Helfen Sie mit!

STUDIENAUFRUF: Schmerz verstehen – Schmerz verändern

In der Schmerzmedizin hat sich in den letzten Jahren Entscheidendes getan. HELP ist die erste digitale Anwendung, die neueste Erkenntnisse zu noziplastischen Schmerzmechanismen und Neuroplastizität praxisnah umsetzt.

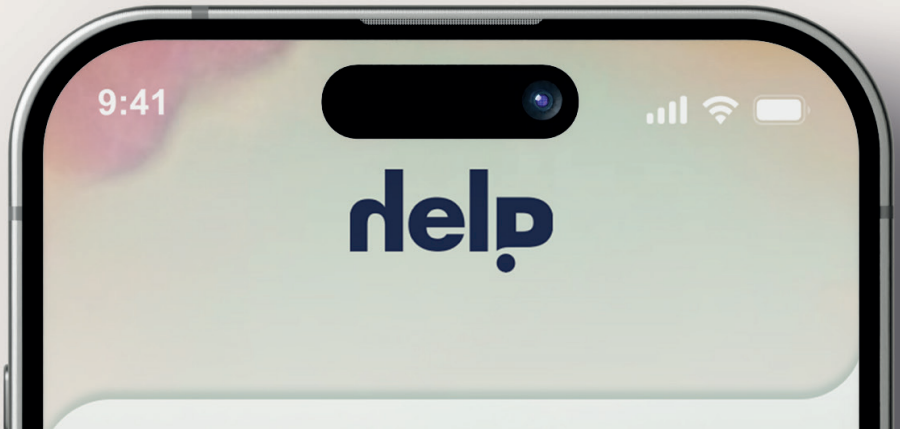
Basis von HELP sind die aktuellen Entwicklungen der **Pain Reprocessing Therapy (PRT)** und der **Emotional Awareness and Expression Therapy (EAET)**. Ein zentrales Element bildet die **intensive Schmerzedukation (Pain Science Education)**, die neueste Erkenntnisse zu Neuroplastizität und noziplastische Mechanismen verständlich vermittelt. Diese wird ergänzt durch Elemente der **kognitiven Verhaltenstherapie (CBT)**, der **Achtsamkeitspraxis (MBSR)**, der **Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)** sowie der **abgestuften Expositionstherapie (GET)**.

Warum eine Studie?

Neue neurowissenschaftliche Erkenntnisse zeigen: Chronischer Schmerz kann in vielen Fällen verändert werden. HELP geht bewusst über klassisches Schmerzmanagement hinaus.
Ziel ist es, das Schmerzsignal nachhaltig zu modulieren.

In einer randomisiert-kontrollierten Studie wollen wir die Wirksamkeit und Sicherheit von HELP wissenschaftlich nachweisen – als Grundlage für die spätere Zulassung als Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA).

- **Studienstart:** November 2025
- **Studiendesign:** Randomisierte, kontrollierte Parallelgruppenstudie (HELP + Care-as-usual vs. Care-as-usual)
- **Dauer:** 3 Monate
- **Sponsor:** NEXTEC medical GmbH
- **Ethikvotum:** Liegt vor
- **Anmeldelink** zur ***Studienteilnahme*** für die Patient:innen



Wer kann teilnehmen?

- Chronische, primäre Schmerzen ohne erkennbare strukturelle Ursache (z.B. Fibromyalgie, chronischer Rücken-/ Nackenschmerz, ...)
- ICD-10-Diagnosen: F45.41, M79.7
- Mindestschmerzdauer: 6 Monate
- Mindestalter: 18 Jahre
- Ausreichende Deutschkenntnisse sowie Internet- und Computerkenntnisse

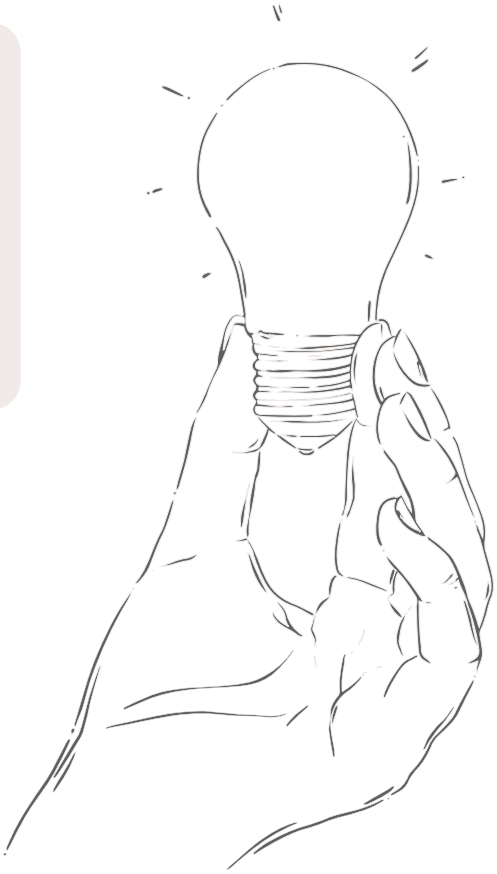
Ausschlusskriterien:

- ✘ Akute Suizidalität
- ✘ Akute oder strukturell bedingte Schmerzerkrankungen
- ✘ Tumorbedingte Schmerzen
- ✘ Neurologische Ausfälle/Kauda-Syndrom
- ✘ Geplante Operation/Intervention innerhalb von 3 Monaten
- ✘ Aktive Psychotherapie mit Schmerzfokus

Wie können Sie helfen?

Motivieren Sie geeignete Patient:innen zur Studienteilnahme.

Hier geht's zur **Studienteilnahme** für die Patient:innen



Ihre Vorteile:

- Früher Zugang zu einer innovativen Therapieform
- Unterstützung evidenzbasierter Versorgung bei komplexen Schmerz-verläufen
- Entlastung Ihrer Praxis
- Beitrag zur dringend notwendigen Versorgungsverbesserung

Helfen Sie mit, die Zukunft der Schmerztherapie aktiv zu gestalten.

Gemeinsam können wir einen echten Unterschied machen – für Ihre Patient:innen und unser Gesundheitssystem.

help

Weitere Informationen unter:
www.help-app.de