

mit Psychologen der Uni chatten und soll einmal in der Woche einen Fragebogen ausfüllen. Das Programm gibt automatisch Rückmeldungen und empfiehlt etwa, seinen persönlichen Krisenplan aufzurufen. Sollte es dem Betroffenen (weiterhin) schlecht gehen, wird er aufgefordert, Kontakt zu seinem Arzt oder seiner Ärztin oder zu Therapeuten in der Klinik aufzunehmen.

Kaum kontrolliert

Online-Therapien gelten als Medizinprodukte, zu denen Fieber-

thermometer genauso gehören wie Brustimplantate. Im Gegensatz zu Arzneimitteln werden sie nicht von einer Behörde auf Nutzen und Risiken für die Patienten geprüft, bevor ihr Verkauf erlaubt wird (siehe GPSP 6/2012, S. 17).

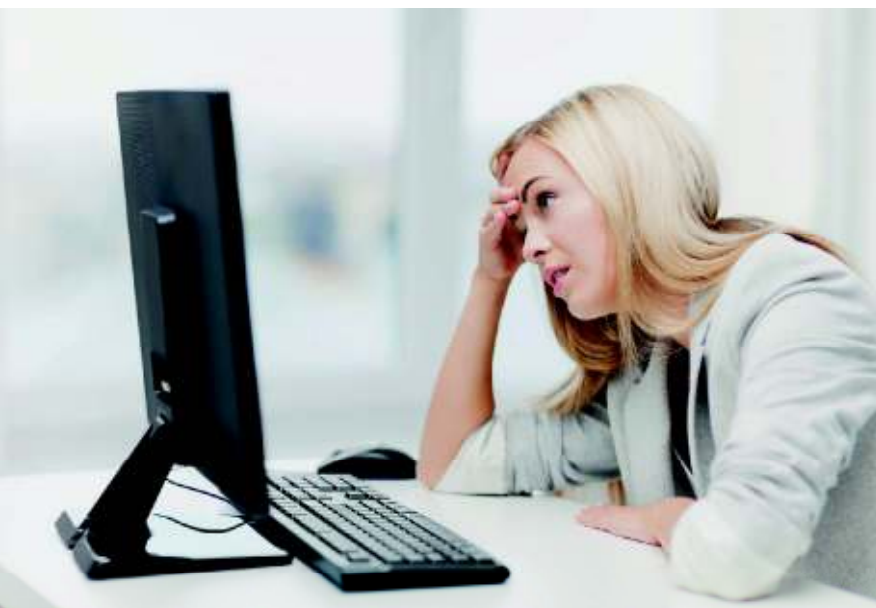
Medizinprodukte werden in Klassen eingeteilt. Online-Beratung und -Therapien zählen zur niedrigsten Risikoklasse 1, die der Anbieter lediglich beim DIMDI⁹ anmelden muss. Es handelt sich um ein so genanntes Anzeigeverfahren.

Für die Beantragung der CE-Kennzeichnung¹⁰ sind die Anbieter selbst zuständig. Eine wirksame Kontrolle fehlt. Erst wenn beim Anwender Schäden aufgetreten und diese auch gemeldet worden sind, können Kontrollorgane wie das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) aktiv werden.

Offene Fragen

Online-Therapie könnte prinzipiell sinnvoll sein – zur Nachbehandlung, in Überbrü-

Ein Erfahrungsbericht: Was bietet das Onlineangebot von Novego?



Wir haben das Angebot von Novego* ausprobiert. Es wird als Unterstützungsprogramm bei leichten bis mittleren Depressionen bezeichnet. Eine Diagnose erfolgt nicht. Positiv fiel uns auf: Wer Selbsttötungsgedanken angibt, wird an einen Arzt verwiesen und kann sich – zumindest mit der bereits angegebenen E-Mail-Adresse – nicht erneut für das Programm anmelden.

Das Programm ist auf 12 Wochen ausgelegt, in denen jeweils ein Thema – z.B. Depression verstehen, negative Gedanken erkennen und durchbrechen, Ressourcen nutzen – bearbeitet wird. Es wird über die Krankheit Depression aufgeklärt, außerdem gibt es verschiedene Übungen, etwa zur Autosug-

gestion, und Hörangebote zur Progressiven Muskelentspannung sowie Achtsamkeitsübungen.

Teilnehmer erhalten viele schriftliche Informationen zu ihrer Krankheit und Aufgabenblätter. Es ist allerdings schwer vorstellbar, dass Menschen, die wegen einer Depression wenig Antrieb haben, diese bearbeiten – zumal sie nicht eingereicht werden müssen. Das Unterstützungsprogramm behauptet, individuell abgestimmt zu sein. Was damit gemeint ist, erschließt sich nicht. Zum Beispiel gibt es eine Art Musiktherapie, in der schlichte Pseudoklassik zu hören ist, von der behauptet wird, dass sie „eigens für Sie komponiert wurde“.

Bei der Anmeldung zum Novego-Unterstützerprogramm machte uns misstrauisch, dass nicht nur die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) akzeptiert werden müssen. Mit demselben Häkchen akzeptieren Teilnehmer, dass sämtliche Informationen, die man bei der Anmeldung und der Nutzung des Programms von sich preis gibt, von Novego genutzt werden dürfen. Das sind so sensible Daten wie Angaben zum Gesundheitszustand, zum Verhalten oder zur Motivation.

Tipp: Wenn Sie sich für ein Online-Therapieprogramm entscheiden, achten Sie darauf, dass persönliche Daten von dem Anbieter nur im Rahmen der Therapie genutzt und nicht weitergegeben werden.

* www.novego.de

ckungsphasen oder wohl auch als Bestandteil der persönlichen Therapie für Menschen, die viel beruflich unterwegs sind.

Es fehlen aber gute Studien, die den Nutzen und den Schaden bewerten. Zudem sollte genauer untersucht werden, bei welchen Patientengruppen Online-Angebote gut wirken. Auch die Haftungsfrage müsste geklärt sein: Wer steht dafür gerade, wenn bei einer Fernbehandlung etwas gründlich schiefgeht? Unabdingbar erscheint aber, dass vor einer therapeutischen Intervention aus der Ferne eine persönliche Diagnostik durch Spezialisten vor Ort stattfinden muss.

- 1 www.deprexis.de/de
- 2 www.novego.de/depressionshelfer
- 3 Preschl B u.a (2011) BMC Psychiatry 11 S. 189
- 4 www.proyouth.eu/
- 5 www.net-step.de/start/
- 6 www.deprexis.de/de/
- 7 GPSP kritisierte bereits bei der Behandlung von Schizophrenie-Kranken die Zusammenarbeit der AOK Niedersachsen mit dem Multi Johnson & Johnson, zu dem die Firma Janssen-Cilag gehört. Janssen-Cilag stellt Psychopharmaka zur Behandlung der Schizophrenie her (GPSP 5/2012, S. 6).
- 8 <https://summit.fost-hd.de/>
- 9 Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information, eine dem Bundesministerium für Gesundheit nachgeordnete Behörde
- 10 Verwaltungszeichen, das die Verkehrsfähigkeit entsprechend gekennzeichneten Industrieerzeugnisse im europäischen Binnenmarkt zum Ausdruck bringt. Vorausset-

Online-Beratung

Die Telefonseelsorge bietet auch Chat- und Mailberatung an: <http://telefonseelsorge.de>

Verschiedene Studentenwerke bieten psychologische Online-Beratung per Mail oder Chat an:

<https://studentenwerk-koeln.beranet.info>

<https://seezeit.beranet.info> (Hochschulen um den Bodensee)

<https://ptb-uni-hannover.beranet.info>

<https://stw-bremen.beranet.info>

<https://stw-on.beranet.info> (Hochschulen Ostniedersachsen)

<https://studierendenberatung-leipzig.beranet.info>

Menschen, die im Alter durch frühere Kriegserlebnisse psychisch leiden, können im Rahmen einer Studie an einer Online-Schreib-Therapie teilnehmen:

www.lebenstagebuch.de

zung ist in der Regel nur die Konformität, also dass das Produkt den vom Hersteller selbst gemachten technischen Vorgaben entspricht.

Rizinusöl zur Geburtseinleitung?

Nicht ohne Risiko

Um eine Geburt einzuleiten, wurden früher und werden manchmal noch heute „Wehencocktails“ gegeben, die Rizinusöl enthalten. Wie bei vielen pflanzlichen Arzneimitteln gilt aber auch hier: Was eine lange Tradition hat und als „natürliche Medizin“ gilt, ist nicht grundsätzlich sicher.

Hebammen und andere Geburtshelfer müssen in bestimmten Situationen erwägen, eine Geburt künstlich zu beschleunigen oder einzuleiten. Ein Grund kann sein, dass nach einem Blasensprung die Wehen nach 12 Stunden noch nicht einsetzen, dass sie zu schwach sind beziehungsweise der errechnete Geburtstermin um mehr als 7 Tage überschritten ist.¹ Oder: Die Herztöne des Babys (CTG) sind auffällig.

Je nach Zustand des Muttermundes kommen für die Einleitung durch eine Ärztin oder einen Arzt Hormone (Prostaglandine, Oxytocin) in Frage, und zwar als Gel, Tabletten oder als Wehentropf. Daneben gibt es nicht-medikamentöse, also mechanische, Maßnahmen wie das Öffnen der Fruchtblase.

