

SDK setzt auf innovatives Betreuungsprogramm gegen Depressionen



SDK

© SDK - Unternehmensgruppe

Speziell ausgebildete Coaches helfen Betroffenen mit klassischen und digitalen Maßnahmen dabei, die Erkrankung zu verstehen und gemeinsam den besten Weg zurück in einen gesunden Alltag zu finden.

Die Süddeutsche Krankenversicherung a.G. (SDK) bietet ein niederschwelliges Betreuungsprogramm gegen Depressionen an. Das kostenfreie und freiwillige Angebot richtet sich an vollversicherte Mitglieder der SDK, die an Depressionen, Angst oder Burnout erkrankt sind. Betroffene werden aktiv von der SDK auf das Angebot aufmerksam gemacht. Zudem können sich Versicherte auf der SDK Homepage über das Programm informieren und ihren Teilnahmewunsch proaktiv äußern. Bei Interesse werden sie durch einen speziell ausgebildeten CareLutions Coach kontaktiert und nach ausführlicher Anamnese individuell unterstützt.

Durch den Einsatz moderner Interventionsformen wie Apps, Onlinetherapieprogrammen und digitaler integrierter Interventionen (therapeutische Übungen, Tagebücher und diagnostische Fragebögen) können Behandlungspfade individuell und bedarfsgerecht zusammengestellt werden. Die Dauer des Programms richtet sich dabei nach dem jeweiligen Bedarf.

Da der Einsatz digitaler Therapien und Medien nur für einen Teil der Erkrankten ausreichend ist, kombiniert das ganzheitliche Betreuungsprogramm von CareLutions E-Health-Angebote im Sinne des Blended-Care-Ansatzes mit klassischen face-to-face Interventionen und einem begleitenden Telefoncoaching. Dabei hat der persönliche CareLutions Coach alle verfügbaren Behandlungsoptionen und Interventionen im Blick und berät über die Möglichkeiten. Zum Beispiel kann bei Patienten ohne psychotherapeutische Versorgung eine ambulante Therapie vor

Ort organisiert oder alternativ ein Online-Therapieprogramm eingesetzt werden – der Teilnehmer entscheidet sich entsprechend seiner persönlichen Bedürfnisse.

Der CareLutions Coach unterstützt nach der Entscheidung bei der Organisation der Therapie und begleitet während des gesamten Behandlungsprozesses. In regelmäßigen Telefongesprächen wird der Behandlungsfortschritt besprochen und der Teilnehmer zur Therapietreue motiviert. Darüber hinaus kann der Teilnehmer alle ihm wichtigen Gesundheitsthemen mit seinem Coach besprechen – bei Bedarf werden weitere Experten hinzugezogen.

Haben sich die Beschwerden gebessert, kann zur Nachsorge eine App eingesetzt werden, mit der beispielsweise der Stimmungsverlauf beobachtet werden kann. Oder der Teilnehmer entscheidet sich für weitmaschige Telefongespräche mit seinem Coach. Die Programmteilnahme kann sich, in unterschiedlicher Intensität, über wenige Monate bis hin zu mehreren Jahren erstrecken. Weitere Informationen dazu bietet die Webseite: www.carelutions.de.

Im Bereich Onlinetherapie und Apps setzt CareLutions auf hoch qualifizierte Partner wie beispielsweise das Berliner Unternehmen Selfapy. Selfapy bietet 3-monatige Online Kurse an, welche Nutzern mit Hilfe von Videos, Texten und wöchentlichen Übungen die Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) beibringen. Diese Therapieform geht davon aus, dass Menschen auf innere und äußere Situationen mit erlernten Verhaltens- und Denkweisen reagieren. Ein Verhalten, das in der Vergangenheit angemessen war, kann jedoch später unangepasst oder selbstschädigend sein. Die KVT konzentriert sich darauf, unangepasstes Verhalten und Denken zu reduzieren und zu verändern. Gleichzeitig werden neue Verhaltensweisen erlernt. Als Grundlage dafür dient die Theorie der wechselseitigen Verknüpfung von Gedanken, Gefühlen und Verhalten. Die Online Kurse von Selfapy werden zusätzlich durch wöchentliche Telefon- oder Chatgesprächen mit einem persönlichen Dipl.-Psychologen unterstützt. Das Angebot ist für SDK-Versicherte kostenlos. Mehr Informationen bietet die Webseite www.selfapy.de.

Psychische Gesundheit ist eine wichtige Voraussetzung für Lebensqualität, Leistungsfähigkeit und soziale Teilhabe. Ein Drittel der deutschen Bundesbürger ist von mindestens einer klinisch relevanten psychischen Störung betroffen. Patienten mit chronischen Erkrankungen stoßen im aktuellen Gesundheitssystem immer wieder an dessen Grenzen, vor allem psychische Erkrankungen und Multimorbidität stellen die gängigen Behandlungs- und Therapiekonzepte zunehmend in Frage. Obwohl diese Erkrankungen mit hohen Gesundheitskosten und großem Leid einhergehen, erhält nur etwa die Hälfte aller behandlungsrelevanten Depressionsdiagnosen eine adäquate Behandlung. Das Betreuungsprogramm von SDK und CareLutions soll helfen, die vorhandenen Versorgungslücken zu überbrücken, Zugangsbarrieren zu umgehen und bewährte Versorgungsstrukturen zu ergänzen.

Pressekontakt:

Karin Ebinger
Telefon: +49 711 7372-4913
Fax: +49 711 7372-4919

E-Mail: Karin.Ebinger@sdk.de

Unternehmen

SDK - Unternehmensgruppe
Raiffeisenplatz 5
70709 Fellbach

Internet: www.sdk.de

Über SDK - Unternehmensgruppe

Die SDK mit Sitz in Fellbach unterstützt ihre Versicherten dabei, gesund zu bleiben und wieder gesund zu werden. Ein Leben lang, Privatkunden ebenso wie Firmenkunden. Rund 650.000 Mitglieder bauen bei der Gesundheit auf die SDK. Mit knapp 790 Millionen Euro Beitragseinnahmen zählt die SDK zu den 15 größten privaten Krankenversicherern in Deutschland. Die SDK ist Partner der Volks- und Raiffeisenbanken in Süddeutschland. 800 Beschäftigte im Innen- und Außendienst sorgen für leistungsstarke Beratung und unkomplizierte Unterstützung.