

Angstsituationen simulieren, Behandlung stimulieren Premium

Best Practice / Reha / 30.04.2024



f&w

Ausgabe 5/2024

Seite 480

Technologien gewinnen in der Therapie zunehmend an Bedeutung. Im laufenden Behandlungsalltag gestaltet sich die Implementierung von Innovationen jedoch nicht immer einfach. Median hat Virtual Reality (VR) zur Behandlung von Angststörungen in einigen Einrichtungen ausgerollt.

Die therapeutisch angeleitete Expositions- oder Konfrontationstherapie gilt als eine der effektivsten Methoden, um eine schrittweise Habituation an einen Angstreiz zu erzielen, und wird in deutschen sowie internationalen Leitlinien bei spezifischen Phobien als Erstlinientherapie empfohlen. Bei einer Expositionstherapie werden Patienten dabei angeleitet, angstbesetzte Objekte oder Situationen nicht zu vermeiden, sondern sie stattdessen gezielt aufzusuchen. Jedoch erweist sich in der therapeutischen Praxis die Durchführung von In-vivo-Expositionen – also der Konfrontation in der realen Welt – häufig als herausfordernd oder überhaupt nicht durchführbar. Um ein Beispiel zu nennen: wenn eine Höhenangst unter therapeutischer Begleitung auf tatsächlichen Höhen behandelt werden soll.

Hier hilft VR-Technologie, die in der Behandlung von Angststörungen bereits seit einigen Jahren unter der Bezeichnung Virtual Reality Exposure Therapy (VRET) zum Einsatz kommt. Die Wirksamkeit von VRET wurde bei der Behandlung von spezifischen und sozialen Phobien bereits intensiv erforscht sowie belegt.

Expositionstherapie in der VR ermöglicht es den Patienten, wiederholt in angstausslösende Situationen einzutauchen, was eine wichtige Komponente der Behandlung ist. Zudem ermöglicht die kontrollierte und sichere Umgebung von VR es den Therapeuten, den Schwierigkeitsgrad der Exposition anzupassen und den Fortschritt des Patienten zu überwachen. Dies hilft dabei, eine angemessene Balance zwischen der Konfrontation mit der Angst und der Sicherheit des Patienten zu finden.

Virtual Reality

Virtual Reality (VR) bezeichnet eine digital erschaffene, dreidimensionale Umgebung, die einem Nutzer über eine spezielle Brille angezeigt und somit erlebbar gemacht wird. Die Brille simuliert also eine Umgebung, durch die sich der Nutzer bewegen kann, wobei die gezeigten Bildausschnitte an dessen Blickperspektiven angepasst werden.

Erfolgsrezept für die Implementierung

Die Implementierung von innovativen Behandlungsmethoden wie der VR-Therapie erfordert eine sorgfältige Planung und Koordination. So werden die reibungslose Einführung der neuen Therapiemethode in den Behandlungsalltag und der geschulte Umgang des therapeutischen Teams, das die Innovation einsetzen wird, sichergestellt sowie die bestmögliche Patientenversorgung mit der neuen Behandlung gewährleistet. Das Erfolgsrezept für die Implementierung beinhaltet fünf Schritte.

Schritt 1: Gründung einer Arbeitsgruppe

Für jedes Innovationsprojekt ist eine enge Zusammenarbeit über alle Arbeitsbereiche hinweg wichtig, um Synergieeffekte für die Planung von Projekten und Prozessen nutzen zu können. Grundsätzlich werden daher für alle Innovationsprojekte bei [Median](#) Arbeitsgruppen gebildet, die bereichsübergreifend während des gesamten Projekts zusammenarbeiten.

Zur Integration von VR in der Therapie schloss sich bei Median eine Arbeitsgruppe bestehend aus einem Projektmanagementteam der Unternehmenszentrale mit engagierten Mitarbeitenden ausgewählter Kliniken, die sich freiwillig meldeten, zusammen. Am Erfolg versprechendsten gelingen diejenigen Innovationsprojekte, die aus der Praxis für die Praxis entstehen, weshalb von Projektbeginn an die Perspektiven sowie Einschätzungen des medizinischen und therapeutischen Personals eine große Rolle spielen und stets in den gesamten Prozess einfließen.

Schritt 2: Zielorientierte Auswahl des Produkts

Vor der Auswahl eines Produkts gilt es, die Zielstellung der Nutzung in enger Zusammenarbeit mit den Teams der Kliniken genau zu definieren. Hilfreiche Beispielfragen sind hierfür: Welche Probleme soll das innovative Produkt lösen? Soll es das Behandlungsspektrum erweitern? Soll es dazu beitragen, eine Behandlung effizienter durchführen zu können?

Bei der VR-Therapie könnte beispielsweise das Ziel sein, dass Rehabilitanden selbstständig VR-Szenarien durchlaufen, ohne dass Therapeuten anwesend sind. Dann wären Technologien interessant, in welchen Therapeuten als Avatare in den Szenarien agieren und Patienten anleiten. Bei Median war jedoch stets das Ziel, dass die Therapeuten die VR-

Exposition begleiten, sodass nur eine Technologie infrage kam, die über eine entsprechende Software verfügt, über welche die Mitarbeitenden die Exposition aktiv steuern können.

Bei der Suche nach geeigneten Anbietern kann es sinnvoll sein, genau zu prüfen, inwieweit diese offen für die Weiterentwicklung ihres Produktes auf Grundlage des Kunden-Feedbacks sind. Kleine, wachsende Anbieter sind hierfür möglicherweise offener.

Viele Technologien sind kostenintensiv in der Anschaffung der benötigten Hard- und Software. Die genauen Preise und Konditionen sollten daher vorab genau mit den Anbietern besprochen werden. Schulungen für das medizinische und therapeutische Personal im Umgang mit dem Produkt sollten möglichst im Preis enthalten sein, da eine gute Einarbeitung essenziell ist, um den vollen Nutzen eines Produkts zu etablieren und auszuschöpfen.

Schritt 3: Infrastruktur und Ressourcen sicherstellen

Die erfolgreiche Integration einer Innovation erfordert entsprechende Infrastruktur und Ressourcen. Viele innovative Produkte benötigen stabiles WLAN oder andere technische Voraussetzungen, um einwandfrei zu funktionieren. Es hat sich daher bewährt, die unternehmenseigene IT so früh wie möglich in das Projekt einzubinden und somit von Beginn an die besten Voraussetzungen für die Anwendung zu schaffen.

Bei VR-Therapie ist die Bereitstellung einer gut funktionierenden Internetverbindung, die Einrichtung der notwendigen VR-Hardware und -Software sowie die Einrichtung geeigneter Behandlungsräume ausschlaggebend. Ein Testgerät hat den Einsatz in den Kliniken zunächst simuliert, auch um etwaige Schwachstellen offenzulegen. Es bewährt sich, einen festen Therapieraum für die VR-Therapie einzurichten, damit das Gerät nicht bei jeder Sitzung für die jeweilige Umgebung neu kalibriert werden muss.

Schritt 4: Behandlungskonzept erproben und festlegen

Bei der Einführung von Innovationen fungieren drei bis vier Einrichtungen als Pilotkliniken, um Unterschiede und klinikspezifische Besonderheiten direkt im Praxistest zu überprüfen. Grundsätzlich werden vor jedem Innovationsprojekt alle Einrichtungen mit passenden Behandlungsgebieten gefragt, ob sie als Pilotklinik teilnehmen wollen. Diejenigen Einrichtungen pilotieren das Projekt, die sich freiwillig für das Projekt gemeldet haben.

Innerhalb des Pilotprojekts sollte geprüft werden, inwieweit sich das innovative Produkt in bestehende Klinikprozesse integrieren lässt, ob sich therapeutische Effekte zeigen und wie die Akzeptanz zur Anwendung bei den Rehabilitanden sowie beim medizinischen Personal ausfällt. Dafür sollte genügend Zeit eingeplant sein: Eine Testphase dauert bei Median-Projekten meist acht bis zehn Monate an.

Im Praxistest der VR-Therapie war es wichtig, das Personal im Umgang mit der Technologie eingehend zu schulen. Therapeuten und Psychologen sollten zuvor die Bedienung der VR-Ausrüstung üben und auch selbst einmal erleben, welchen Effekt VR für den Nutzer haben kann. Für eine adäquate Einarbeitung sollten etwa zwei Monate eingeplant werden.

Ein weiterer wichtiger Aspekt in der Pilotphase ist die Identifikation der bestmöglichen Integration der neuartigen Therapie in die bestehenden Behandlungspläne der Einrichtung. Je nach Wahl der Expositionsszenarien ist VR in der Einzel- oder Gruppentherapie sowie auch bei Entspannungsübungen nutzbar. Sich die Zeit zu nehmen, vieles auszuprobieren, lohnt sich, um aus den gemachten Praxiserfahrungen letztlich ein geeignetes Therapiekonzept abzuleiten.

Schritt 5: Evaluation und Optimierung im Klinikbetrieb

Neben dem übergeordneten Thema der bestmöglichen Integration von Innovationen in der Rehabilitation, ist auch die fortwährende Messung des Erfolgs essenziell: Klinikleitung und Therapieteam sollten die Wirksamkeit der Behandlung auch nach der Pilotphase stets evaluieren und Feedback von Patienten sammeln, um weitere Verbesserungsmöglichkeiten zu identifizieren. Die kontinuierliche Evaluation und Optimierung im laufenden Klinikbetrieb kann sicherstellen, dass die VR-Therapie langfristig den gewünschten Nutzen für Patienten und die behandelnden Mitarbeitenden bringt.

Entlastung, Abwechslung, Zufriedenheit

Um erfolgreich Innovationen in das bestehende Behandlungsangebot einer Rehabilitationseinrichtung zu implementieren, braucht es eine sorgsame Vorbereitung – der Aufwand lohnt sich für alle Beteiligten: Insbesondere technologiegestützte Therapien bergen die Chance, die behandelnden Teams zu entlasten, den Behandlungsalltag abwechslungsreicher zu gestalten und dadurch auch den Therapieerfolg sowie die Patientenzufriedenheit weiter zu steigern.

AUTOREN

[Caroline Ranft](#)

Projektmanagerin Forschung & Innovation

presse@median-kliniken.de

[Dr. Laura Golenia](#)

Leiterin Forschung & Innovation

Median Unternehmensgruppe

presse@median-kliniken.de