

					
<p>Anbieter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → GET.ON Institut für Online Gesundheits-trainings GmbH <p>Produktname:</p> <ul style="list-style-type: none"> → HelloBetter Panik <p>Kontakt zum Anbieter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Via Website <p>Eintrag und Status im DiGA-Verzeichnis?:</p> <ul style="list-style-type: none"> → DiGA-Eintrag: vorliegend → Status: Dauerhaft aufgenommen <p>Nutzungsdauer und -häufigkeit:</p> <ul style="list-style-type: none"> → 6 Einheiten (1x pro Woche) → Ca. 45-60 min pro Einheit <p>Gebrauchsanweisung</p>	<p>Ziele der Intervention:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Reduktion der Symptomschwere einer Panikstörung und Agoraphobie mit Panikstörung <p>Mindestalter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → 18 Jahre <p>Diagnosen:</p> <ul style="list-style-type: none"> → F40.01 Agoraphobie: Mit Panikstörung → F41.0 Panikstörung [episodisch paroxysmale Angst] 	<p>Theoretische Basis:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Kognitive Verhaltenstherapie <p>Eingesetzte Methoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Psychoedukation → Konfrontationen mit inneren und äußeren angstauslösenden Reizen → kognitive Umstrukturierung → Entspannungsübungen → Rückfallprophylaxe 	<p>Menschliche Begleitung:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Nach den einzelnen Kurseinheiten erhalten die Teilnehmenden werktags innerhalb von 24 Stunden eine schriftliche Rückmeldung von einem:einer ausgebildeten Psycholog:in → Bei technischen Fragen zur Durchführung des Programms steht sollen sich Nutzende an support@helloworld.de wenden 	<p>Kosten:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Kosten für Selbstzahler: 599 € (Stand: April 2022) → Die Kosten werden bei Verordnungen von der Krankenkasse übernommen 	<p>Wirksamkeitsnachweis(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> → Ebenfeld, L., Lehr, D., Ebert, D. D., Kleine Stegemann, S., Ripper, H., Funk, B., & Berking, M. (2021). Evaluating a Hybrid Web-Based Training Program for Panic Disorder and Agoraphobia: Randomized Controlled Trial. <i>Journal of Medical Internet Research</i>, 23(3), e20829-e20829. https://doi.org/10.2196/20829