

Begleitung von Depressionstherapien mit mobilen Applikationen

Masterarbeit

zur Erlangung des akademischen Grades „Master of Science (M. Sc.)“ im
Studiengang Wirtschaftswissenschaft der Wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät der
Leibniz Universität Hannover

vorgelegt von

Name: Hoffmann



Vorname: Patricia



Prüfer: Prof. Dr. M. H. Breitner

Ort, den* Hannover, den 30.09.2022

*(Datum der Abgabe)

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis.....	IV
Tabellenverzeichnis.....	V
Abkürzungsverzeichnis.....	VI
Abstract.....	VII
Management Zusammenfassung	IX
Einleitung.....	IX
Methodik.....	IX
Ergebnisse.....	X
Diskussion	XI
Fazit.....	XII
1 Einleitung	1
1.1 Relevanz und Motivation.....	1
1.2 Forschungsbedarf.....	2
2 Theoretische Grundlagen	3
2.1 Depressionen.....	4
2.1.1 Ursachen, Diagnose und Krankheitsverlauf.....	4
2.1.2 Behandlungsmöglichkeiten.....	9
2.1.3 Therapiebegleitung mit mobilen Applikationen.....	11
2.2 Mobile Applikationen.....	12
2.2.1 Digitale Gesundheitsanwendungen	13
2.2.2 Anforderungen und positive Versorgungseffekte	16
2.3 Technologieakzeptanz	17
2.3.1 Akzeptanzforschung.....	17
2.3.2 Technologieakzeptanzmodelle	20
2.3.3 Akzeptanz mobiler Applikationen.....	25
3 Literaturanalyse nach Webster & Watson.....	27
3.1 Methodik.....	28
3.2 Konzeptmatrix nach Webster and Watson (2002)	30
3.3 Ergebnisse.....	34
4 Feldversuch mobiler Applikationen	42
4.1 Konzept	43
4.2 Systematische Untersuchung vorhandener Anwendungen	44
4.3 Ergebnisse der Untersuchung.....	48
5 Qualitative Experteninterviews	66

5.1 Methodik und Vorgehensmodell.....	66
5.2 Ergebnisse der Qualitativen Inhaltsanalyse.....	71
6 Diskussion, Erkenntnisse und Implikationen für Theorie und Praxis	80
7 Limitationen.....	87
8 Handlungsempfehlungen.....	88
8.1 Praktische Handlungsempfehlungen.....	88
8.2 Weiterer Forschungsbedarf.....	89
9 Fazit	90
Literaturverzeichnis	XIV
Anhang.....	XXIII

Management Zusammenfassung

Einleitung

Depressive Störungen sind in Deutschland weit verbreitet und gehen neben gesundheitlichen Beschwerden mit Einschränkungen im sozialen und beruflichen Umfeld, sowie gesellschaftlicher Stigmatisierung einher (Wittchen & Hoyer, 2011, S. 885). Trotz verschiedener Behandlungsmöglichkeiten ist die Versorgung oft mit langen Wartezeiten verbunden. Die durchschnittliche Wartezeit auf einen Therapieplatz beträgt circa 20 Wochen (Singer et al., 2022, S. 176). Aufgrund der Wartezeiten und des Nachfrageüberschusses nach Psychotherapieplätzen zeigt sich der dringende Bedarf an zusätzlichen Behandlungsmöglichkeiten. Um den zukünftigen Versorgungsbedarf decken zu können, sollte die Begleitung mit mobilen Applikationen als sinnvolle Ergänzung zur klassischen Psychotherapie und anderen Behandlungsmethoden betrachtet werden. Darüber hinaus können mobile Applikationen auch zur Wartezeitüberbrückung eingesetzt werden, um während der langen Wartezeiten bereits unterstützen zu können (BfArM, 2022f).

Trotz verschiedener Vorteile, die sich durch die Verordnung ergeben, sind die Verordnungszahlen der DiGA bislang relativ niedrig. Bis Ende 2021 wurden deutschlandweit nur etwas mehr als 19.000 DiGA verordnet, davon circa 2400 DiGA zur Behandlung von Depressionen. Es stellt sich die Frage, aus welchen Gründen die Verordnungszahlen bislang so niedrig waren und wie sich diese zukünftig steigern lassen. Aus dem DiGA-Report 2022 der Techniker Krankenkasse (2022) geht darüber hinaus hervor, dass die Zufriedenheit mit den DiGA gemäßigt ist. Die Ursachen für die Unzufriedenheit liegen oftmals in der fehlenden Wahrnehmung eines Mehrwerts durch die Apps, sowie mangelnder Individualisierung und Ausrichtung auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten. Auch die unzureichende Benutzerfreundlichkeit und Fehler in den Anwendungen werden kritisiert. Zudem gaben die Nutzer an, Adhärenz- und Motivationsprobleme zu haben, was durch mangelnden Kontakt zu Ärzten und Therapeuten verstärkt wird (Techniker Krankenkasse, 2022, S. 90f., S. 109f.).

Im Rahmen des Forschungsvorhaben ergeben sich folgende Forschungsfragen:

***F1:** Welche Funktionalitäten sollen mobile Applikationen haben, um die Wartezeit für Depressionstherapien zu überbrücken oder Depressionstherapien zu unterstützen?*

***F2:** Wie lässt sich die Akzeptanz und erfolgreiche Nutzung mobiler Applikationen zur Begleitung von Depressionstherapien verbessern?*

Methodik

Die folgende Abbildung zeigt das Forschungsvorhaben, aus dem der Aufbau der Arbeit hervorgeht.

eingegangen werden. In diesem Zusammenhang sollte betrachtet werden, welche Möglichkeiten bestehen, um Komorbiditäten mithilfe von DiGA zu behandeln. Zudem sollte thematisiert werden, wie sich verschiedene Behandlungsmöglichkeiten bei Komorbiditäten ergänzen können.

9 Fazit

Im Rahmen dieser Arbeit wird umfassend auf die Möglichkeiten zur Wartezeitüberbrückung und Begleitung von Depressionstherapien mit mobilen Applikationen eingegangen. Dabei stellt sich die Frage, welche Funktionalitäten die Apps erfüllen müssen, um die Wartezeit zu überbrücken oder Depressionstherapien zu unterstützen. Zudem wird untersucht, wie die Akzeptanz und die erfolgreiche Nutzung der Apps verbessert werden kann.

Um den Forschungsfragen nachzugehen, wurden zunächst die theoretischen Grundlagen dargestellt. Anschließend wurden die theoretischen Faktoren durch die Literaturanalyse und die praktischen Faktoren durch den Feldversuch herausgestellt. Diese wurden um die Einschätzungen von Experten ergänzt. In der anschließenden Diskussion wurde eine Gewichtung der als relevant identifizierten Faktoren vorgenommen und Implikationen herausgearbeitet. Aus diesen ergibt sich der idealtypische Aufbau einer App, die die relevanten Funktionalitäten berücksichtigt.

Zusammenfassend ist festzustellen, dass mobile Applikationen nach aktuellem Stand nicht zur alleinigen Behandlung einer Depression verwendet werden können. Sie stellen jedoch eine sinnvolle Intervention zur Überbrückung der Wartezeit auf einen Therapieplatz dar. Darüber hinaus ist die Kombination einer klassischen Psychotherapie mit unterstützenden mobilen Applikationen nach aktuellem Forschungsstand die sinnvollste Einsatzmöglichkeit, da die Apps eine gute Ergänzung der Therapie darstellen können. Auch für Patientengruppen, die keinen anderweitigen Zugang zur Versorgung haben, können mobile Applikationen einen Einstieg in die Behandlung bieten. In den allermeisten Fällen ist die Behandlung mit mobilen Applikationen besser geeignet als keine Behandlung. So können Patienten mit sehr leichten Formen der Depression eine erste Hilfe durch die Apps erlangen. Gesundheitsapps können die Patienten im Alltag unterstützen und zur Verbesserung der Symptomatik beitragen. Wichtig ist beim Einsatz mobiler Applikationen zu beachten, die richtige Zielgruppe anzusprechen, damit die Apps auch tatsächlich genutzt werden und die Adhärenz und Effektivität gesteigert werden. Neben der Zielgruppe haben die Faktoren Benutzerfreundlichkeit und Individualisierung großen Einfluss auf die Adhärenz. Darüber hinaus ist die Begleitung der Behandlung durch Therapeuten oder Ärzte sinnvoll, um zum einen die Adhärenz zu steigern und zum anderen einen Ansprechpartner für die Patienten bereitzustellen, der zudem den Gesundheitszustand im Auge behält. Werden diese Funktionalitäten innerhalb der App erfüllt, werden die Patienten motiviert, die App dauerhaft zu nutzen, was sich in einer hohen Adhärenz widerspiegelt und positiv auf die erfolgreiche Nutzung auswirkt.

In Zukunft besteht weiterer Forschungsbedarf, besonders im Hinblick auf die DiGA. Auch in der Praxis sollte der Optimierungsbedarf der Apps erkannt werden und entsprechend darauf eingegangen werden. Darüber hinaus besteht Aufklärungs- und Informationsbedarf, um die gesellschaftliche Akzeptanz der DiGA zu steigern. Die Zukunftschancen für die Behandlung von Depressionstherapien mit mobilen Applikationen und im speziellen mit DiGA sind vielversprechend.