

### **35.000 Schleswig-Holsteiner mit Epilepsie: Online-Programm gegen Angst, Stress und Depression**

Kiel, 04. Mai 2017 - Allein unter den BARMER Versicherten leben in Schleswig-Holstein über 5.000 Menschen mit der Diagnose Epilepsie. Hochgerechnet auf ganz Schleswig-Holstein werden es mehr als 35.000 Erkrankte sein. Sie können sich jetzt per Computer oder Smartphone mit dem Online-Selbsthilfe-Programm „desiconnect“ bei Sorgen und Ängsten im Alltag wertvolle Unterstützung holen. „desiconnect“ ist ein gemeinsames Projekt des Hamburger Beratungsunternehmens GAIA AG und des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf, das von der BARMER unterstützt wird. Es richtet sich vor allem an Betroffene, die auch unter Begleiterkrankungen leiden.

#### **Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags**

„Epileptische Anfälle können einen so gravierenden Einfluss auf den Alltag der Erkrankten haben, dass sie häufig gestresst sind, unter Angstzuständen leiden oder depressive Symptome entwickeln“, sagt Schleswig-Holsteins BARMER Landesgeschäftsführer Thomas Wortmann. „desiconnect“ liefere Erkrankten praktikable Tipps, wie man Ängste, Stress und Sorgen bewältigen könne, welche Rolle Ernährung und Bewegung bei Epilepsie spielten und wie man mit Anfallsauslösern umgehen könne. In der Regel dauert ein epileptischer Anfall nur wenige Minuten, aber die Betroffenen sind oft verwirrt, wenn sie wieder zu sich kommen. „Nach einem epileptischen Anfall sind viele zunächst orientierungslos. Passiert das regelmäßig, womöglich mehrmals am Tag, kann das natürlich auch Folgen für die Psyche haben. Genau hier setzt ‚desiconnect‘ an“, so Wortmann.

#### **Studie untersucht positiven Einfluss auf die Psyche**

Die Methoden von „desiconnect“ sind wissenschaftlich fundiert. Das Online-Programm wurde von Ärzten und Psychologen der GAIA AG entwickelt und soll im Rahmen einer Studie evaluiert werden. Ziel ist es, die positiven Auswirkungen des Selbsthilfe-Programms zu belegen.

Weitere Informationen: [www.barmer.de/g100343](http://www.barmer.de/g100343)

**Landesvertretung**

**Schleswig-Holstein**

Briefanschrift:  
Postfach 1429  
24103 Kiel

Besucheranschrift:  
Hopfenstraße 1d  
24114 Kiel

[www.barmer.de/presse-sh](http://www.barmer.de/presse-sh)  
[www.twitter.com/BARMER\\_SH](https://www.twitter.com/BARMER_SH)  
[presse.sh@barmer.de](mailto:presse.sh@barmer.de)

Wolfgang Klink  
Tel.: 0800 3330 0465-6631  
[wolfgang.klink@barmer.de](mailto:wolfgang.klink@barmer.de)