

elevida Gebrauchsanweisung

GEBRAUCHSANWEISUNG

Diese Gebrauchsanweisung dient der korrekten Anwendung von elevida. Bitte lesen Sie sich diese Informationen genau durch und folgen Sie den darin enthaltenen Anweisungen. Des Weiteren steht Ihnen das elevida Support-Team zu den üblichen Geschäftszeiten für Anfragen zur Verfügung.

ZWECKBESTIMMUNG

elevida vermittelt Methoden und Übungen der kognitiven Verhaltenstherapie als Ergänzung zur üblichen Therapie für Patienten, die mindestens 18 Jahre alt sind. elevida kann 180 Tage genutzt werden und ist zur Eigenanwendung durch den Patienten bestimmt. Das Programm richtet sich an Patienten, die an einer Multiplen Sklerose (MS) erkrankt sind und bei denen zusätzlich eine Fatigue (anhaltende Müdigkeit beziehungsweise Erschöpfung) vorliegt.

elevida ist ein interaktives onlinebasiertes, CE-gekennzeichnetes Medizinprodukt.

FUNKTIONSWEISE

elevida umfasst schwerpunktmäßig anerkannte Behandlungselemente der kognitiven Verhaltenstherapie. Dabei vermittelt es Informationen zum Krankheitsbild Fatigue als Begleiterkrankung einer Multiplen Sklerose (MS), stellt Übungen, Methoden und Techniken vor und unterstützt Sie bei deren Umsetzung. Zusätzlich bietet elevida Informationen über E-Mails oder SMS, um die Inhalte der Übungen aus elevida zu vertiefen und im Alltag zu integrieren. Das interaktive Onlineprogramm reagiert individuell auf die Patientenantworten und passt die Inhalte entsprechend an. elevida ist passwortgeschützt jederzeit via Internet verfügbar. Das ermöglicht eine zeit-, orts- und geräteunabhängige Nutzung. Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt stets im Einklang mit der EU-Datenschutz-Grundverordnung und dem Deutschen Bundesdatenschutzgesetz.

NUTZUNGSVORAUSSETZUNG

Sie benötigen einen Computer, einen Laptop, ein Smartphone oder einen Tablet-PC mit Internetzugang sowie einen Browser in einer aktuellen Version (Google Chrome, Mozilla Firefox, Internet Explorer/Edge oder Safari). Weiterhin benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service.

Da elevida Sie in einem dynamischen Dialog durch das Programm führt, sind keine speziellen Computerkenntnisse erforderlich.

ANWENDUNGSGEBIET

elevida dient der Unterstützung von Patienten mit Multipler Sklerose und gleichzeitig bestehender Fatigue-Symptomatik.

WANN SOLL elevida **NICHT** ANGEWENDET WERDEN (GEGENANZEIGEN)?



elevida sollte bei Vorliegen von psychotischen Erkrankungen (z.B. Schizophrenie), bipolaren Störungen oder suizidalem Risiko nicht angewendet werden.

ART UND DAUER DER ANWENDUNG

elevida ist über einen Zugangsschlüssel zugänglich, dieser ist bei der Registrierung erforderlich. Die Nutzungsdauer pro Zugangsschlüssel umfasst 180 Kalendertage nach erstmaliger Registrierung.

In diesem Zeitraum werden Sie zusätzlich durch E-Mails oder SMS angeregt, sich aktiv mit den Informationen und Übungen aus elevida zu beschäftigen und diese im täglichen Leben einzuüben und zu integrieren.

HINWEISE

Eine Änderung bestehender Medikationen und/oder Behandlungen darf nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt/Psychotherapeuten erfolgen. Sie sollten Ihren Arzt oder Psychotherapeuten kontaktieren, wenn sich Ihr Befinden oder Ihre Stimmung längere Zeit (mehrere Tage/Wochen) nicht bessern oder sich akut verschlechtern sollten.

Sollten bei Ihnen Suizidgedanken oder Gedanken, sich Leid zuzufügen, vorliegen, empfehlen wir Ihnen dringend, umgehend Ihren Arzt oder Psychotherapeuten aufzusuchen.

ANWENDUNGSHÄUFIGKEIT

Erfahrungen zeigen, dass elevida idealerweise 1-2 Mal wöchentlich für jeweils mindestens eine halbe Stunde genutzt werden sollte.

ALTERSBEGRENZUNG

18 Jahre. Für Patienten unter 18 Jahren liegen keine Daten vor.

NEBENWIRKUNGEN

Es ist möglich, dass nicht jeder Patient von der Programmnutzung profitiert, was unter Umständen Gefühle der Enttäuschung auslösen könnte.

Wenn die Beschäftigung mit dem Programm für Sie zu belastend ist, sollten Sie eine Pause machen, die

Programmnutzung aussetzen und mit Ihrem Arzt/Psychotherapeuten darüber sprechen.

Nicht jede Übung oder jede Empfehlung ist für jeden Patienten gleichermaßen geeignet. Wenn Ihnen eine Übung oder Empfehlung Schwierigkeiten bereitet, sich unangenehm anfühlt oder Beschwerden verursacht/verstärkt, führen Sie diese nicht weiter aus. Wenden Sie sich bei Bedarf an Ihren Arzt/Psychotherapeuten.

Sollten im Zusammenhang mit der Nutzung von elevida Nebenwirkungen auftreten, melden Sie diese unverzüglich Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten oder wenden Sie sich per E-Mail an elevida@broca.io.

Weitere Kontaktmöglichkeiten finden Sie im Impressum von elevida unter dem Menüpunkt „Hilfe“.

WECHSELWIRKUNGEN

Bislang sind keine Wechselwirkungen bekannt.

ANGABEN FÜR NOTFÄLLE

Bei Notfällen (z.B. Krisen, Suizidgefahr, Verschlechterung Ihres Gesundheitszustandes) kontaktieren Sie umgehend Ihren behandelnden Arzt/Psychotherapeuten oder wählen Sie bitte die für Ihr Land geltenden Notfallnummern von Feuerwehr oder Polizei. Hier einige Beispiele:

Deutschland:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Rettungsdienst: 112
- Polizei: 110
- Seelsorge: 0800 111 0 111, 0800 111 0 222

Schweiz:

- Notruf allgemein: 112
- Notruf Sanität: 144
- Polizei: 117
- Telefonseelsorge „Dargebotene Hand“: 143

Falls Sie unter den angegebenen Telefonnummern niemanden erreichen oder keine Hilfe erfahren, prüfen Sie bitte, ob sich die Telefonnummern geändert haben könnten.

HERSTELLER

GAIA AG
Hans-Henny-Jahnn-Weg 53
22085 Hamburg
Deutschland
www.gaia-group.com



STAND DER SOFTWARE

Die aktuelle Software-Version von elevida entnehmen Sie bitte dem Impressum von elevida unter dem Menüpunkt „Hilfe“.

STAND DER INFORMATION

2020-05-27

WEITERE INFORMATIONEN

Bei technischen Fragen können Sie sich per E-Mail an elevida@broca.io wenden.

