

Mit einer App gegen Panik und Platzangst

Menschen mit Panikstörung oder Agoraphobie für eine Studie am Universitätsklinikum Bonn gesucht

Herzrasen, Schwindel und Panik: Wer unter Ängsten leidet, muss meist lange auf einen Therapieplatz warten, vor allem jetzt in Zeiten der Corona-Pandemie. Eine Lösung dafür könnte in der kontaktfreien und digitalen Behandlung liegen. Wissenschaftler der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum Bonn wollen jetzt die Wirksamkeit von Smartphone-assistierten Therapien bei Panikstörung oder Platzangst, fachsprachlich Agoraphobie, untersuchen und vergleichen. Für die Studie suchen sie Betroffene zwischen 18 und 60 Jahren, die aktuell keine Therapie machen. Die Teilnehmer können komplett von zu Hause an der Studie mitwirken.

Im Rahmen der Studie befasst sich die Forschungsgruppe „Virtual Reality Therapy and Medical Technology“ der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum Bonn mit der Wirksamkeit von Smartphone-assistierter Therapie bei Panikstörung und Agoraphobie, umgangssprachlich Platzangst. Dazu untersuchen sie zwei verschiedene Anwenderprogramme, die einfach auf das Smartphone heruntergeladen werden können. Die eine App, leitet die Nutzer durch verschiedene praktische Konfrontationsübungen, in denen sie lernen, sich gezielt ihren Ängsten zu stellen. Die andere App bietet verschiedene wissenschaftlich-erprobte Achtsamkeits- und Entspannungsübungen mit dem Lernziel an, das Angstniveau zu regulieren.

Apps sollen Wartezeit zur Psychotherapie überbrücken

Den Fokus der Studie legen die Bonner Forscher darauf, die Wirksamkeit beider Apps zu untersuchen und zu vergleichen. „Natürlich ist hierbei klar, dass eine App keine Psychotherapie oder Arztkonsultation ersetzen kann. Vielmehr geht es uns darum, Patienten während der Wartezeit eine niederschwellige Möglichkeit zu bieten, die [Verhaltenstherapie](#) bei Angststörungen in den Ansätzen vorab kennenzulernen, um damit die therapeutische Arbeit im klassischen Setting vorzubereiten“, sagt Dr. Niclas Braun, Leiter der Forschungsgruppe „Virtual Reality Therapy and Medical Technology“ an der Bonner Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Dementsprechend werden für die Studie Betroffene gesucht, bei denen mindestens eine Panikstörung und/oder Agoraphobie vorliegt und die aktuell keine Psychotherapie erhalten.

Mit der Studie erhofft sich das Bonner Team auch, einen wichtigen Beitrag zur [evidenz](#)-basierten Prüfung von Gesundheits-Apps leisten zu können. „Wir wollen die Einhaltung von wissenschaftlichen und therapeutischen Standards bei digitalen Anwendungen sichern“, sagt Forschungsgruppenleiter Braun.

Studienteilnahme komplett von zu Hause möglich

Im Rahmen der Studie bietet die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Bonn nach einer diagnostischen Eingangsuntersuchung per Videoanruf eine fünfwöchige Nutzung der Apps mit wöchentlichen Online-Kurzfragebögen zum Nutzungsverhalten. Am Ende der App-Nutzungsphase und acht Wochen später gibt es jeweils eine einstündige Online-Befragung. „Der Vorteil für unsere Studienteilnehmer liegt in jedem Falle in einer Behandlungsoption ohne Wartezeit und das komplett von zu Hause aus – ganz sicher eine tolle Möglichkeit in Zeiten von Corona“, sagt

Forschungsgruppenleiter Braun. Zur Teilnahme sind Personen im Alter von 18 bis 60 Jahren mit Verdacht oder Diagnose einer Panikstörung beziehungsweise Agoraphobie eingeladen. Interessierte sollten aktuell keine Psychotherapie machen und nicht schwanger sein.

Weitere Informationen und Anmeldung für Interessierte bei Felicia Rohlfen unter der Telefonnummer 0157/37266949 oder per E-Mail Felicia.Rohlfen@ukbonn.de