

Quellen für die in der digitalen Gesundheitsanwendung umgesetzten medizinischen Inhalte und Verfahren, insbesondere Leitlinien, Lehrwerke und Studien

HelloBetter Diabetes und Depression basiert auf Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT). Die zur Anwendung kommenden Inhalte und Methoden des Online-Programms (Psychoedukation, Verhaltensaktivierung, Stärkung der Problemlösekompetenz) sowie deren Wirksamkeit sind unter anderem in der folgenden Literatur näher beschrieben:

- Cuijpers P, van Straten A, Warmerdam L: Behavioral activation treatments of depression: a meta-analysis. *Clin Psychol Rev* 2007, 27:318–326.
- Cuijpers P, van Straten A, Warmerdam L: Problem solving therapies for depression: a meta-analysis. *Eur Psychiatry* 2007, 22:9–15.
- Donker T, Griffiths KM, Cuijpers P, Christensen H: Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: a meta-analysis. *BMC Med* 2009, 7:79.

Darüber hinaus konzentriert sich das Online-Programm auf relevante diabetes-spezifische Themen, darunter Sorgen und Grübeln über die Erkrankung, Bewegung, die Gestaltung des ärztlichen Gesprächs und Sexualität und Partnerschaft:

- Halle M, Kemmer F, Stumvoll M, Thurm U, Zimmer P: Evidenzbasierte Leitlinie der Deutschen Diabetes-Gesellschaft. Körperliche Aktivität und Diabetes mellitus. http://www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/fileadmin/Redakteur/Leitlinien/Evidenzbasierte_Leitlinien/EBL_Bewegung_2008.pdf.
- Piette JD, Richardson C, Valenstein M: Addressing the needs of patients with multiple chronic illnesses: the case of diabetes and depression. *Am J Manag Care* 2004, 10:152–162.

Die Wirksamkeit der KVT bei unipolaren Depressionen wurde in einer Reihe qualitätsgeprüfter Metaanalysen untersucht und belegt:

- Cuijpers P, Andersson G, Donker T, van Straten A. Psychological treatment of depression: Results of a series of meta-analyses. *Nord J Psychiatry*. 2011 Dec;65(6):354-64.
- Dobson KS. A meta-analysis of the efficacy of cognitive therapy for depression. *J Consult Clin Psychol*. 1989 Jun;57(3):414-9.

Ebenfalls als wirksam erwies sich die KVT bei Menschen mit Diabetes und komorbider Depression:

- Baumeister H, Hutter N, Bengel J: Psychological and pharmacological interventions for depression in patients with diabetes mellitus and depression. *Cochrane Database Syst Rev* 2012, 12;12, CD008381.
- Petrak F, Herpertz S: Treatment of depression in diabetes: an update. *Curr Opin Psychiatry* 2009, 22:211–217.

Die KVT als Therapieform für Menschen mit Depressionen wurde unter anderem in der folgenden Literatur empfohlen:

- Bundesärztekammer, Kassenärztliche Bundesvereinigung, Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinische Fachgesellschaften: Patientenleitlinie zur nationalen Versorgungsleitlinie unipolare depression. Version 1.0 2011 [http://wup/uploads/tx_szleitlinien/nvl-005p_S3_Unipolare_Depression-Patientenversion.pdf]

An der Entwicklung beteiligte medizinische Einrichtungen und Organisationen

An der Entwicklung waren die folgenden Forscher:innen und Institutionen beteiligt:

Stephanie Nobis¹, Dirk Lehr^{1,2}, David Daniel Ebert^{1,2}, Matthias Berking^{1,2}, Elena Heber¹, Harald Baumeister³, Annette Becker⁴, Frank Snoek⁵ and Heleen Riper^{1,6,7}

- 1) Innovations-Inkubator, Kompetenztandem Gesundheitstraining.Online, Institut für Psychologie, Leuphana Universität Lüneburg
- 2) Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Philipps-Universität Marburg
- 3) Medizinischen Psychologie und Medizinischen Soziologie, Medizinische Fakultät, Albert-Ludwigs-Universität Freiburg
- 4) Abteilung für Allgemeinmedizin, Präventive und Rehabilitative Medizin, Philipps-Universität Marburg
- 5) Department of Medical Psychology, VU University Medical Centre, Amsterdam, The Netherlands
- 6) Department of Clinical Psychology, VU University, Amsterdam, The Netherlands
- 7) Institute for Health and Care Research (EMGO), VU University Medical Centre, Amsterdam, The Netherlands