

## **deprexis24 Gebrauchsanweisung**

### **GEBRAUCHSANWEISUNG**

Diese Gebrauchsanweisung dient der korrekten Anwendung von deprexis24. Bitte lesen Sie sich diese Informationen genau durch und folgen Sie den darin enthaltenen Anweisungen Schritt für Schritt. Ihr Arzt/Psychotherapeut oder weiteres Fachpersonal kann Ihnen gegebenenfalls bei der Registrierung zur Seite stehen. Des Weiteren steht Ihnen das deprexis24-Support-Team zu den üblichen Geschäftszeiten für Anfragen zur Verfügung.

### **ZWECKBESTIMMUNG**

deprexis24 ist ein interaktives onlinebasiertes, CE-gekennzeichnetes Medizinprodukt nach der Medizinprodukterichtlinie 93/42/EWG zur Therapieunterstützung von Patienten mit unipolarer Depression oder depressiver Verstimmung.

deprexis24 kann als interaktives Online-Programm über jeden Internet-Zugang aufgerufen werden. Für die Nutzung von deprexis24 erhält der Patient einen Zugangsschlüssel. Dieser Zugangsschlüssel berechtigt zur Nutzung von deprexis24 für 90 Tage nach erstmaliger Registrierung.

### **FUNKTIONSWEISE**

deprexis24 umfasst schwerpunktmäßig anerkannte Behandlungselemente der kognitiven Verhaltenstherapie. Dabei vermittelt es Informationen zum Krankheitsbild Depression, stellt Übungen, Methoden und Techniken vor und unterstützt Sie mit E-Mails oder SMS, um die Inhalte der Übungen aus deprexis24 zu vertiefen und im Alltag zu integrieren. Das interaktive Onlineprogramm reagiert individuell auf die Patientenantworten und passt die Inhalte entsprechend an. deprexis24 ist passwortgeschützt jederzeit via Internet verfügbar. Das ermöglicht eine zeit-, orts- und geräteunabhängige Nutzung. Die gesetzlichen datenschutzrechtlichen Anforderungen werden erfüllt. Als deutscher Hersteller unterliegen wir dem Deutschen Bundesdatenschutzgesetz. Die geltenden Anforderungen gemäß diesem Gesetz werden erfüllt.

### **NUTZUNGSVORAUSSETZUNG**

Sie benötigen einen Computer, einen Laptop, ein Smartphone oder ein Tablet-PC mit Internetzugang sowie einen Browser in einer aktuellen Version (Google Chrome, Mozilla Firefox, Internet Explorer/Edge oder Safari). Weitere Angaben zu den technischen Mindestvoraussetzungen für die Nutzung von deprexis24 finden Sie auf <https://deprexis24.broca.io/help> unter dem Menüpunkt „Hilfe, AGB & Impressum“. Weiterhin benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service.

Da deprexis24 Sie in einem dynamischen Dialog durch das Programm führt, sind keine speziellen Computerkenntnisse erforderlich.

### **ANWENDUNGSGEBIET**

deprexis24 dient der Unterstützung von Patienten mit unipolarer Depression und depressiver Verstimmung.

## **GEGENANZEIGEN**



deprexis24 sollte bei Vorliegen einer bipolaren Störung, einer psychotischen Störung (z.B. Schizophrenie) oder bei vorhandenen Suizidgedanken nicht angewendet werden.

## **ART UND DAUER DER ANWENDUNG**

deprexis24 ist über einen Zugangsschlüssel zugänglich, dieser ist bei der Registrierung erforderlich. Die Nutzungsdauer pro Zugangsschlüssel umfasst 90 Kalendertage nach erstmaliger Registrierung.

In diesem Zeitraum werden Sie durch E-Mails oder SMS angeregt, sich aktiv mit den Informationen und Übungen aus deprexis24 zu beschäftigen und diese im täglichen Leben einzuüben und zu integrieren.

## **HINWEISE**

Eine Änderung bestehender Medikationen und/oder Behandlungen darf nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt/Psychotherapeuten erfolgen. Sie sollten Ihren Arzt oder Psychotherapeuten kontaktieren, wenn sich Ihre Stimmung und Ihr Befinden längere Zeit (mehrere Tage/Wochen) nicht bessern oder sich diese akut verschlechtern sollten.

Suizidgedanken oder Gedanken, sich Leid zuzufügen, können als Symptom einer Depression auftreten. Sollten diese Gedanken bei Ihnen akut vorliegen, empfehlen wir Ihnen dringend, Ihren Arzt oder Psychotherapeuten aufzusuchen.

## **ANWENDUNGSHÄUFIGKEIT**

Erfahrungen zeigen, dass deprexis24 idealerweise 1-2 Mal wöchentlich für jeweils mindestens eine halbe Stunde genutzt werden sollte.

## **MINDESTALTER**

18 Jahre. Für Patienten unter 18 Jahren liegen keine Daten vor.

## **NEBENWIRKUNEN**

Es ist möglich, dass nicht jeder Patient von der Programmnutzung profitiert, was unter Umständen Gefühle der Enttäuschung auslösen könnte.

Es kann vorkommen, dass die Beschäftigung mit aufwühlenden Themen für Sie belastend ist. Wenn die Beschäftigung mit dem Programm für Sie zu belastend ist, sollten Sie eine Pause machen, die Programmnutzung aussetzen und mit Ihrem Arzt/Psychotherapeuten darüber sprechen.

Nicht jede Übung ist für jeden Patienten gleichermaßen geeignet. Wenn Ihnen eine Übung Schwierigkeiten bereitet, sich unangenehm anfühlt oder Sie beeinträchtigt, führen Sie diese Übung nicht weiter aus. Wenden Sie sich bei Bedarf an Ihren Arzt/Psychotherapeuten.

Sollten im Zusammenhang mit der Nutzung von deprexis24 Nebenwirkungen auftreten, melden Sie diese unverzüglich Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten oder wenden Sie sich per E-Mail an [info@deprexis24.de](mailto:info@deprexis24.de).

Weitere Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf der für Ihr Land zuständigen Homepage von deprexis24.

## **WECHSELWIRKUNGEN**

Bislang sind keine Wechselwirkungen bekannt.

## **ANGABEN FÜR NOTFÄLLE**

Bei Notfällen (z.B. Krisen, Suizidgefahr) kontaktieren Sie umgehend Ihren behandelnden Arzt/Psychotherapeuten oder wählen Sie bitte die für Ihr Land geltenden Notfallnummern von Feuerwehr oder Polizei.

Deutschland:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Rettungsdienst: 112
- Polizei: 110
- Seelsorge: 0800 111 0 111, 0800 111 0 222
- Suizid: 0800 111 0 111, 0800 111 0 222

Falls Sie unter den angegebenen Telefonnummern niemanden erreichen oder keine Hilfe erfahren, prüfen Sie bitte, ob sich die Telefonnummern geändert haben könnten.

## **HERSTELLER UND VERTRIEB**

GAIA AG  
Hans-Henny-Jahnn-Weg 53  
22085 Hamburg  
Deutschland  
[www.gaia-group.com](http://www.gaia-group.com)



## **STAND DER SOFTWARE**

Die aktuelle Software-Version von deprexis24 entnehmen Sie bitte dem Impressum von deprexis24 unter dem Menüpunkt „Hilfe, AGB & Impressum“ (<https://deprexis24.broca.io/help>).

## **STAND DER INFORMATION**

19.02.2018

## **WEITERE INFORMATIONEN**

Bei technischen Fragen können Sie sich an [info@deprexis24.de](mailto:info@deprexis24.de) wenden oder telefonisch an +49 800 3377394 (kostenlos aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunktarife können abweichen).

Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf [www.deprexis24.de](http://www.deprexis24.de).



## Erstmalige Registrierung

- 1.) Öffnen Sie Ihren **Internet-Browser**, gehen Sie auf [www.deprexis24.de](http://www.deprexis24.de) und klicken Sie dort auf: **REGISTRIERUNG**.
- 2.) Geben Sie Ihren **persönlichen Zugangsschlüssel** (12 Stellen) ein, der auf der Karte vermerkt ist:

Bestätigen Sie die Eingabe mit „Weiter“.

- 3.) Tragen Sie hier **Ihre E-Mail-Adresse** und ein von Ihnen selbst festgelegtes **Passwort** ein. Wiederholen Sie das Passwort. Beides benötigen Sie für jede weitere Anmeldung bei deprexis24.

Bestätigen Sie die Eingabe mit „Weiter“.

- 4.) Geben Sie einen **Namen** ein, mit dem Sie bei der Nutzung von deprexis24 angesprochen werden möchten. Tragen Sie zudem Ihre Mobilnummer ein, wenn Sie hilfreiche SMS von deprexis24 erhalten möchten, die dabei unterstützen, Inhalte der Übung zu vertiefen.

Bestätigen Sie die Eingabe mit „Weiter“.

- 5.) Geben Sie Ihr **Geschlecht** ein und optional können Sie auch Ihr **Geburtsjahr** angeben, dies ist jedoch keine Pflichtangabe.

Bestätigen Sie die Eingabe mit „Weiter“.

6.) Klicken Sie auf die Schaltfläche „AGB anzeigen“, um die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) zu deprexis24 zu öffnen.

Sie bestätigen die AGB, indem Sie das Kästchen anklicken.

**Tipp:** Wenn Sie deprexis24 auf Ihrem privaten Computer, Smartphone oder Tablet-PC nutzen, können Sie auch den Haken „Angemeldet bleiben“ setzen. Dann ersparen Sie sich die wiederholte Anmeldung. Dies empfehlen wir nicht, wenn auch andere dieses Gerät benutzen.

Nach Ihrer Bestätigung klicken Sie bitte auf „Weiter“.

7.) Sie können Ihre Angaben schließlich noch einmal überprüfen und ändern. Anschließend starten Sie deprexis24.

8.) Folgen Sie nun den Anweisungen von deprexis24, um das Programm zu nutzen.

## Erneutes Anmelden

Um sich nach der Registrierung erneut bei deprexis24 anzumelden, geben Sie unter **LOG-IN** bitte Ihre **E-Mail-Adresse** sowie Ihr selbstgewähltes **Passwort** ein: