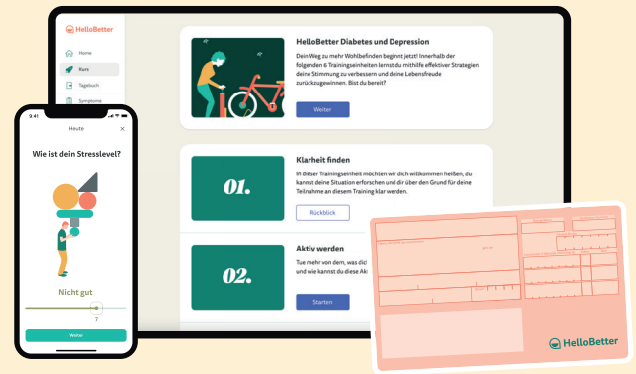


# Das erste verschreibungsfähige Medizinprodukt für psychische Beschwerden bei Diabetes

Digitale Gesundheitsanwendung bei Diabetes

ICD-10 Diagnosen : E10 und E11



## HelloBetter

HelloBetter Diabetes und Depression ist ein psychologisches Online-Therapieprogramm, das vom BfArM als digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) zugelassen ist. Rund ein Viertel aller Menschen mit Diabetes leiden an depressiven Verstimmungen. Diese mindern nicht nur die Lebensqualität, sondern erhöhen auch das Risiko für einen ungünstigen Verlauf des Diabetes. Mit der Teilnahme an dem Therapieprogramm können depressive Beschwerden bei Menschen mit Diabetes mellitus Typ 1 oder Typ 2 signifikant reduziert werden. Die Wirksamkeit des Therapieprogramms wurde in einer randomisiert kontrollierten Studie nachgewiesen.

✓ Evidenzbasiert und nachgewiesene Wirksamkeit

✓ Zugelassene DiGA und Medizinprodukt Klasse I

✓ Höchste Datenschutz- und Sicherheitsstandards

✓ Extrabudgetär und daher ohne Regressrisiko

## Der Therapiekurs im Überblick:

Das dreimonatige Online-Therapieprogramm basiert auf den Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie und vermittelt Teilnehmenden psychoedukative Inhalte sowie Übungen zur Verbesserung depressiver Beschwerden im Zusammenhang mit Diabetes:

- ✓ Psychoedukation
- ✓ Problemlösestrategien
- ✓ Verhaltensaktivierung
- ✓ Emotionsregulation
- ✓ Regelmäßige Symptomscreenings anhand validierter Messinstrumente

- ✓ Schriftliche Feedbackschleifen mit einem echten Psychologen
- ✓ Unterstützung per App bei der Anwendung im Alltag
- ✓ Online-Tagebuch zu depressiven Beschwerden in der Diabetesbehandlung

  
Mehr als 5 Jahre Forschung

  
Hohe Wirksamkeit in randomisiert kontrollierter Studie

  
Zusammenarbeit mit 4 Universitäten

  
Begleitung durch HelloBetter Psychologen

## Indikationen:

- E10:** Diabetes mellitus, Typ 1
- E11:** Diabetes mellitus, Typ 2

## Kontraindikationen:

- ✗ Suizidalität
- ✗ Abwesenheit depressiver Beschwerden

## Verschreibungsweg:



1 Sie können das Online-Therapieprogramm gesetzlich versicherten Patienten mit einer Diabetes-Diagnose Typ 1 oder Typ 2 ganz einfach per Rezept (Muster 16) verordnen.

Bitte schreiben Sie folgende Angaben auf das Rezept:

**Digitale Gesundheitsanwendung**  
**HelloBetter Diabetes und Depression**  
**PZN 17937797**

2 Patienten reichen das Rezept anschließend bei ihrer Krankenkasse ein. Der Patient erhält von der Krankenkasse einen individuellen Freischaltcode. Der Patient kann sich anschließend online unter Eingabe des Freischaltcodes auf [www.hellobetter.de](http://www.hellobetter.de) für den Kurs anmelden.



**Testsieger in Evidenz und Therapieansatz**  
Für die wissenschaftliche Evidenz und ihren nutzerzentrierten Therapieansatz wurden HelloBeters Medizinprodukte bereits mehrfach von der Stiftung Warentest empfohlen, aktuell als Testsieger der Ausgabe 11/2021.  
HelloBetter wurde mit dem Online-Kurs „HelloBetter Panik“ Testsieger in test-Heft 11/2021 der Stiftung Warentest zu digitalen Lösungen bei Angststörungen. In test-Heft 07/2019 wurden die HelloBetter Online-Kurse „Get.On Depression Akut“ und „Get.On Depression Prävention“ jeweils mit dem test-Fazit „empfehlenswert“ versehen.

