

DIGITALE HILFE FÜR DIE ERKRANKTE PSYCHE

# Optimale Unterstützung bei psychischen Erkrankungen

Die unterschiedlichen Berufsgruppen bei der Patientenversorgung optimal zu unterstützen, ist ein wesentliches Anliegen der Thieme Gruppe. Digitale Lösungen bieten die Möglichkeit, Versorgungslücken zu schließen und eine professionelle Nachversorgung zu gewährleisten. Hier setzt das Online-Coaching-Programm ProPerspektive.online von Thieme TeleCare an: Es begleitet Patienten mit Depression und Burn-out durch den Alltag.

Unlängst ist eine Umfrage der Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) erschienen, nach der Patienten im Schnitt fast 20 Wochen auf den Beginn einer ambulanten Psychotherapie warten müssen. Diese Wartezeiten stellen für Menschen, die dauerhaft mit Depressionen und anderen psychischen Problemen zu kämpfen haben, eine halbe Ewigkeit dar, in der sich in vielen Fällen eine Verschlimmerung der Symptome ergeben kann. Auch Patienten, die bereits einen stationären Aufenthalt in psychotherapeutischer Behandlung hinter sich haben und schließlich aus der Klinik entlassen werden, sind in sehr vielen Fällen auf eine zeitnahe ambulante Anschlussversorgung angewiesen. Doch auch hier tun sich ähnliche Lücken auf wie diejenige, welche die Umfrage der Kammer deutlich macht.

## Anschlussbehandlung online

Die poststationäre Versorgung der Patienten stellt viele Kliniken, die über den Tellerrand ihrer eigenen stationären Dienstleistungen hinausblicken, vor große Herausforderungen. Mussten psychotherapeutisch betreute Patienten in der Vergangenheit häufig alleine ihre ambulante Anschlussversorgung organisieren, so kümmern sich mittlerweile

die Kliniken darum, dass die Patienten möglichst zeitnah einen Platz in der ambulanten Therapie erhalten. Die nahtlose Nachversorgung der Patienten ist auf allen Gebieten von entscheidender Bedeutung. Daher hat der Gesetzgeber mit Wirkung zum 1. Oktober 2017 Kliniken dazu verpflichtet, für jeden Patienten ein umfassendes Entlassmanagement durchzuführen, das bereits bei der Einweisung beginnt und eine angemessene Nachversorgung garantiert. Seitdem ist dieses Thema in den Kliniken noch stärker in den Fokus gerückt. Dabei geht es vor allem um Prozessoptimierung, damit Patienten, aber auch die Kliniken selbst, vom professionellen Entlassmanagement umfassend profitieren.

Die Gewährleistung der Anschlussversorgung stellt Kliniken gerade im Bereich psychischer Erkrankungen vor Probleme, wenn ambulante Therapieplätze nicht in ausreichendem Maße zur Verfügung stehen. Online-Coaching-Programme mit Fokus auf psychische Belastungen können dazu beitragen, diese Versorgungslücke zu schließen. Ergänzend zum persönlichen Arzt-Patienten-Verhältnis begleiten Angebote wie zum Beispiel ProPerspektive.online von Thieme TeleCare

Patienten mit Depression und Burn-out durch den Alltag – und das unabhängig von Terminen und Sprechzeiten.

„In der Nachsorge zu einer Akuttherapie kann das Online-Programm sehr gut genutzt werden“, betont Roland Troll, der als psychologischer Psychotherapeut Thieme TeleCare bei der Betreuung psychisch Erkrankter unterstützt. Kliniken können mit dem Programm ihren Patienten auch nach der Entlassung vom ersten Tag an fachlich fundierte Hilfe anbieten und gegebenenfalls Wartezeiten auf einen ambulanten Therapieplatz überbrücken. Dabei sieht Troll den Nutzen vor allem für die Erhaltungs- und Rezidivprophylaxe. In beiden Phasen, so der Experte, eigne sich der Einsatz des Programms hervorragend und sei vielfach positiv evaluiert worden.

## Weicher Übergang

ProPerspektive.online begleitet Patienten mit therapeutischen und psychopädagogischen Inhalten. Dabei liegt es nahe, das Programm bereits begleitend zur stationären Behandlung einzusetzen. Denn so kann der Patient bereits im Rahmen seines stationären Aufenthaltes die Nutzung des Portals erlernen und



Foto: Thieme



Symbolfoto: AdobeStock/vegefox.com

## 20 Wochen

Berührungängste abbauen. Damit wird ein weicher Übergang vom Schutzraum Klinik zurück ins selbstständige Leben, von der engen therapeutischen Begleitung zur Selbstwirksamkeit im Alltag unterstützt.

ProPerspektive.online baut auf den Prinzipien der kognitiven Verhaltenstherapie auf und unterstützt Patienten beispielsweise, wenn sie nach der stationären Behandlung Gefahr laufen, wieder in alte Verhaltensmuster zurückzufallen. Die einzelnen Module begleiten präzise die Momente der Feststellungs- und Veränderungsphasen vom Umgang mit der eigenen Stimmung bis hin zur Änderung von Glaubenssätzen. In der Kliniktherapie Gelerntes kann somit vertieft, wiederholt und angewendet

Nach einer Umfrage der Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) warten Patienten im Schnitt fast 20 Wochen auf den Beginn einer ambulanten Psychotherapie.

werden. Ein Team aus psychotherapeutischen Fachkräften ist für die Patienten – in der Regel per Chat- beziehungsweise Mailfunktion – ansprechbar und hilft bei Fragen zeitnah weiter.

Telefongespräche bieten bei Bedarf eine zusätzliche Stütze und Motivation. Bei

Blockaden oder Schwierigkeiten schreitet der Coach ein und stärkt das Selbstvertrauen des Teilnehmers.

Einen großen Vorteil sieht Roland Troll in der Niedrigschwelligkeit dieses Angebots: „Ein wichtiger Vorteil ist sicherlich, dass die Hürden für die Anmeldung sehr niedrig sind: Die Teilnahme ist zeitnah und ohne Terminabsprache möglich, sie erfolgt anonym und ist bei Nichtgefallen jederzeit kündbar.“

Carsten Tergast  
Journalist