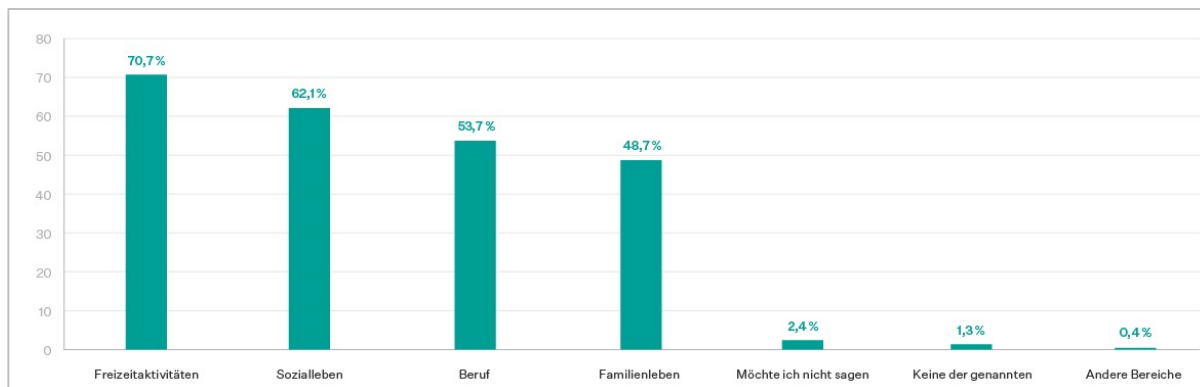




Chronische Schmerzen – Mit neuer App auf Rezept zu mehr Selbstbestimmung

- *Chronische Schmerzen belasten das Leben 365 Tage im Jahr.*
- *Umfrageergebnisse zeigen: Etwa 90 Prozent der Befragten mit chronischen Schmerzen sowie mindestens einer psychischen Erkrankung fühlen sich von ihren Schmerzen dauerhaft und stark in ihrer Lebensqualität beeinträchtigt.¹*
- *Die neue digitale Gesundheitsanwendung „Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen“ kann Betroffene zu einem neuen Umgang mit ihren Schmerzen befähigen.*
- *Eine erste systematische Datenauswertung zeigte eine signifikante Reduzierung der Beeinträchtigung durch Schmerzen.²*

Berlin, 01. Juni 2023. Schätzungen zufolge leiden rund 17 Prozent der Menschen in Deutschland an anhaltenden oder immer wiederkehrenden Schmerzen.³ Chronische Schmerzen stellen ein komplexes Krankheitsbild dar, ihre Diagnose nimmt oft viel Zeit in Anspruch. „Die Erkrankungsdauer von Schmerzpatient:innen bis zur Erstvorstellung bei einem qualifizierten schmerzmedizinischen Zentrum oder bei einem/r Schmerzmediziner:in dauert durchschnittlich vier Jahre“, bestätigte auch Frau Dr. Eva Bartmann, Anästhesistin und Schmerztherapeutin am Schmerzzentrum Neu-Ulm im Rahmen einer Pressekonferenz. Häufig kann bei chronischen Schmerzen keine organische oder physiologische Erklärung gefunden werden. Was viele nicht wissen: Schmerz kann auch eine psychische Komponente haben, beispielsweise ausgelöst durch Stress. Eine vom Marktforschungsinstitut Appinio GmbH durchgeführte Umfrage¹ unter 503 Männern und Frauen mit chronischen Schmerzen sowie mindestens einer zusätzlichen psychischen Erkrankung bestätigte die Auswirkungen anhaltender Schmerzen auf die Lebensqualität der Betroffenen: Rund 90 Prozent der Befragten gaben an, dass ihre Schmerzen sie dauerhaft und stark in ihrer Lebensqualität beeinträchtigen. Dies gilt fast gleichermaßen im Beruf-, Sozial- und Familienleben sowie verstärkt in ihrer Freizeit.¹



Lebensbereiche der Betroffenen mit eingeschränkter Lebensqualität durch ihre Erkrankung(en) oder Schmerzen.

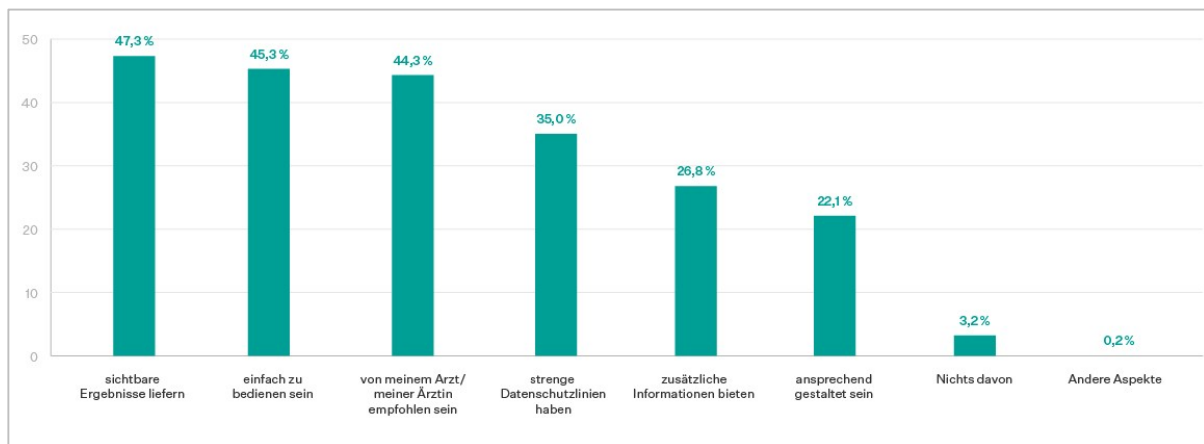
Quelle: APPINIO GmbH, Hamburg, Germany – BCW Umfrage Chronische Schmerzen, 2023.

Schmerzen selbstbestimmt und aktiv in den Griff bekommen

Um zugrunde liegende Konflikte, Stress- oder Überforderungssituationen im Leben mit chronischen Schmerzen systematisch aufzuarbeiten, stellt die Psychotherapie einen wichtigen Pfeiler in der Therapie chronischer Schmerzen dar. Mithilfe von Psychotherapie können Betroffene lernen, ihre Verhaltensmuster im Umgang mit Stress und den Schmerzen selbst zu erkennen und auf diese Weise die Schmerzwahrnehmung zu verändern.⁴ 60 Prozent der Befragten stehen einer Psychotherapie grundsätzlich offen gegenüber: Sie wünschen, dass ihre Behandler:innen sie aktiv ansprechen, wenn sie eine psychische Ursache hinter den Schmerzen vermuten.¹ Insbesondere bei Schmerzpatient:innen kann jedoch die Wartezeit auf einen Psychotherapieplatz mitunter Monate in Anspruch nehmen. Hier setzt die neue digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) „Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen“ an, die Betroffenen seit April 2023 zur Verfügung steht. Sie wurde vom digitalmedizinischen Unternehmen Selfapy entwickelt und in Kooperation mit dem forschenden Pharmaunternehmen Pfizer Pharma GmbH auf den Markt gebracht. Die DiGA kann von Ärzt:innen und Psychotherapeut:innen verschrieben und von den Patient:innen anschließend selbstständig bearbeitet werden, sodass der Kurs ohne Wartezeit und flexibel genutzt werden kann. Außerdem haben Patient:innen mit Diagnose die Möglichkeit, direkt bei ihrer Krankenkasse einen Code für den Kurs anzufordern. Die Kosten der App werden von den gesetzlichen Krankenkassen getragen. Eine erste Datenauswertung zeigte bereits eine signifikante Reduzierung der Schmerzbeeinträchtigung mithilfe der DiGA.² Auf der sogenannten PGIC-Skala (Patient Global Impression of Change) von 1 bis 7 bewerteten 37 Personen, die den Kurs absolviert hatten, die Veränderung im Durchschnitt mit 4,51. 25 (68 Prozent) von ihnen gaben die Veränderung mit einem Wert von 5 oder größer an. Damit ergab sich für einen Großteil der Teilnehmenden eine relevante Verbesserung der Schmerzsymptomatik.²

Das Angebot trifft auf einen großen Bedarf: 83 Prozent der Befragten gaben in der bereits genannten Umfrage¹ an, Interesse daran zu haben, digitale Behandlungsmöglichkeiten

auszuprobieren. Wichtig sind ihnen dabei u. a. sichtbare Ergebnisse (47,3 Prozent), eine einfache Handhabung (45,3 Prozent) und die Empfehlung ihrer Ärzt:innen (44,3 Prozent).¹



Aspekte, die eine digitale Behandlungsmaßnahme erfüllen muss, damit Betroffene diese in Anspruch nehmen.

Quelle: APPINIO GmbH, Hamburg, Germany – BCW Umfrage Chronische Schmerzen, 2023.

Der neue Online-Kurs, bestehend aus zwölf Lektionen, lässt sich flexibel in den Alltag integrieren. Mithilfe von Audio- und Videomaterial werden psychologische Übungen angeboten, die den Patient:innen helfen, ihren Schmerzen auf neue Weise zu begegnen und ihre Lebensqualität zu verbessern. Die Kursinhalte sollen helfen, die Beeinträchtigung durch chronische Schmerzen im Alltag zu reduzieren, und Patient:innen dazu befähigen, die Stärke der Schmerzen zu senken und die Lebensqualität zu steigern: „Schmerzen finden auch im Kopf statt – und können dementsprechend ein Stück weit bewusst kontrolliert werden. Mithilfe des digitalen Kurses werden Betroffene bestärkt, ihre eigenen Ressourcen zu aktivieren. Das kann helfen, Souveränität zurückzugewinnen, damit der Schmerz nicht länger den Alltag bestimmt“, erklärt Nora Blum, Psychologin und Co-CEO von Selfapy. Dr. Eva Bartmann bestätigt: „Durch den Online-Kurs werden Patient:innen auf ihrem Weg zu einer selbstbestimmten, gesundheitsförderlichen Lebensführung unterstützt. Sie werden von der DiGA motiviert und fühlen sich handlungsfähig, ihre Hilflosigkeit wird ihnen dadurch genommen.“

Kooperation zwischen Selfapy und Pfizer

Selfapy ist Hersteller der digitalen Gesundheitsanwendung „Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen“ und einer der größten Anbieter für digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) auf dem deutschen Markt. Pfizer verfügt über eine langjährige Expertise im Bereich der Schmerzbehandlung und unterstützt Selfapy bei der Vermarktung und Markteinführung der DiGA "Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen". Der Online-Kurs, bestehend aus zwölf Lektionen, ist Teil des CE-zertifizierten Medizinproduktes und wurde von Selfapy entwickelt, um Patient:innen bei der Bewältigung chronischer Schmerzen zu helfen.

Über Selfapy

Die Selfapy GmbH ist ein Digital Health Unternehmen mit Sitz in Berlin. Seit dem Inkrafttreten des Digitalen Versorgungsgesetzes hat das Unternehmen Selfapy fünf DiGA erfolgreich auf den Markt gebracht, die CE-zertifiziert und auf Rezept kostenfrei erhältlich sind. Mehr als 40.000 Nutzer:innen haben die digitalen Programme bereits durchlaufen. Die Wirksamkeit wurde in Studien belegt. Die Gründerinnen des Startups, Nora Blum (Co-CEO) und Katrin Bermbach (CSO), setzen sich gemeinsam mit mehr als 60 Mitarbeiter:innen dafür ein, die Öffentlichkeit für die Wirksamkeit digitaler Anwendungen für körperliche und mentale Gesundheit zu sensibilisieren.

Über Pfizer – „Breakthroughs that change patients’ lives“

Damit Menschen Zugang zu Therapien erhalten, die ihr Leben verlängern und erheblich verbessern, setzen wir bei Pfizer auf Wissenschaft und nutzen unsere globalen Ressourcen. Unser Anspruch ist es, bei der Entdeckung, der Entwicklung und der Herstellung innovativer Medikamente und Impfstoffe Standards zu setzen – hinsichtlich ihrer Qualität, Sicherheit und des Nutzens für PatientInnen. Weltweit – über Industrie- und Schwellenländer hinweg – arbeiten KollegInnen bei Pfizer jeden Tag daran, das Wohlbefinden, die Prävention, die Behandlungs- und Heilungschancen gegen die schwerwiegenden Erkrankungen unserer Zeit zu verbessern und voranzubringen. Aus unserer Verantwortung als eines der weltweit führenden innovativen biopharmazeutischen Unternehmen heraus arbeiten wir mit Leistungserbringern, Regierungen und lokalen Gemeinschaften zusammen, um weltweit den Zugang zu einer zuverlässigen und bezahlbaren Gesundheitsversorgung zu fördern und auszuweiten. Einen Unterschied für alle zu machen, die sich auf uns verlassen, daran arbeiten wir seit mehr als 170 Jahren.

Der Hauptsitz von Pfizer ist in New York. In Deutschland sind mehr als 2.500 Mitarbeiter:innen an drei Standorten tätig: Berlin, Freiburg und Karlsruhe. Das Werk in Freiburg ist Vorreiter in Sachen Nachhaltigkeit und Industrie 4.0.

Kontakt und weitere Informationen:

Pfizer Pharma GmbH
External Communications
Tim Braun
Linkstraße 10, D-10785 Berlin
Telefon: +49 (0) 30 550055 52740
E-Mail: TimEdward.Braun@Pfizer.com
Website: www.pfizer.de
Twitter: www.twitter.com/pfizer_de
Youtube: www.pfizer.de/youtube

Wenn Sie keine weiteren Pressemitteilungen von uns erhalten möchten, schreiben Sie uns bitte eine Nachricht an presse@pfizer.com.

Quellen:

1. APPINIO GmbH, Hamburg, Germany – BCW Umfrage Chronische Schmerzen, 2023
2. DiGA-Verzeichnis. Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen.
<https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis/01954> (letzter Zugriff 01.06.2023)
3. Wörz R, Horlemann J, Müller-Schwefe GH. Auswirkungen, Chronifizierung, Epidemiologie, zeitgemäße Diagnostik. Schmerzmed 2022;38(4):46–50
4. Deutsche Schmerzgesellschaft e.V. Kognitive Verhaltenstherapie.
<https://www.schmerzgesellschaft.de/topnavi/patienteninformationen/psychologische-schmerzbehandlung/kognitive-verhaltenstherapie> (letzter Zugriff 01.06.2023)

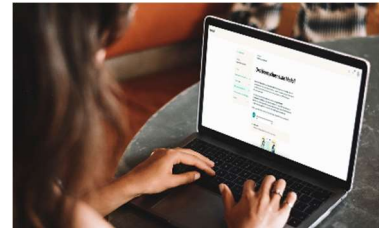
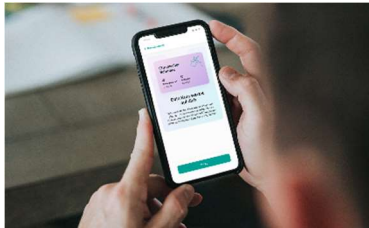
Bildmaterial

Bei Interesse an den Bildern wenden Sie sich gerne an:
BCW GmbH, Anna Fichtel, anna.fichtel@bcw-global.com

Realbilder



© Foto von Jenny Ueberberg auf Unsplash © Selfapy



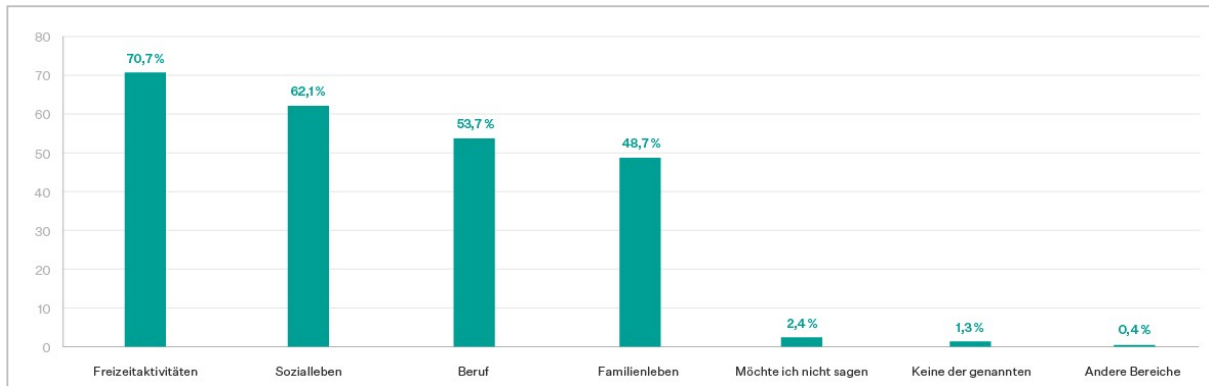
© Selfapy

Screenshots aus „Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen“

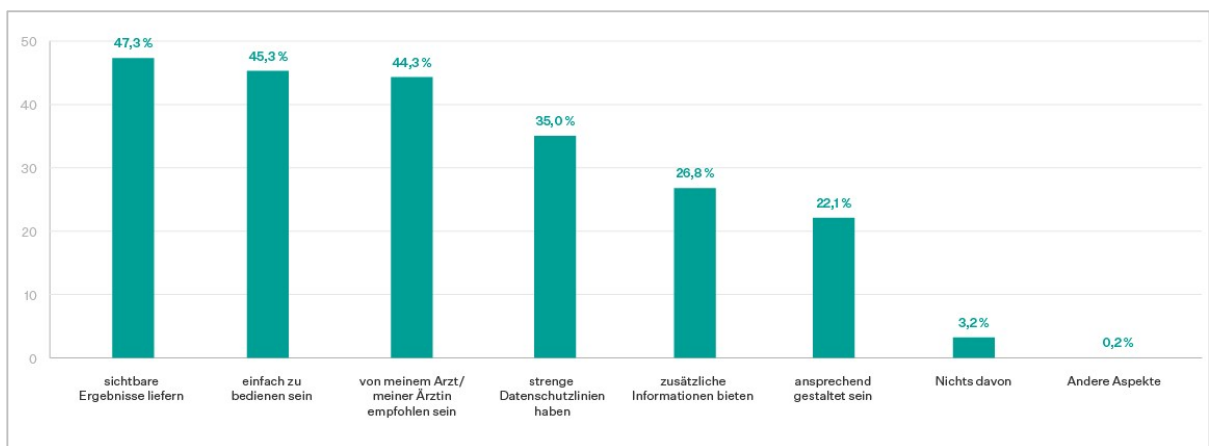
<p>Selfapy</p> <p>Therapie-Kurs bei Chronischem Schmerz</p>	<p>Kostenfrei auf Rezept</p> <p>Die Online-Kurse können von Arzt*innen und Therapeut*innen auf Rezept verordnet werden. Die Kurskosten werden von deiner gesetzlichen Krankenkasse übernommen.</p>	<p>Bewährte Inhalte der Verhaltenstherapie</p> <p>Psychosomatik</p>	<p>Zwölf Module in zwölf Wochen</p> <p>Guten Morgen, Lisa-Marie</p>
<p>Dein Kurs, dein Tempo</p> <p>Den Kurs kannst du auf deinem Handy, Laptop oder Tablet machen.</p>	<p>Interaktive Lerninhalte</p> <p>over the lazy oog</p>	<p>Selfapy als App!</p> <p>Der Kurs-Begleiter für deine mentale Gesundheit.</p>	<p>Wissenschaftlich fundierte Inhalte</p> <p>Entwicklung der Kurse mit Expert*innen der klinischen Psychotherapie</p> <p>CHARITÉ UNIVERSITÄT DUISBURG ESSEN</p> <p>Datenschutz gewährleistet</p> <p>Daten werden nach den europäischen Datenschutzstandards jederzeit vertraulich behandelt.</p>

© Selfapy

Umfragegrafiken



Bereiche, in denen die Lebensqualität der Betroffenen durch ihre Erkrankung(en) oder Schmerzen eingeschränkt wird.
Quelle: APPINIO GmbH, Hamburg, Germany – BCW Umfrage Chronische Schmerzen, 2023.



Aspekte, die eine digitale Behandlungsmaßnahme erfüllen muss, damit Betroffene diese in Anspruch nehmen.
Quelle: APPINIO GmbH, Hamburg, Germany – BCW Umfrage Chronische Schmerzen, 2023.