

**Persönliche PDF-Datei für
R. Zwerenz, S. Hennemann, K. Gerzymisch, J. Becker,
M. E. Beutel**

Mit den besten Grüßen vom Georg Thieme Verlag

www.thieme.de

**E-Health: Neue Trends
in Rehabilitation und
Psychotherapie – Fachtagung
der Universitätsmedizin
Mainz am 23. November 2013
in Mainz**

DOI 10.1055/s-0034-1370985
Rehabilitation 2014; 53: 133–134

Nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt.
Keine kommerzielle Nutzung, keine Einstellung
in Repositorien.

Verlag und Copyright:
© 2014 by
Georg Thieme Verlag KG
Rüdigerstraße 14
70469 Stuttgart
ISSN 0034-3536

Nachdruck nur
mit Genehmigung
des Verlags

 **Thieme**

E-Health: Neue Trends in Rehabilitation und Psychotherapie – Fachtagung der Universitätsmedizin Mainz am 23. November 2013 in Mainz

E-Health: Trends in Rehabilitation and Psychotherapy – Expert Meeting of the University Medical Center, November 23, 2013 in Mainz

Autoren

R. Zwerenz, S. Hennemann, K. Gerzymisch, J. Becker, M. E. Beutel

Institut

Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Universitätsmedizin Mainz

Die Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Universitätsmedizin Mainz richtete am 23. November 2013 in Kooperation mit der Medienkonvergenz der Johannes Gutenberg-Universität Mainz ein Symposium zum Thema *E-Health* und den aktuellen Entwicklungen in Rehabilitation und Psychotherapie aus. Im Verlauf der Fachtagung konnten sich Wissenschaftler und Praktiker über den aktuellen Forschungsstand des zeitgemäßen und für die Versorgung wichtigen Themas austauschen und die verschiedenen Anwendungen und Perspektiven von E-Health diskutieren. Die Tagung stieß auf großes Interesse und war mit 65 Teilnehmern aus unterschiedlichen Fachdisziplinen (Psychotherapie, Medizin, Rehabilitation, Medienwissenschaften) gut besucht.

Was macht E-Health zu einem wichtigen Gegenstand in Psychotherapie und Rehabilitation?

Das Internet ist als Informations- und Kommunikationsmedium aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Der virtuelle Raum ist längst zu einer wichtigen Anlaufstelle bei der Suche nach Gesundheitsinformationen und Behandlungsangeboten geworden. Während „E-Health“ allgemein als Sammelbegriff für die Nutzung des Internets in der Medizin verwendet wird, bezieht sich der Begriff „E-Mental-Health“ explizit auf die Nutzung von Informations- und Kommunikationstechnologien zur Förderung psychischer Gesundheit [1]. Zahlreiche Wirksamkeitsnachweise [2] zeigen das Potenzial im Bereich der Psychotherapie und Rehabilitation auf. Grenzen und Risiken internetvermittelter Gesundheitsangebote ergeben sich z. B. in Bezug auf Fragen des Datenschutzes, der Implementierung in die medizinische Versorgung und der Qualitätssicherung bei der schnell wachsenden Zahl von Anbietern und

Angeboten. Schließlich wird auch die Veränderung von (therapeutischen) Beziehungen und Kommunikation durch Online-Anwendungen diskutiert.

Tagungsbericht

▼ Eingebettet in dieses Spannungsfeld aus Innovation, Versorgungsfragen, aber auch Hindernissen erwartete die Teilnehmer spannende Einblicke aus Wissenschaft und Praxis. Die Vortragsreihe wurde von Prof. Christiane Eichenberg (Sigmund Freud Privat-Universität Wien) mit einer Übersicht über den zentralen Themenkomplex „E-Mental-Health“ begonnen. Kritisch reflektierte sie zunächst Qualitätsmängel von aufklärenden Internetseiten zu verschiedenen Erkrankungsbildern. Sie belegte aber auch die Wirksamkeit internetbasierter Angebote bei psychischen Erkrankungen anhand eigener Übersichtsarbeiten. Interessant waren Befunde einer bevölkerungsrepräsentativen Umfrage der Referentin: Darin gaben mit ca. 2/3 die Mehrheit der befragten Internetnutzer an, das Internet bei psychischen Belastungen als Informationsquelle zu nutzen. Skeptisch zeigten sich die Befragten jedoch, das Medium dabei auch für Beratung oder Intervention anzusteuern. Schließlich verwies die Referentin auch auf die Chancen sogenannter virtueller Realitäten bei i. d. R. verhaltenstherapeutischen Expositions-Behandlungen von Angsterkrankungen.

Im zweiten Vortrag fasste PD Dr. Harald Baumeister (Albert-Ludwigs-Universität Freiburg) den Forschungsstand von internetbasierten Gesundheitsinterventionen (IGIs) im Bereich der Rehabilitation zusammen. Hier zeige sich ein Schwerpunkt bei Nachsorgeangeboten, während Prävention und therapiebegleitende Projekte noch unterrepräsentiert seien. Im zweiten Teil widmete sich Dr. Baumeister Untersuchungsergebnissen

Bibliografie

DOI <http://dx.doi.org/10.1055/s-0034-1370985>
 Rehabilitation 2014;
 53: 133–134
 © Georg Thieme Verlag KG
 Stuttgart · New York
 ISSN 0034-3536

Korrespondenzadresse

Dr. Rüdiger Zwerenz
 Klinik und Poliklinik für
 Psychosomatische Medizin
 und Psychotherapie der
 Universitätsmedizin Mainz
 Untere Zahlbacher Straße 8
 55131 Mainz
ruediger.zwerenz@unimedizin-mainz.de

zu Wirkfaktoren in Bezug auf das Dosis-Wirkungs-Verhältnis, die Beziehungsqualität und die Adhärenz.

Nachfolgend stellten Dr. Rüdiger Zwerenz und Dipl.-Psych. Katharina Gerzymisch (Universitätsmedizin Mainz) eine randomisiert kontrollierte Studie einer psychodynamischen Online-Nachsorge für beruflich belastete Rehabilitanden vor (*GSA-online*). Rehabilitanden unterschiedlicher Indikationsbereiche hatten die Möglichkeit, eine strukturierte Schreibaufgabe mit wöchentlichen Themen zur beruflichen Wiedereingliederung zu bearbeiten, und erhielten daraufhin ein Feedback durch einen Online-Therapeuten nach den Prinzipien der supportiv-expressiven Therapie von Luborsky. Erste Ergebnisse belegen eine hohe Akzeptanz und Zufriedenheit mit dem therapeutischen Online-Kontakt sowie eine nachhaltigere Besserung der Interventionsgruppe hinsichtlich der im Verlauf erfassten Depressivität, Ängstlichkeit und Stressbelastung gegenüber der Kontrollgruppe.

Den zweiten Teil des Symposiums leitete ein Vortrag von Prof. Claus Bischoff (AHG Klinik für Psychosomatik Bad Dürkheim) ein, der ein Smartphone-gestütztes Nachsorgeprojekt für Rehabilitanden mit Depressionen vorstellte. Mit dem automatisierten Programm *eATROS* sollte die Selbstregulation und -strukturierung der Patienten gefördert werden. Prof. Bischoff verwies auf die hohe Adhärenz von 62% bis Interventionsende und eine signifikante Reduktion der Depressivität sowie eine Steigerung der sekundären Zielgrößen „Selbstmotivierung“ und „Absichten umsetzen“ zum Nachsorgeende im Vergleich zur Kontrollgruppe.

Im Anschluss daran stellte Dr. Dirk Lehr (Leuphana Universität Lüneburg) die Online-Gesundheitstrainings (*Get.On*), die bei Stress, Schlafstörungen und Depression zum Einsatz kommen, vor und betonte dabei, dass Online-Trainings auf wissenschaftlich evaluierten Interventionen beruhen sollten. Hier gebe es in anderen Ländern (z. B. Niederlande) schon seit Langem etablierte Konzepte, die z. T. fester Bestandteil des Versorgungssystems seien. Die *Get.On*-Gesundheitstrainings verstehen sich dabei als Selbsthilfeangebote mit minimaler Unterstützung durch einen Coach, um die Adhärenz der Teilnehmer zu fördern, was insbesondere im Bereich der Selbsthilfe unumgänglich ist.

Expertendiskussion: Verortung und Ausblick von E-Health



Zur abschließenden Expertendiskussion waren sowohl Kliniker als auch Wissenschaftler, Kostenträger, repräsentiert durch Mit-

arbeiter der Deutschen Rentenversicherung, und Vertreter der Medienwissenschaften eingeladen. Die Vertreter der Kostenträger stellten dabei fest, dass zurzeit viele Insellösungen und Modellprojekte existieren und eine größere Zusammenarbeit und Synergie wünschenswert sei. Zudem wurde angemerkt, dass nicht nur die Anwender, sondern auch die Kliniker und Experten in Medienkompetenz geschult werden müssten. Aus klinischer Perspektive wurde die Schnittstellenproblematik beim Übergang von der Rehabilitation in den Alltag beschrieben, und es wurde kritisch reflektiert, dass Patienten mit chronischen psychosomatischen Erkrankungen, die interaktionelle Probleme aufwiesen, im Internet vereinzelt könnten und Vermeidungsverhalten verstärkt würde. Aus medienpädagogischer Sicht wurde für das Forschungsgebiet E-Health ein interessanter Vergleich zum Bereich E-Learning hergestellt, indem auf den „Hype-Zyklus“ [3] verwiesen wurde, der beschreibt, wie sich die öffentliche Aufmerksamkeit nach der Einführung neuer Technologien im Laufe der Zeit verändert. So folge auf eine Phase der Euphorie oft eine Phase der Ernüchterung, bevor über die Rückbesinnung und das In-die-Breite-Tragen der Theorien und Konzepte die Konsolidierung einsetze. Prof. Eichenberg brachte auch die wichtige Frage nach einer Qualitätskontrolle von E-Health-Angeboten im Internet auf. Als zukünftige Forschungsaspekte nannte Dr. Baumeister sogenannte „dismantling studies“, um die einzelnen Wirkkomponenten von E-Health-Angeboten zu entschlüsseln, den Aspekt der Gesundheitsökonomie und den Vergleich des nationalen Forschungsstands mit dem Stand internationaler Arbeitsgruppen und ausländischer Gesundheitssysteme. Die Expertendiskussion schloss sodann mit dem Ausblick auf ein spannendes und zukunftsweisendes Forschungsfeld ein anregendes und informatives Symposium ab. Die Beiträge der Referenten sowie weitere Infos zum Symposium sind online verfügbar unter: <http://www.unimedizin-mainz.de/psychosomatik/startseite/ag-rehawissenschaften-e-mental-health/symposium-e-health.html>.

Literatur

- 1 Cavanagh K, Millings A. (Inter)personal Computing: The Role of the Therapeutic Relationship in E-mental Health. *Journal of Contemporary Psychotherapy* 2013; 43: 197–206
- 2 Eichenberg C, Ott R. Klinisch-psychologische Intervention im Internet. *Psychotherapeut* 2011; 57: 58–69
- 3 Fenn J, Raskino M. *Mastering the hype cycle: how to choose the right innovation at the right time*. Boston, Mass: Harvard Business Press; 2008