

Pressemitteilung

AOK Rheinland/Hamburg führt digitale Nachsorge für Menschen mit Depression fort

Auswertung bestätigt Nutzen des mentalis-Versorgungsprogramms

Düsseldorf, 30.09.2026

Die Versorgung von Menschen mit Depression endet nicht mit der Entlassung aus einer Klinik. Gerade der Übergang zurück in den Alltag ist für viele Betroffene eine besonders sensible Phase, in der ein erhöhtes Risiko für Rückfälle und erneute stationäre Behandlungen besteht. Um Versicherte in dieser Phase gezielt zu begleiten, wurde das digitale Nachsorgeprogramm „Phönix“ der mentalis GmbH entwickelt, das nun nach erfolgreicher Auswertung fortgeführt wird.

Die Analyse zeigt, dass das Programm einen wichtigen Beitrag zur sektorenübergreifenden Versorgung leistet. Durch regelmäßige telefonische Coachinggespräche über einen Zeitraum von zwölf Wochen sowie eine längerfristige App-Begleitung werden Versicherte nach einem teil- oder vollstationären Aufenthalt begleitet. Ziel ist es, den Übergang zwischen stationärer und ambulanter Behandlung zu stärken, die Selbstwirksamkeit der Betroffenen zu fördern und Rückfälle möglichst zu vermeiden.

Versicherte, die die vollständige Anzahl an Telefon-Coachings in Anspruch genommen haben, mussten im Vergleich zu einer Kontrollgruppe deutlich seltener erneut stationär behandelt werden. Damit leistet das Angebot einen wichtigen Beitrag zu einer kontinuierlichen und bedarfsgerechten Versorgung von Menschen mit Depression.

„Gerade in der Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen benötigen wir mehr Kontinuität, Nachsorge und Begleitung“, sagt Christian Wehner, Bereichsleiter Gesundheitsmanagement bei der AOK Rheinland/Hamburg. „Die Auswertung zeigt, dass digitale Nachsorge eine Versorgungslücke schließen und Patientinnen und Patienten in einer besonders kritischen Phase wirksam unterstützen kann.“

Neben dem medizinischen Nutzen weist die Analyse auch auf positive gesundheitsökonomische Effekte hin. Die vermiedenen stationären Wiederaufnahmen führen zu einer spürbaren Entlastung des Gesundheitssystems. Gleichzeitig macht die Untersuchung deutlich, dass sich viele Vorteile einer erfolgreichen Nachsorge – etwa eine bessere Stabilisierung im Alltag, eine höhere Lebensqualität oder die Entlastung von Angehörigen – nicht allein anhand von Kosten beziffern lassen.

Die Fortführung des Programms unterstreicht den Anspruch, innovative digitale Versorgungsangebote dort dauerhaft zu etablieren, wo sie nachweislich einen Mehrwert für die Versorgung schaffen. So setzt das Programm ein wichtiges Signal für eine moderne, sektorenübergreifende und evidenzbasierte Gesundheitsversorgung, in der digitale Lösungen gezielt eingesetzt werden, um die Versorgungsqualität für Patientinnen und Patienten nachhaltig zu verbessern.