

## **Gemeinsame Pressemitteilung**

### **Digitale Therapie „Invirto“ bei Angststörungen: Neue Wege in der Psychotherapie für Patienten in Schleswig-Holstein**

**Kiel (29.06.2020).** Ab sofort können gesetzlich Krankenversicherte in Schleswig-Holstein ihren Ängsten mit der digitalen Therapie „Invirto“ begegnen. Dazu gehören eine psychotherapeutische App, Übungen zur Angstbewältigung und eine therapeutische Begleitung in Videotelefonaten durch Behandler des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein (UKSH). Das Programm „Invirto“ bieten die AOK NORDWEST, die BKK Mobil Oil und die HEK -Hanseatische Krankenkasse ihren Versicherten an. Die Techniker Krankenkasse (TK) bietet die digitale Therapie bereits seit Anfang des Jahres an. „Damit gehen wir auch in der Psychotherapie neue digitale Wege zur Verbesserung der medizinischen Versorgung der Menschen in Schleswig-Holstein. Das ist ein weiterer Schritt, eine intelligente und qualitativ hochwertige telemedizinische Struktur im Land aufzubauen und Versorgung aktiv mitzugestalten“, sagt AOK-Vorstandsvorsitzender Tom Ackermann.

Jährlich leiden über 170.000 Schleswig-Holsteiner an einer Angststörung wie der Agoraphobie, Panikstörung oder sozialen Phobie. Die Erkrankungen äußern sich zum Beispiel durch wiederkehrende Panikattacken bis hin zur Angst, plötzlich zu sterben. Für viele Patienten mit Ängsten ist der Weg in die Therapie aber mühsam und schwer. Beispielsweise müssen bei einer klassischen Psychotherapie Patienten durchschnittlich fünf Monate auf den Therapiebeginn warten.

Das soll sich mit dem Behandlungsprogramm „Invirto“ ändern. „Mit „Invirto“ stellen wir unseren Versicherten eine besondere medizinische Leistung zur Verfügung. Der Therapieansatz stärkt die Eigenverantwortung und das Selbstmanagement der Betroffenen und kann von diesen kurzfristig in Anspruch genommen werden“, sagt Tanja Euhus, Bereichsleitung Verträge bei der BKK Mobil Oil. Mit „Invirto“ können die Patienten eine leitliniengerechte Psychotherapie vollständig zu Hause absolvieren und erhalten dafür sowohl eine Virtual Reality Brille als auch eine Betreuung von Psychotherapeuten des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein (UKSH) per Videosprechstunde. Nach einer Diagnostik der Angststörung erhalten sie Zugang zur therapeutischen App und starten in die Behandlung. Zuerst lernen sie Techniken gegen die eigene Angst oder Panik und werden dann in der virtuellen Realität mit angstausslösenden Situationen konfrontiert. Das Programm umfasst dafür therapeutische Videos und angeleitete Übungen mit entsprechenden Szenen wie beispielsweise Aufzugsfahrten, Menschenansammlungen oder Höhsituationen. Dabei lernen die Patienten, wieder mit ihren Ängsten umzugehen. Während der Therapie werden sie von Psychotherapeuten und -Therapeutinnen des UKSH begleitet.

„Anspruchsvolle Therapien für Patienten besonders einfach zugänglich zu machen, sind sinnvolle Innovationen für die Zukunft unserer Versorgung“, zieht Torsten Kafka, Alleinvorstand der Hanseatischen Krankenkasse das Fazit.

Die Psychotherapeutin Dr. Julia Korn aus dem Universitätsklinikum Schleswig-Holstein behandelt seit über zehn Jahren Patienten mit Angststörungen und therapiert mit „Invirto“. Sie bewertet die ersten Erfahrungen mit der Therapie vor allem für die Patienten als positiv: „Ein häufiger Grund für die Teilnahme an „Invirto“ liegt in der guten Verfügbarkeit. Selbst wenn Patienten einen Termin bei einem Therapeuten für eine klassische Psychotherapie bekommen würden, wäre der Anreiseweg zu weit und der Aufwand für sie zu groß, um in die Therapie zu starten. Außerdem sind es ja gerade Situationen wie das Autofahren oder der öffentliche Nahverkehr, bei denen Panik aufkommt. Deshalb nutzen die Patienten gerne „Invirto“ in der Therapie. Andere Patienten freuen sich ohne Wartezeit starten zu können und nicht an Termine gebunden zu sein. Sie können die Therapie dann machen, wann sie wollen und Zeit haben“.

„Ich freue mich, dass jetzt auch andere Krankenkassen ihren Versicherten die Teilnahme an der digitalen Therapie ermöglichen. Sie erhalten damit einen schnellen Zugang, ohne Wartezeiten, zu einer leitliniengerechten Psychotherapie in den eigenen vier Wänden per Fernbehandlung“, so Sören Schmidt-Bodenstein, Leiter der TK-Landesvertretung Schleswig-Holstein.

Patienten mit Ängsten oder Verdacht auf eine Angststörung können sich kostenfrei bei der „Invirto“-Terminkoordination unter 040 30924713 melden und mehr über die Therapie erfahren.

### **Über Sympatient**

Sympatient ist ein Entwickler und Anbieter von digitaler Psychotherapie. Das Unternehmen mit Sitz in Hamburg entstand aus einer wissenschaftlichen Studie am UKSH und wurde 2017 von Christian Angern, Julian Angern und Benedikt Reinke gegründet. Hauptprodukt ist Invirto, die weltweit erste digitale Psychotherapie gegen Angststörungen für zu Hause, die nach Goldstandard behandelt. Gefördert von der Hansestadt Hamburg, gewann das Start-up im September 2019 den Hamburger Gründerpreis. Sympatient gehört zu den Top 10 des Deutschen Gründerpreises 2020. Das Unternehmen beschäftigt elf Mitarbeiter. [www.sympatient.com](http://www.sympatient.com)

### **Gesprächspartner für die Medien:**

Jens Kuschel, Pressesprecher  
AOK NORDWEST – Die Gesundheitskasse  
Edisonstraße 70  
24145 Kiel  
Tel. 0800 2655 505528  
E-Mail: [presse@nw.aok.de](mailto:presse@nw.aok.de)