

Name der Intervention	Für wen ist sie geeignet	Wirksamkeitsnachweis(e)	Interventionssteckbriefe
Deprexis	<ul style="list-style-type: none"> - F32.0 Leichte depressive Episode - F32.1 Mittelgradige depressive Episode - F32.2 Schwere depressive Episode ohne psychotische Symptome - F33.0 Rezidivierende depressive Störung, gegenwärtig leichte Episode - F33.1 Rezidivierende depressive Störung, gegenwärtig mittelgradige Episode - F33.2 Rezidivierende depressive Störung, gegenwärtig schwere Episode ohne psychotische Symptome 	<p>Eine hochwertige Metaanalyse</p> <ul style="list-style-type: none"> - Twomey, C., O'Reilly, G., Bültmann, O. & Meyer, B. (2020). Effectiveness of a tailored, integrative Internet intervention (deprexis) for depression: Updated meta-analysis. PLOS ONE, 15(1). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0228100 	<ul style="list-style-type: none"> - zum Steckbrief von Deprexis



<p>HelloBetter Stress und Burnout</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Z73 Probleme mit Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung 	<p>Eine hochwertige randomisiert kontrollierte Studie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Heber, E., Lehr, D., Ebert, D. D., Berking, M. & Riper, H. (2016). Web-Based and Mobile Stress Management Intervention for Employees: A Randomized Controlled Trial. Journal of Medical Internet Research, 18(1). https://doi.org/10.2196/jmir.5112 	<ul style="list-style-type: none"> - zum Steckbrief von HelloBetter Stress und Burnout
<p>HelloBetter Panik</p>	<ul style="list-style-type: none"> - F40.01 Agoraphobie: Mit Panikstörung - F41.0 Panikstörung [episodisch paroxysmale Angst] 	<p>Eine hochwertige randomisiert kontrollierte Studie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ebenfeld, L., Lehr, D., Ebert, D. D., Kleine Stegemann, S., Riper, H., Funk, B., & Berking, M. (2021). Evaluating a Hybrid Web-Based Training Program for Panic Disorder and Agoraphobia: Randomized Controlled Trial. Journal of Medical Internet Research, 23(3), e20829-e20829. https://doi.org/10.2196/20829 	<ul style="list-style-type: none"> - zum Steckbrief von HelloBetter Panik
<p>HelloBetter Vaginismus</p>	<ul style="list-style-type: none"> - F52.2 Nichtorganischer Vaginismus - F52.6 Nichtorganische Dyspareunie 	<p>Eine hochwertige randomisiert kontrollierte Studie (Studienbericht)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Feiler, M., Balzus, L., Groos, H., Heber, E., Stephani, V. & Ebert, D. D. (2021). Online-Programm zur Behandlung von schmerzbezogener Penetrationsstörung (nichtorganischer Vaginismus und nichtorganische Dyspareunie). Im Internet: https://hellobetter.de/wp-content/uploads/2021/10/Studienbericht-Vaginismus-Plus.pdf. Stand: Juli 2022 	<ul style="list-style-type: none"> - zum Steckbrief von HelloBetter Vaginismus

<p>Selfapy Depression</p>	<ul style="list-style-type: none"> - F32.1 Mittelgradige depressive Episode - F33.1 Rezidivierende depressive Störung, gegenwärtig mittelgradige Episode 	<p>Eine hochwertige randomisiert kontrollierte Studie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Krämer, R., Köhne-Volland, L., Schumacher, A., & Köhler, S. Efficacy of a Web-Based Intervention for Depressive Disorders: Three-Arm Randomized Controlled Trial Comparing Guided and Unguided Self-Help With Waitlist Control. JMIR Form Res, 6(4), e34330. https://doi.org/10.2196/34330 	<ul style="list-style-type: none"> - zum Steckbrief von Selfapy Depression
<p>Velibra</p>	<ul style="list-style-type: none"> - F40.1 Soziale Phobie - F40.0 Panikstörung (episodisch paroxysmal Angst) - F40.01 Agoraphobie: Mit Panikstörung 	<p>Eine hochwertige randomisiert kontrollierte Studie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Berger, T., Urech, A., Krieger, T., Stolz, T., Schulz, A., Vincent, A., Moser, C. T., Moritz, S. & Meyer, B. (2017). Effects of a transdiagnostic unguided Internet intervention ('velibra') for anxiety disorders in primary care: results of a randomized controlled trial. Psychological medicine, 47(1), 67-80. https://doi.org/10.1017/s0033291716002270 	<ul style="list-style-type: none"> - zum Steckbrief von Velibra
<p>Vorvida</p>	<ul style="list-style-type: none"> - F10.1 Psychische und Verhaltensstörungen durch Alkohol: Schädlicher Gebrauch - F10.2 Psychische und Verhaltensstörungen durch Alkohol: Abhängigkeitssyndrom 	<p>Eine hochwertige randomisiert kontrollierte Studie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zill, J., Christalle, E., Meyer, B., Härter, M. & Dirmaier, J. (2019). Wirksamkeit einer Internetintervention zur Reduktion von Alkoholkonsum bei Erwachsenen. Ergebnisse einer randomisierten kontrollierten Studie (Vorvida). Deutsches Ärzteblatt International. https://doi.org/10.3238/arztebl.2019.0127 	<ul style="list-style-type: none"> - zum Steckbrief von Vorvida