

Unsere DiGA Mindable: Soziale Phobie

Über Mindable: Soziale Phobie

Mindable: Soziale Phobie basiert auf der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) und ist eine vom BfArM zugelassene digitale Gesundheitsanwendung (DiGA).

Die App kann eigenständig oder therapiebegleitend von Patient:innen eingesetzt werden.

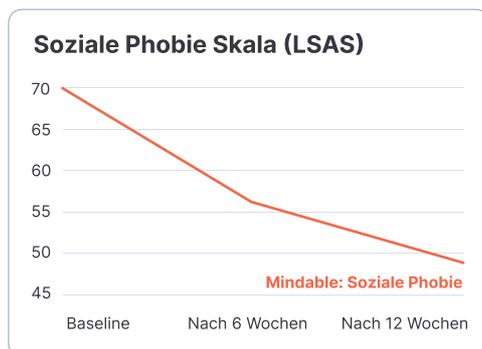
Die App-Inhalte wurden in enger Zusammenarbeit mit den Autor:innen der führenden S3-Leitlinien Behandlungsmanuale „Soziale Angststörung“ (Stangier, Clark, Ginzburg, Ehlers, 2016) und „Soziale Angst verstehen und verändern“ (Hoyer, Härtling & Sarnowsky, 2019) entwickelt.

- ✓ Psychoedukation
- ✓ Aufmerksamkeitstraining
- ✓ Verhaltensexperimente
- ✓ Wöchentliches Checkup
- ✓ Daten-Export
- ✓ 24/7 technischer Support

Verfügbare Sprachen:

Deutsch, Englisch und Französisch

Studienergebnisse



Die Wirksamkeit der App wurde in einer klinischen Studie nachgewiesen.¹ *Mindable: Soziale Phobie* führte dabei zu einer signifikanten Verbesserungen der Angstsymptomatik ($d = 0.84$). Derzeit erfolgt die Evaluation von *Mindable* durch eine vergleichende, randomisierte Studie (RCT).

¹ Schittenhelm, J. M., von Borell, C., Clément, C., Schüller, J., Stangier, U., & Hoyer, J. (2023). Evaluation of a smartphone application for self-help for patients with social anxiety disorder: a randomized controlled study—SMASH. *Trials*, 24(1), 154.

Indikation und Kontraindikation

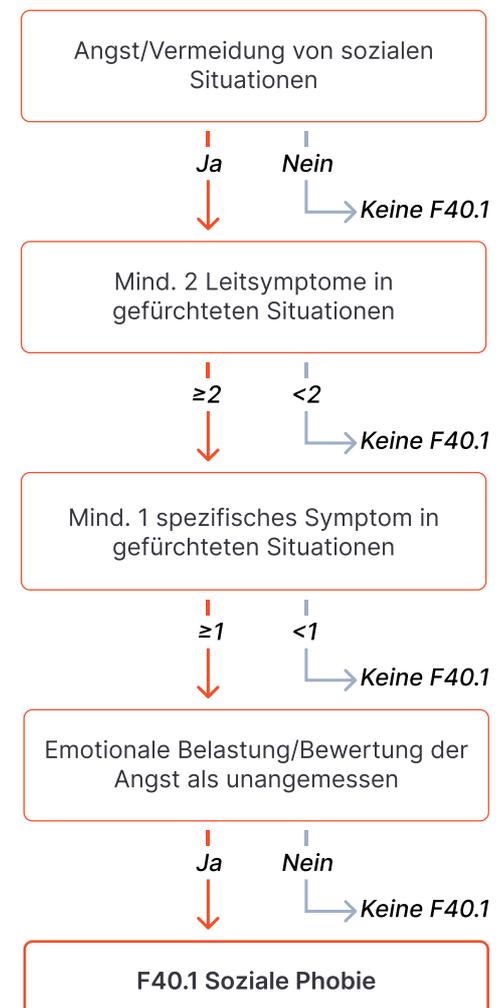
Indikationen

- ✓ F40.1 Soziale Phobie
- ✓ Mind. 18 Jahre alt

Kontraindikation

- ✗ Suizidales Risiko und akut selbstverletzende Tendenzen

Diagnoseleitfaden



Verordnungsprozess

Einfache Verordnung...

Die DiGA kann kostenfrei per **Muster-16 Rezept** oder **Diagnosebestätigung** verordnet werden, auch bei einer **Verdachtsdiagnose** oder **sekundärprophylaktisch**.

...via PVS oder Rezeptblock

Bei einigen PVS benötigen Sie ab dem 1.10.24 ein Zusatzmodul, um DiGA-Rezepte auszustellen. **Papier-Vorlagen bleiben** aber **erlaubt** und können **kostenlos** vorausgefüllt über die Mindable Website bestellt werden.

Keine Zuzahlung Ihrer Patient:in

Anders als bei anderen Rezepten gibt es für DiGA **keine Zuzahlungspflicht** Ihrer Patient:innen. Die Kosten für DiGAs werden direkt von der Krankenkasse mit dem Hersteller abgerechnet.

So erhalten Ihre Patient:innen die DiGA

1. Sie stellen ein Muster-16 Rezept aus. Kostenlose, vorbedruckte Rezepte können Sie auf unserer Webseite unter www.mindable.health/rezeptblock bestellen.
2. Ihre Patient:innen senden das Rezept an ihre Krankenkasse oder nutzen unseren Receptservice. Die Krankenkasse übermittelt im Anschluss einen App-Freischaltcode.
3. Die Patient:innen aktivieren die App *Mindable: Soziale Phobie* mit ihrem Freischaltcode.

WICHTIG: *Mindable: Soziale Phobie* kann auch bei einer Verdachtsdiagnose oder sekundärprophylaktisch verordnet werden.



1 Verordnungsfeld

Digitale Gesundheitsanwendung
PZN 19166938
Mindable: Soziale Phobie

Praxismaterial bestellen

Hier können Sie kostenfreies Praxismaterial und einen Test-Account anfordern:
www.mindable.health/praxismaterial



Benötigen Sie weitere Infos?

Kontaktieren Sie uns gern:
+49 30 83797767
fachkreise@mindable.health
www.mindable.health

Über den Hersteller Mindable Health

Mindable Health wurde 2019 mit dem Ziel gegründet, Psychotherapie durch digitale Technologien zugänglicher zu machen und den Therapieprozess bestmöglich zu unterstützen. Es bestehen enge Kooperationen mit renommierten Experten und Einrichtungen im Bereich der Angststörungen, u.a. Prof. Dr. Jürgen Hoyer, Lehrstuhlinhaber für Behaviorale Psychotherapie an der Technischen Universität Dresden, sowie Prof. Dr. Ulrich Stangier, Lehrstuhlinhaber für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der J.W. Goethe-Universität, Frankfurt a. M.