutsche Niederlassung des französischen Traditionsunternehmens mit Hauptsitz bei Paris wurde 1996 in München gegründet. In Deutschland werden Medikamente zur Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Onkologie und Depression vermarktet. Die Unterstützung wissenschaftlicher Förderpreise sowie soziales Engagement sind selbstverständlich für Servier. ([www.servier.de](http://www.servier.de))

#### **Literatur**

[1] Zwerenz, R., et al., Online Self-Help as an Add-On to Inpatient Psychotherapy: Efficacy of a New Blended Treatment Approach. *Psychother Psychosom*, 2017. 86: p. 341-350.

[2] Twomey C, O'Reilly G, Meyer B: Effectiveness of an individually-tailored computerized CBT programme (Deprexis) for depression: a meta-analysis. *Psychiatry Res* 2017; 256: 371–377

[3] Berger, T., et al., Evaluating an e-mental health program (deprexis) as adjunctive treatment tool in psychotherapy for depression: Results of a pragmatic randomized controlled trial. *J Affect Disord* 2017. 227: p. 455-462.

- [4] Meyer B et al. J Med Internet Res 2009; 11(2):e15. doi: 10.2196/jmir.1151
- [5] Berger T et al. Cog Behav Ther 2011; 40: 251-266
- [6] Moritz S et al. Behav Res Ther 2012; 50: 513-521
- [7] Schröder J et al. Epilepsia 2014; 55: 2069-2076
- [8] Meyer B et al. Internet Interventions 2015; 2: 48-59
- [9] Fischer A et al. Lancet Psychiatry 2015; 2: 217-223
- [10] Gräfe, V. and Greiner, W. (2016), Deutsche Gesellschaft für Gesundheitsökonomie, Berlin
- [11] Klein P et al. Psychother Psychosom 2016; 85:218-228
- [12] Beevers, C.G., et al. J Consult Clin Psychol, 2017:367-380
- [13] Gräfe V, Greiner W. The Journal of The International Society for Pharmacoeconomics and Outcomes Research. 2017;20(9):A714

**Pressekontakt:**

Arnd Prilipp, Head of External Communications  
Tel +49 (0)89 570 95 176 – Fax +49 (0)89 570 95 126  
Servier Deutschland GmbH  
Eisenheimerstraße 53 – 80687 München - Deutschland