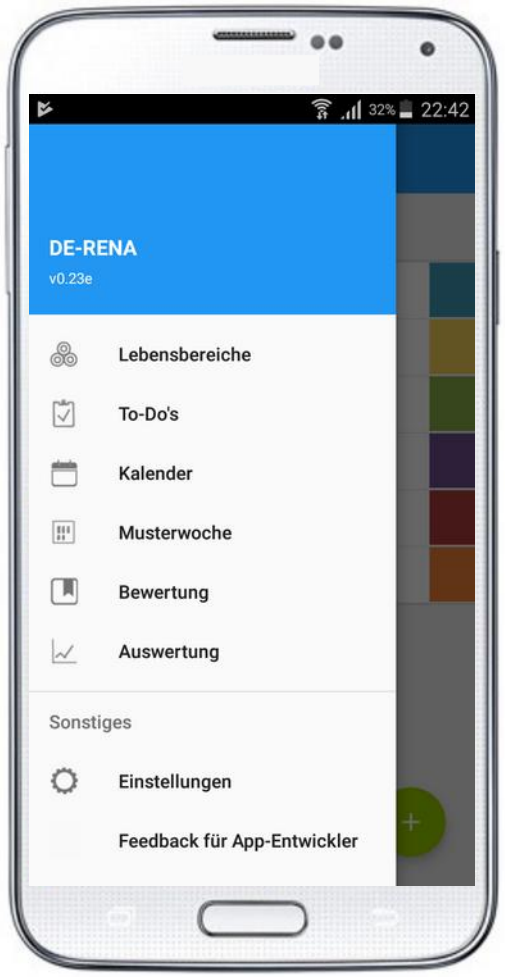
MEDIAN

MEDIAN Klinik für Psychosomatik Bad Dürkheim

Rehabilitationszentrum Bad Salzuflen
Klinik Lipperland - Klinik Am Lietholz

Deutsche Rentenversicherung
Bund



DE-RENA

Implementierung einer App-gestützten Nachsorge in die Routineversorgung

Dr. Tobias Kockler, Bad Dürkheim

Dipl.-Psych. Stefan Schmädeke, Mannheim

Dr. Dieter Olbrich, Bad Salzuflen

Patientenschulung und Gesundheitsförderung digital!? – 11. Fachtagung 2021, 17. und 18. Juni 2021, Online-Tagung

DE-RENA – Hintergrund

- Problem fehlender Nachhaltigkeit von Therapieerfolgen
  (Bauer et al., 2011; Steffanowski et al., 2007)

- Versorgungslücke bei klassischer psychosomatischer Reha-Nachsorge
  - → nur 15 % der Patienten erhalten Nachsorge-Verordnung
  - → 3% nehmen Nachsorge in Anspruch (DRV Bund, Rehabilitandenstruktur 2019)

  - Tele-Reha-Nachsorge als Alternative
    (Anforderungen zur Tele-Reha-Nachsorge im Rahmenkonzept der DRV Bund 2018)

  → Vorteile: nicht zeit- und ortsgebunden,
  flexibel in den Alltag integrierbar, individualisierbar

DE-RENA – Hintergrund

- Evidenz für Wirksamkeit App-gestützter Nachsorgekonzepte bislang nur in experimentellen Studien
  (z.B. Bischoff et al., 2014; Meister et al., 2014; Kubiak et al., 2014)

- Bislang keine Erfahrungen mit der Umsetzbarkeit von Tele-Reha-Nachsorge in der Regelversorgung der psychosomatischen Rehabilitation (Lin et al., 2013)

- Die DE-RENA-App ist die technische Weiterentwicklung einer App, die in einer früheren experimentellen Studie eingesetzt wurde (eATROS; Schmädeke et al., 2015).

- Theoriebasierung: Health Action Approach Modell (Schwarzer, 2008)
  - Ziel: Verbesserung der Handlungs- und Bewältigungsplanung, der Handlungskontrolle und der Selbstwirksamkeitserwartung

DE-RENA – Methoden

- DRV-geförderte Umsetzungsstudie in zwei Modellkliniken (2017-2019)
  - MEDIAN Klinik für Psychosomatik Bad Dürkheim
  - Rehabilitationszentrum Bad Salzuflen, Klinik Lipperland

- Zielgruppe:
  Stationäre Patienten in der psychosomatischen Rehabilitation mit affektiven Störungen
  - ICD-10 Kategorien F32.0-F32.2, F33.0-F33.2, F34.1, F43.2

- Sechsmonatige Nachsorgephase
  - Nutzung der DE-RENA-App
  - Begleitung durch telefonisches Coaching durch einen Nachsorgetherapeuten

DE-RENA – Methoden

- Umsetzbarkeit, Akzeptanz und Wirkungen von DE-RENA in einer Ein-Gruppen-Prä-Post Studie

- Outcome-Maße vor (t_1) und nach (t_2) der Nachsorgephase:
  - Bewertungen der Akzeptanz DE-RENA
  - Depressivität (PHQ-9; Löwe et al., 2004)
  - Selbstregulationsfähigkeiten (SSI-K3; Kuhl & Fuhrmann, 2003)

DE-RENA – Studienablauf

MEDIAN

Stationäre Behandlung

Stationäre Depressionsbehandlung

Vorbereitung auf die Zeit nach der Reha (Infogruppe)

App-Schulung mit anschließender Testphase zur Erprobung der DE-RENA-App

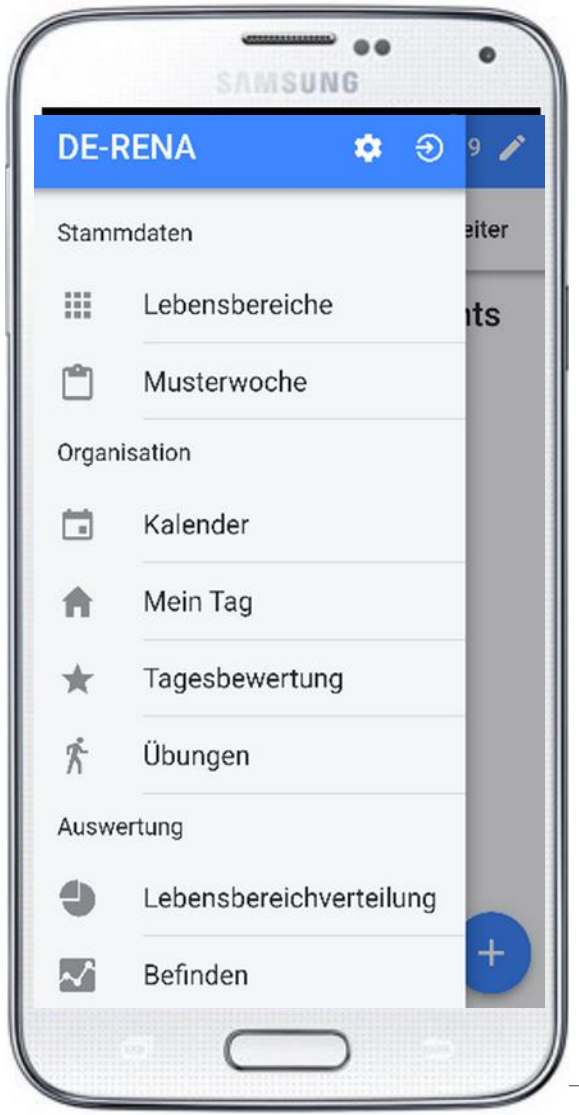
Ambulante Nachsorge

Nutzung der App über sechs Monate

- Tagesplanung und -bewertung
- 14-täglicher Depressionsfragebogen

Monatliche Kontakte mit den Nachsorgetherapeuten (Telefon-Coaching)

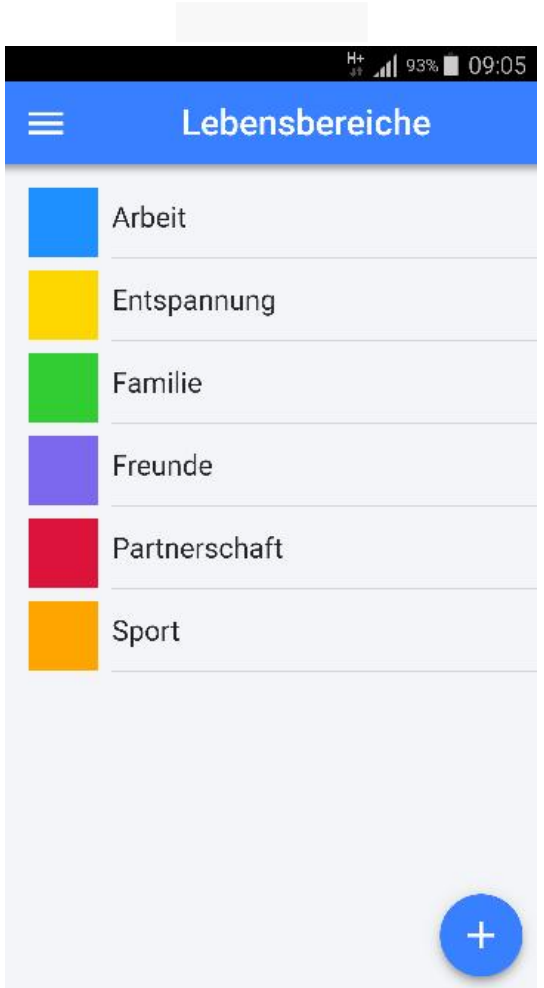
Die DE-RENA App



- Ziele des App-Einsatzes:
  - Neue Verhaltensweisen erlernen und im Alltag dauerhaft umsetzen
  - Tagesstrukturierung
  - Persönliche Beziehung zum Coach aufrechterhalten

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

Die DE-RENA App



- Lebensbereiche
  - Tätigkeiten
  - Vorsätze
  - Stolpersteine

Personalisierte Lebensbereiche z.B. Arbeit, Sport, Zeit für mich …

Im Lebensbereich ‚Arbeit' z.B. „Meeting" oder im Lebensbereich „Zeit für mich" z.B. „Spaziergang"

Im Lebensbereich ‚Arbeit' z.B. „Ich nehme meine Gefühle achtsam wahr."

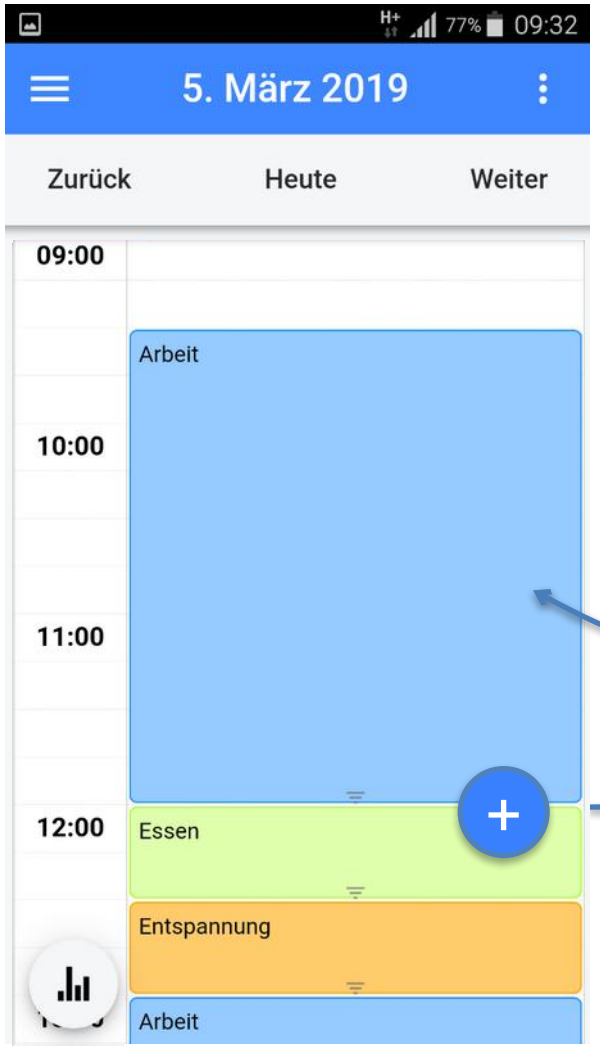
Stolperstein z.B. „Ich komme unter Zeitdruck in Hektik, bin nicht mehr achtsam" und Abhilfe „Ich ziehe mich kurz in einen leeren Raum zurück und spüre in mich hinein"

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

Die DE-RENA App

- Musterwoche

Die DE-RENA App

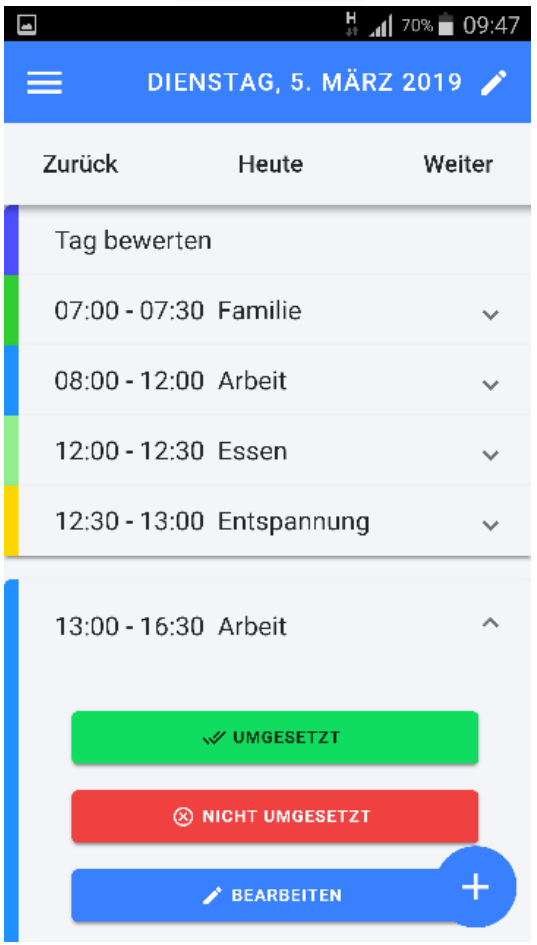


- Musterwoche

MEDIAN

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

Die DE-RENA App



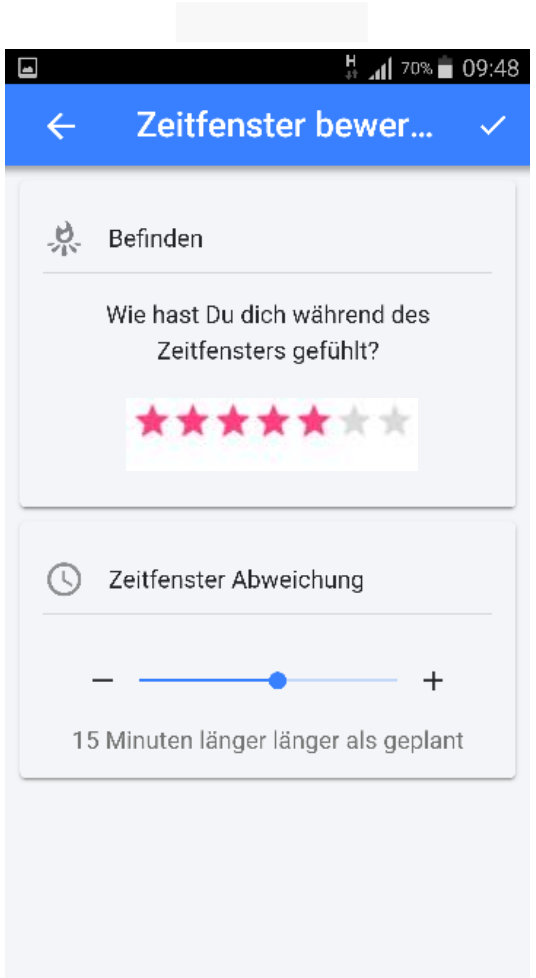
- Tagesplanung: Mein Tag

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

Die DE-RENA App

- Tagesplanung: Mein Tag

Die DE-RENA App



- Tagesplanung
- Bewertung Zeitfenster

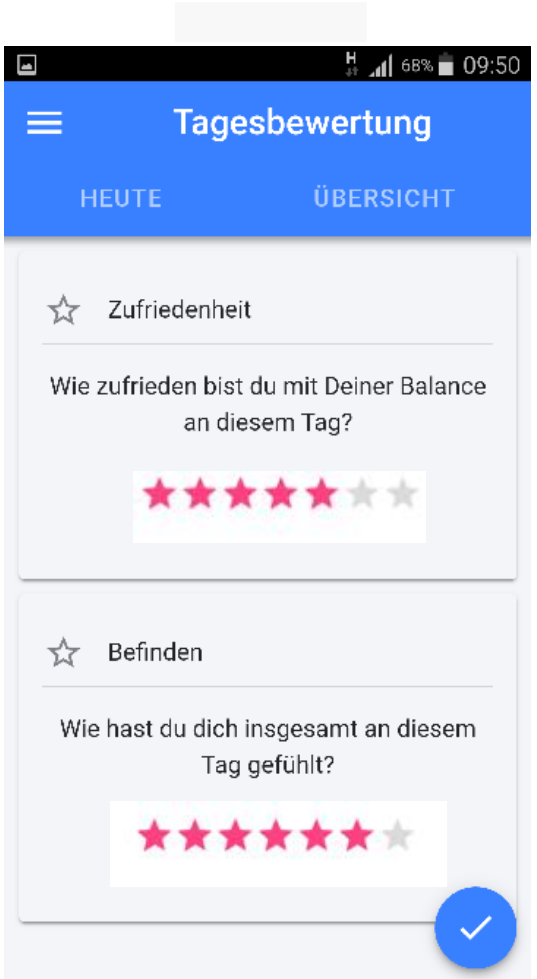
BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

Die DE-RENA App

- Tagesplanung
- Bewertung Zeitfenster

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

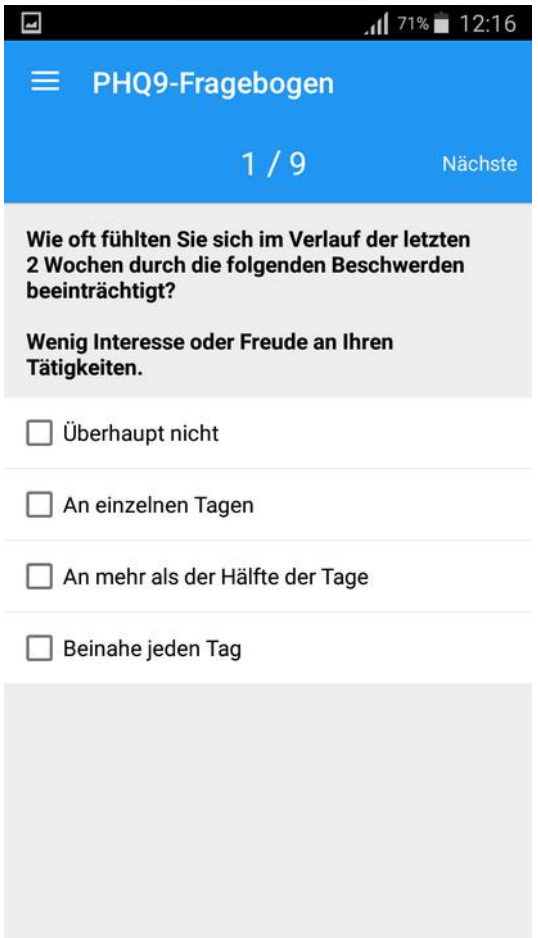
Die DE-RENA App



- Tagesplanung
- Bewertung Zeitfenster
- Tagesbewertung

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

Die DE-RENA App



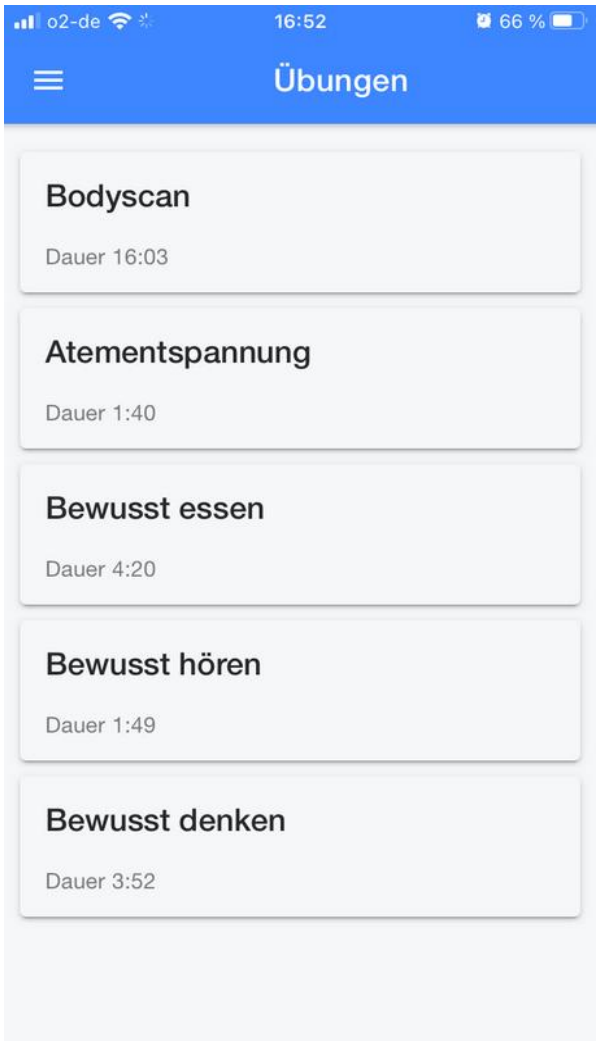
- Depressionsfragebogen PHQ-9

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

Die DE-RENA App

- Grafische Auswertungen und Verlaufsrückmeldung

Die DE-RENA App



- Achtsamkeitsübungen

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen.

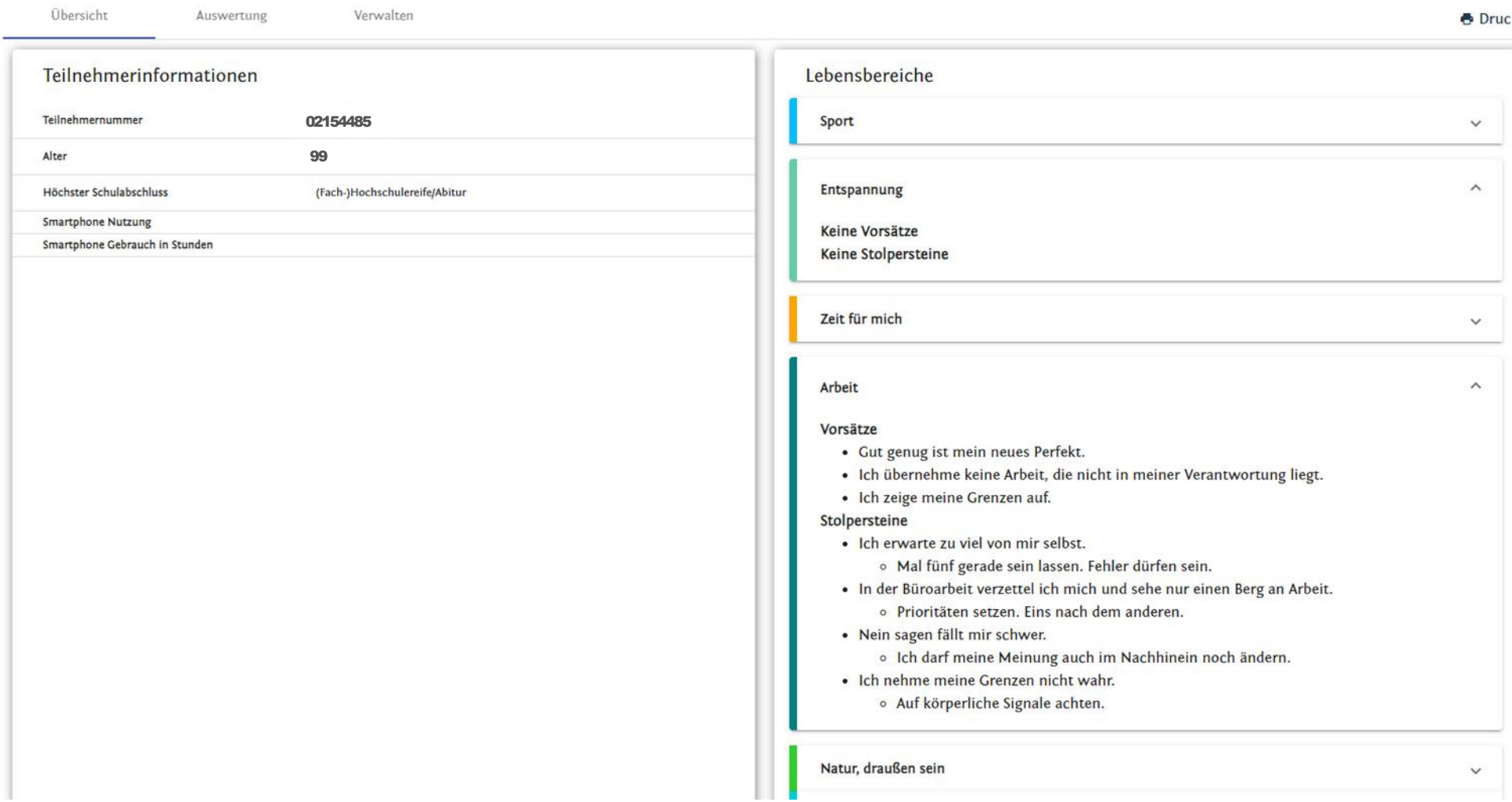
DE-RENA Coachingplattform

DE-RENA CL | MEDIAN Klinik für Psychosomatik Bad Dürkheim

- Dashboard
- Neuer Teilnehmer
- Coaches verwalten
- Informationen zu DE-RENA

Teilnehmernummer	Coach	Suizidalität	Tage seit Fragebogen	Letzter Fragebogen Wert	Befinden	Tage seit Befinden	Letzter Sync	App Version	Erstellt am	
02154485	Max Muster	0	27!	5	5	22!	28.12.2020, 18:47:17	1.10.21 - i	21.10.2020, 14:10:41	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154486	Max Muster	1!	8	16!	3	1	18.01.2021, 22:54:27	1.10.20 - a	21.10.2020, 14:11:04	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154487	Max Muster	-	-	-	-	-	14.01.2021, 16:54:59	1.10.21 - i	28.10.2020, 13:45:55	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154488	Max Muster	0	9	10	5	1	18.01.2021, 19:11:07	1.10.21 - a	28.10.2020, 13:45:14	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154489	Max Muster	1!	7	21!	3	6	13.01.2021, 21:36:52	1.10.21 - a	02.11.2020, 15:21:54	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154490	Max Muster	0	2	17!	2!	0	19.01.2021, 07:13:40	1.10.21 - a	09.11.2020, 09:10:24	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154491	Max Muster	0	44!	10	4	28!	22.12.2020, 20:41:59	1.10.21 - a	11.11.2020, 14:09:00	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154492	Max Muster	-	-	-	5	11!	11.01.2021, 09:00:13	1.10.21 - i	11.11.2020, 14:05:30	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154493	Max Muster	0	14	2	6	1	19.01.2021, 07:10:04	1.10.21 - a	11.11.2020, 14:12:19	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154493	Max Muster	1!	69!	21!	-	-	08.01.2021, 12:51:07	1.10.21 - a	11.11.2020, 14:04:46	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154485	Max Muster	1!	12	9	6	1	18.01.2021, 20:14:27	1.10.21 - a	11.11.2020, 14:09:06	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154486	Max Muster	0	14	7	4	14!	09.01.2021, 20:00:32	1.10.21 - a	11.11.2020, 14:05:37	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154487	Max Muster	0	64!	8	-	-	16.01.2021, 18:59:57	1.10.21 - a	16.11.2020, 11:14:53	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154488	Max Muster	-	-	-	-	-	14.01.2021, 09:15:01	1.9.2 - i	23.11.2020, 16:59:32	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154489	Max Muster	0	13	6	7	4	15.01.2021, 06:53:21	1.10.21 - i	25.11.2020, 14:04:29	öffnen | In neuem Tab öffnen
02154490	Max Muster	1!	40!	15!	-	-	27.12.2020, 15:35:29	1.10.21 - a	25.11.2020, 14:06:03	öffnen | In neuem Tab öffnen

DE-RENA Coachingplattform



Übersicht | Auswertung | Verwalten | Druc

Teilnehmerinformationen

Teilnehmernummer	02154485
Alter	99
Höchster Schulabschluss	(Fach-)Hochschulereife/Abitur
Smartphone Nutzung	
Smartphone Gebrauch in Stunden	

Lebensbereiche

Sport

Entspannung

Keine Vorsätze
Keine Stolpersteine

Zeit für mich

Arbeit

Vorsätze
- Gut genug ist mein neues Perfekt.
- Ich übernehme keine Arbeit, die nicht in meiner Verantwortung liegt.
- Ich zeige meine Grenzen auf.

Stolpersteine
- Ich erwarte zu viel von mir selbst.
  - Mal fünf gerade sein lassen. Fehler dürfen sein.
- In der Büroarbeit verzettel ich mich und sehe nur einen Berg an Arbeit.
  - Prioritäten setzen. Eins nach dem anderen.
- Nein sagen fällt mir schwer.
  - Ich darf meine Meinung auch im Nachhinein noch ändern.
- Ich nehme meine Grenzen nicht wahr.
  - Auf körperliche Signale achten.

Natur, draußen sein

DE-RENA Coachingplattform

DE-RENA – Ergebnisse Stichprobe

MEDIAN

N:	122 Patienten
Hauptdiagnosen:	Depressive Episode (91%), davon 61% mit rezidivierendem Verlauf, Dysthymia (4,5%), Anpassungsstörungen (4,5%)
Alter:	Ø 47,3 Jahre (SD = 9,5, Range = 24 – 65 Jahre)
Geschlecht:	63% weiblich, 37% männlich
Bildung:	47% Abitur/Fachhochschulreife, 28% Realschulabschluss/Polytechnische Oberschule, 7% Haupt-/Volksschulabschluss
Smartphone-Nutzung pro Tag:	Ø 100 Minuten

DE-RENA – Ergebnisse Akzeptanz

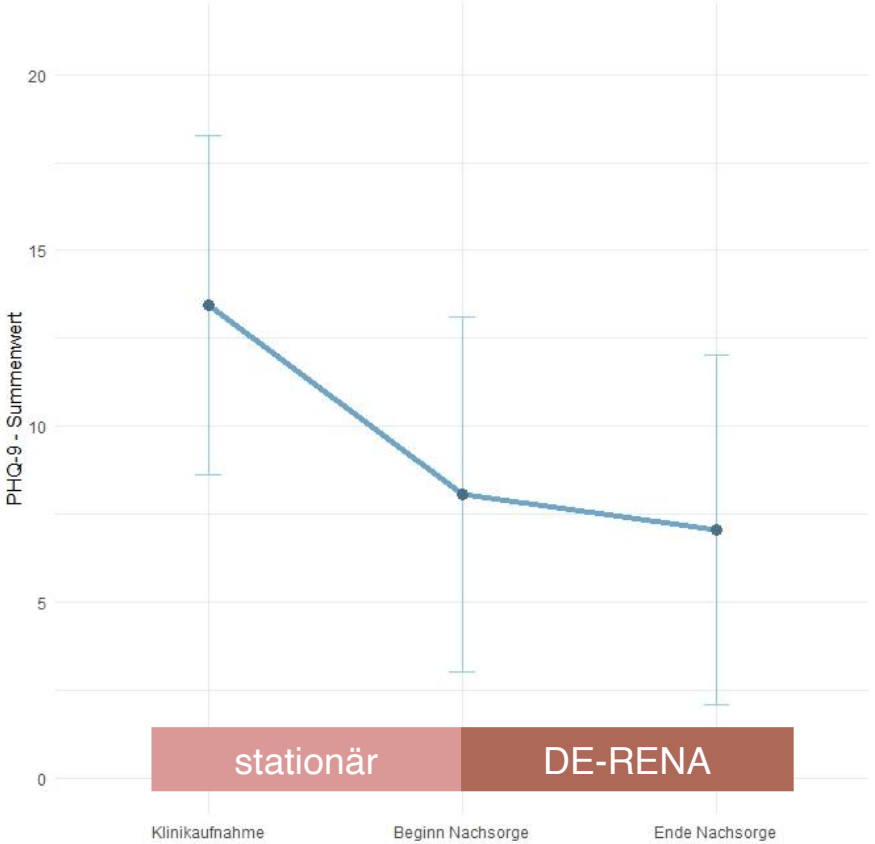
- Insgesamt gaben die Patienten nach Abschluss der Nachsorge an, von DE-RENA gut profitiert zu haben (Schulnotenskala: M = 2,15, SD = 1,31).

- Nutzen und Qualität des Telefoncoachings wurden als besonders hoch eingestuft (Schulnotenskala: M = 1,54, SD = 0,63).

- Benutzerfreundlichkeit, persönliche Bedeutsamkeit und Wahrscheinlichkeit für die Nutzung im Alltag der DE-RENA-Funktionen werden als gut bewertet (Schulnoten zwischen 2,02 und 2,85)

DE-RENA – Ergebnisse Wirkungen

Prä-Post-Vergleich Depressivität (PHQ-9)



t1: M = 8,06.; SD = 5,06
t2: M = 7,06.; SD = 4,97

T-Test für abhängige Stichproben t1 vs. t2
t(103) = 2,30; p = ,02 *

Effektstärke: d = 0,23

DE-RENA – Ergebnisse Wirkungen

Elektronische Verlaufsdaten aus der App (PHQ-9)

Die längsschnittliche Mehrebenenanalyse modelliert, ob der PHQ-9-Wert im zeitlichen Verlauf der Nachsorgephase einen linearen Trend beschreibt.

Darstellung der festen Effekte des Mehrebenenmodells

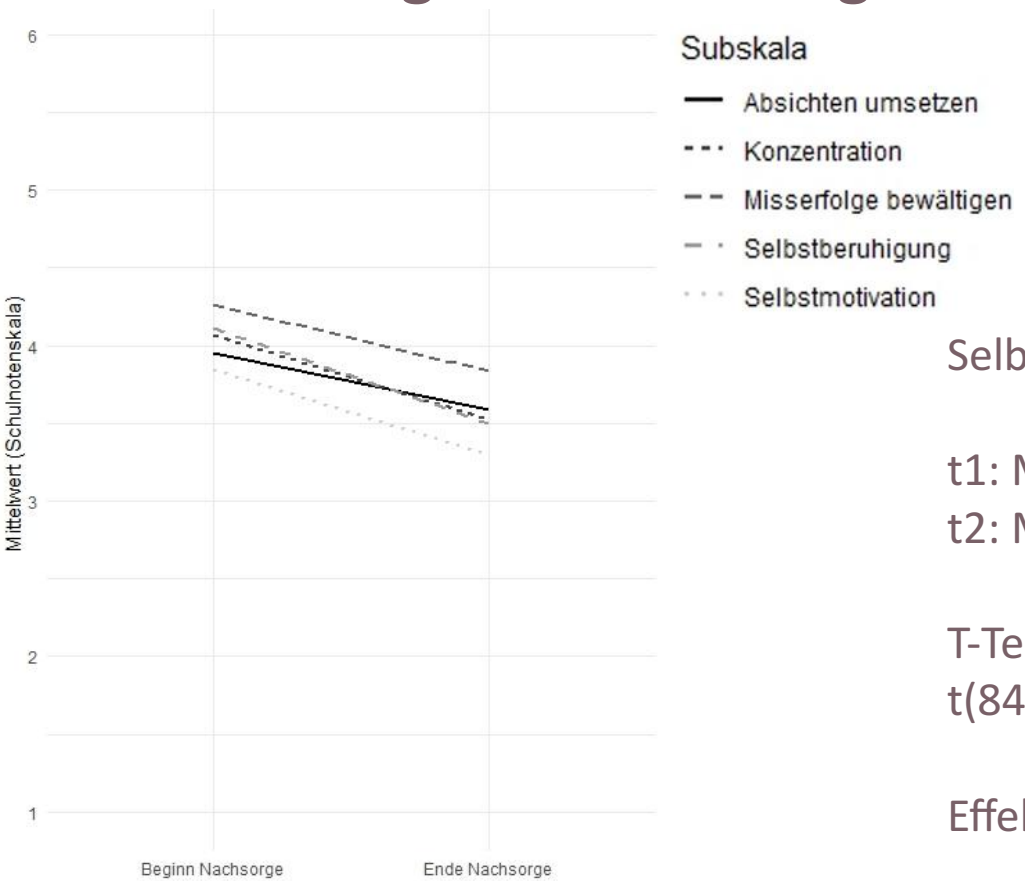
	β	SE	Df	t	p
Achsenabschnitt	7,78	0,38	1068	20,37	< 0,001 ***
Nachsorgetag	**-0,004**	0,001	1068	-2,74	**0,006 ****
Anzahl Beobachtungen	1189				

Anmerkung: β = Modellkoeffizient; SE = Standardfehler

→ Pro Nachsorgetag sinkt die depressive Symptomatik sehr leicht ab, und zwar um 0,004 Einheiten im PHQ-9.

DE-RENA – Ergebnisse Wirkungen

Prä-Post-Vergleich Selbstregulation (SSI-K3)



Selbstregulation (über alle Subskalen)

t1: M = 4,05; SD = 0,87
t2: M = 3,54.; SD = 1,01

T-Test für abhängige Stichproben t1 vs. t2
t(84) = 5,76; p < ,001 ***

Effektstärke: d = 0,68

DE-RENA – Diskussion

- DE-RENA wird von Teilnehmenden als Alternative zur Gruppennachsorge akzeptiert

- Teilnehmer*innen konnten Therapieerfolge auch im Alltag aufrechterhalten
  - leichte Verbesserung der depressiven Symptomatik
  - deutliche Verbesserung der Selbstregulationsfähigkeiten

  → Einschränkung: Keine Kontrollgruppe, da Fokus auf Umsetzbarkeit lag

  - DE-RENA erfüllt die Anforderungen der DRV an Tele-Reha-Nachsorge, ist als Medizinprodukt zertifiziert und verfügt über ein von der DRV geprüftes Datenschutzkonzept

DE-RENA – Personalaufwand

- Coaching durch Fachärzt*innen für Psychiatrie und Psychotherapie, Ärzt*innen mit Zusatzbezeichnung Psychotherapie, approbierte Psychologische Psychotherapeut*innen
  - Mit 50%-Stelle können ca. 30-40 Teilnehmer*innen versorgt werden
- Schulungen in stationärer Phase:
  - ca. 3 Stunden wöchentlich, zusätzlich ein Einzeltermin pro Teilnehmer*in vor Entlassung (30-45 Minuten)
- Betreuung in der Nachsorge:
  - tägliches Monitoring (ca. 15 Minuten)
  - monatlich 1 Telefonat pro Teilnehmer*in (ca. 20-30 Minuten)
  - ggf. Mailkontakte

DE-RENA – Aktueller Stand

- DE-RENA ist seit 01.01.2020 Regelleistung der DRV
  - Vergütung 148,89 € pro Monat und Patient*in, d.h. 893,34 € über sechs Nachsorgemonate
- DE-RENA ist störungsübergreifend einsetzbar
- Derzeit nutzen 14 Kliniken DE-RENA in der Regelversorgung

DE-RENA 2.0

- Alternative für kleinere Kliniken:
Web-basierte Schulungen für Patient*innen während der stationären Behandlung
- Nachsorge wird durch niedergelassene Nachsorgetherapeut*innen durchgeführt
- Kontaktaufnahme zu Coach per (Video-)Telefonie

DE-RENA

Rehabilitationsnachsorge für depressive Patientinnen und Patienten mit einer Smartphone-App

MEDIAN

MEDIAN Klinik für Psychosomatik Bad Dürkheim

Rehabilitationszentrum Bad Salzuflen
Klinik Lipperland - Klinik Am Lietholz

Deutsche Rentenversicherung
Bund

BINACON
Gemeinsam neue Wege gehen

DE-RENA

Rehabilitationsnachsorge für depressive
Patientinnen und Patienten mit einer Smartphone-App

Stationäre Abläufe

MEDIAN

Beginn stationäre Behandlung

DE-RENA-Team ermittelt potenzielle Teilnehmer*innen mit Kostenträger DRV

3. Behandlungswoche

Schulung „Vorbereitung auf die Zeit nach der Reha: Vorstellung der Nachsorgeangebote DE-RENA und Psy-RENA

Bei Interesse an Teilnahme und Indikationsstellung durch BZT:

Schulung „Einführung in die DE-RENA-App“

4. - 5. Behandlungswoche

Einzel- oder Gruppentermin mit DE-RENA-Mitarbeiter und verbindliche Entscheidung für Nachsorgeverfahren

Patient*innen testen DE-RENA-App in der Klinik

Entlassung

Empfehlung, Verordnung und Einleitung von DE-RENA bei DRV

6-monatige Nachsorgephase

App-Nutzung

Monatliche Coaching-Telefonate

Kontinuierliches Monitoring der depressiven Symptomatik und der App-Nutzung durch Coaches

Schulungsmaterialien und Formulare sind vollständig auf der Coaching-Plattform abgelegt (bald auch mit Tutorials)