

Statement zur Kostenübernahme für ambulante Leistungen der Psychotherapie auf Distanz in der COVID-19-Pandemie und darüber hinaus

23.11.2020

Die **Kommission für Klinische Psychologie und Psychotherapie (PSYKLIN)**, die die Position der psychologischen Wissenschaft in der Schweiz vertritt, begrüsst die am 19.11.2020 bekannt gemachte Kostenübernahme für Distanz-Leistungen in der Pandemiezeit. Sie macht zugleich weiterführende Vorschläge in dieser Richtung. Zunächst begrüsst sie die kürzlichen Entscheidungen zu der fernmündlichen Behandlungsmöglichkeit, die sich in Punkt 3.2. auch auf die delegierte Psychotherapie bezieht. Die Umfangsbegrenzung für delegierte Psychotherapien von 360 Minuten pro 3 Monaten hält sie allerdings für nicht sachdienlich, da dies bei der üblichen Länge von Psychotherapie-Sitzungen von 50 Minuten nur 7.2 Sitzungen pro Psychotherapeutin oder Psychotherapeut ergibt.

Die **Kommission für Klinische Psychologie und Psychotherapie (PSYKLIN)** möchte in Übereinstimmung mit der entsprechenden Taskforce der einschlägigen Fachverbände dringend eine Nachbesserung anmahnen, die die Anzahl und Länge der delegierten Psychotherapien denen der Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie gleichstellt. Das ist in diesem Stadium der Covid-19-Pandemie mit vielen Psychotherapie-Patienten erforderlich, die in Quarantäne sind, selbst Covid-19 positiv getestet sind aber symptomarm und dennoch eine Psychotherapie weiterführen wollen und dies auch indiziert ist. Die Anerkennung von Online-Therapien geht in die Richtung der Bundesrats-Richtlinien, um den Kontakt zwischen Einzelpersonen so weit wie möglich einzuschränken.

Mit diesem Statement sollen zugleich auch grundsätzlich alle Formen der auf Distanz durchgeführten Psychotherapien, der sogenannten **Online- oder E-Health-Psychotherapien** angesprochen werden. Diese – im Folgenden Online-Therapien genannten – Heilmittel haben ihre **Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit (WZW)** im internationalen und nationalen wissenschaftlichen Rahmen prinzipiell erwiesen. Es gibt sie grundsätzlich in zwei Formen: der durch Psychotherapeuten "begleiteten" (d.h. durchgeführten) und in der "unbegleiteten" Form. Wissenschaftlich ist die Schweiz an vorderster Front in der internationalen Psychotherapieforschung in der Entwicklung beider Formen dieser Therapie aufgestellt. Das zeigt sich insbesondere in den publizierten Studien der international renommierten Arbeitsgruppen an den Psychologischen Instituten der Universitäten Bern und Zürich (Berger et al., 2017, Maercker et al., 2015), die in Meta-Analysen zur Wirksamkeit in den internationalen Top-Journals der Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie immer mit an vorderer Stelle gelistet sind (Andersson et al., 2019, Carlbring et al., 2018). Indikationen dieser wissenschaftlich in WZW belegten Online-Therapien sind z.B. depressive Störungen, verschiedene Angststörungen (insbesondere auch die mit Dauergrübeln über mögliche Bedrohungen verbundene Generalisierte Angststörung, Schlafstörungen (Insomnien), Essstörungen und somatische Belastungs- und Schmerzstörungen.

In der aktuellen Pandemie-Zeit sind international die Online-Therapien in vielen ökonomisch entwickelten Ländern der Welt zu krankensicherungs-vergüteten Leistungen geworden. Neben den *Front-runner*-Ländern Niederlande, Schweden, Norwegen, Finnland, Grossbritannien und Australien für gesetzlich zugelassene, vergütete Online-Therapien sind in der Pandemiezeit jetzt auch Länder wie Deutschland dazu übergegangen, neben der fernmündlichen Therapie auch Online-Therapien als Krankenkassen-Leistung anzuerkennen. Damit können spezifisch Bedarfe für bestimmte Indikationsbereiche gerade auch im Kontext der Pandemie adressiert werden.

Es sei auch angemerkt, dass im Rahmen evidenzbasierter niedrigschwelliger psychotherapeutischer Angebote von verschiedenen Universitätseinrichtungen der Psychologie und Psychotherapie in der Schweiz kostenfreie Online-Selbsthilfeangebote für die Pandemie-Lage installiert wurden. Das betrifft z.B. die psychologische Krisenbewältigung und psychologische Paartrainings-Programme.

Aufgrund der wissenschaftlichen Evidenzbasis und aufgrund der aktuellen Pandemieerfordernisse wird das BAG ersucht, die Krankenversicherungsverbände und die Medizinaltarifkommission UVG eine einerseits (auf die Pandemie bezogene) kurzfristige und andererseits langfristige Strategieentwicklung und Prüfung vorzunehmen, um am wissenschaftlichen Fortschritt in diesen wichtigen Bereichen für die psychische Gesundheit zu partizipieren.



Prof. Dr. phil. Dr. med. Andreas Maercker
maercker@psychologie.uzh.ch
Ko-Vorsitzender der PSYKLIN



Prof. Dr. phil. Joël Billieux
joel.billieux@unil.ch
Ko-Vorsitzender der PSYKLIN

Verteiler: Krankenversicherungsverbände (curafutura, santéswiss), UVG (MTK)

Zitierte Publikationen:

- Andersson, G., Titov, N., Dear, B. F., Rozental, A., & Carlbring, P. (2019). Internet-delivered psychological treatments: from innovation to implementation. *World Psychiatry*, 18(1), 20-28.
- Berger, T., Urech, A., Krieger, T., Stolz, T., Schulz, A., Vincent, A., ... & 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.
- Carlbring, P., Andersson, G., Cuijpers, P., Riper, H., & Hedman-Lagerlöf, E. (2018). Internet-based vs. face-to-face cognitive behavior therapy for psychiatric and somatic disorders: an updated systematic review and meta-analysis. *Cognitive Behaviour Therapy*, 47(1), 1-18.
- Maercker, A., Hecker, T., & Heim, E. (2015). Personalisierte Internet-Psychotherapie-Angebote für die posttraumatische Belastungsstörung. *Der Nervenarzt*, 86(11), 1333-1342.