

Neu zugelassene digitale Gesundheitsanwendung

# Neue Therapieoption bei chronischen Schmerzen

F45.40 • F45.41 • M79.7 • M54 • R52.1 • R52.2

**HelloBetter ratiopharm chronischer Schmerz** ist ein internetbasierter psychotherapeutischer Therapiekurs, der vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte als Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) zugelassen ist.

Der Online-Kurs wurde in langjähriger Forschungsarbeit von führenden psychotherapeutischen Experten entwickelt und **die Wirksamkeit in einer klinischen Studie nachgewiesen.**<sup>1</sup>

Der Kurs verhilft zu einer **verbesserten Lebensqualität** und **reduziert die Schmerzbeeinträchtigung nachweislich**. Die Teilnehmer fühlen sich nach Abschluß des Kurses deutlich **weniger stark durch ihre Schmerzen belastet**.



- **Zugelassene DiGA**  
HelloBetter ratiopharm chronischer Schmerz
- **Medizinprodukt**  
der Risikoklasse 1 nach MDD
- **Datenschutz**  
DSGVO- und DiGAV-konform
- **Extrabudgetär**  
GOÄ / GOP 01470  
(18 Punkte)



HelloBetter ratiopharm chronischer Schmerz

**PZN 17946626**

## ✓ Indikationen

**F45.40:** Anhaltende somatoforme Schmerzstörung

**F45.41:** Chronische Schmerzstörung mit somatischen und psychischen Faktoren

**M79.7:** Fibromyalgie

**M54:** Rückenschmerzen

**R52.1:** Chronischer unbeeinflussbarer Schmerz

**R52.2:** Sonstiger chronischer Schmerz

## ✗ Kontraindikation

Suizidalität  
Akute Schmerzen

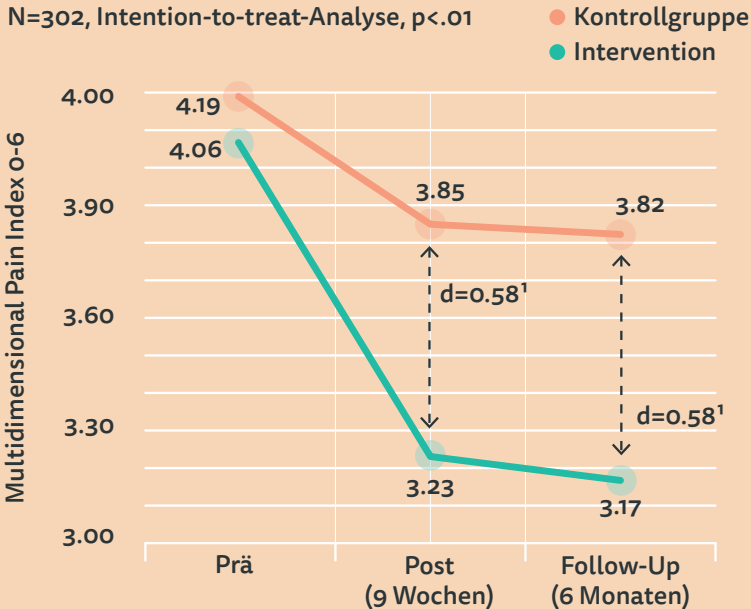
Tumorbedingte Schmerzen

## Verschreibungsweg

- 1 Sie können das Online-Therapieprogramm gesetzlich Versicherten mit übereinstimmenden Indikationen ganz **einfach per Rezept (Muster 16) verordnen**.
- 2 Patienten reichen das Rezept bei ihrer Krankenkasse ein und erhalten so einen Freischaltcode. Der Patient kann sich anschließend online unter Eingabe des Freischaltcodes auf **ratiopharm.hellobetter.de** für den Kurs anmelden.



# Reduktion der Schmerzbeeinträchtigung






Teilnehmende weisen nach der Anwendung des Trainings (Post) eine **signifikant ( $p = 0.01$ ) geringere Schmerzbeeinträchtigung** und eine **signifikant höhere Schmerzakzeptanz ( $p = 0.01$ )** auf.

Gemäß der Konvention nach Cohen konnten mittlere Effektstärken nachgewiesen werden, die zum Follow-up bestand hatten (Schmerzbeeinträchtigung: Post:  $d = 0.58$ , Follow-up:  $d = 0.58$ ; Schmerzakzeptanz: Post:  $d = 0.59$ , Follow-up:  $d = 0.76$ ).

In Zusammenarbeit mit:



**Benötigen Sie weitere Informationen?  
Kontaktieren Sie uns gerne!**

-  +49 (0)40 52 47 333 10
-  fachpublikum@hlobetter.de
-  hlobetter.de/fuer-fachkreise

**Fordern Sie jetzt direkt Ihren kostenfreien Testzugang an**

Code mit dem Handy abscannen



## TESTSIEGER



HelloBetter wurde mit dem Online-Kurs „HelloBetter Panik“ Testsieger im 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.

In einer Vertriebskooperation mit:



<sup>1</sup> Lin et al., 2017. An Internet-Based Intervention for Chronic Pain: A Three-Arm RCT of the Effectiveness of Guided and Unguided ACT. *DAI*, 114(41), 681-688.