

					
<p>Anbieter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Mindable Health GmbH <p>Produktname:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Mindable Online-Kurs bei Panikstörung und Agoraphobie <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: <u>vorliegend</u> → Status: Dauerhaft aufgenommen <p>Nutzungsdauer und -häufigkeit:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Empfehlung: mind. eine Lektion pro Woche → Insgesamt Dauer: 3 Monate <p>Gebrauchsanweisung</p>	<p>Ziele der Intervention:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Unterstützung von Menschen mit Panikstörung und/oder Agoraphobie <p>Mindestalter:</p> <ul style="list-style-type: none"> → 18 Jahre <p>Diagnosen:</p> <ul style="list-style-type: none"> → F40.0 Agoraphobie → 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"> → Kognitive Strategien → Interaktive Übungen → Angsttagebuch → Wöchentliche Checkups → Aufklärung über die Krankheitsbilder 	<p>Menschliche Begleitung:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Wird im Rahmen von Mindable nicht angeboten; Bei Fragen oder Bedarf können Sie sich an ihren*ihre behandelnde Ärzt:in oder Psychotherapeut:in wenden 	<p>Kosten:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Kosten für Selbstzahler: 245,50 € (Stand: Mai 2024) für eine Nutzung von 90 Tagen → Die Kosten werden bei Verordnungen von der Krankenkasse übernommen 	<p>Wirksamkeitsnachweis(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> → Spies, J., Lang, T., & Helbig-Lang, S. (2024). A Smart Solution? Efficacy of a Self-Management Smartphone App for Panic Disorder and Agoraphobia. Cognitive Therapy and Research, 1-14. doi.org/10.1007/s10608-024-10513-w