

[Menü](#)[🏠](#) > [DiGA-Verzeichnis](#) > [Mindable: Panikstörung und Agoraphobie](#)

Mindable: Panikstörung und Agoraphobie

Mindable Health GmbH, Deutschland | www.mindable.health

⋮ Vorläufig aufgenommen ⓘ

[Informationen für Fachkreise](#)

Die App "Mindable: Panikstörung und Agoraphobie" richtet sich an Menschen ab 18 Jahren, die an den Symptomen einer Agoraphobie und/oder Panikstörung leiden. Das Behandlungsprogramm basiert auf S3-leitlinienkonformen Methoden der Kognitiven Verhaltenstherapie. Mindable unterstützt Nutzerinnen und Nutzer dabei ihre Ängste proaktiv anzugehen und zu reduzieren. Neben Psychoedukation liegt der Schwerpunkt des Behandlungsprogramms auf der Gewöhnung an Körpersymptome (Habituation durch gezielte Symptomprovokation), sowie in-vivo Konfrontation. Während der Konfrontationsübungen werden Angstverläufe live aufgezeichnet. Darüber hinaus können Nutzerinnen und Nutzer angstbezogene Symptome, Ereignisse und Verhalten regelmäßig erfassen und bei Bedarf mit ihren behandelnden Ärzten oder Therapeuten teilen. Mindable ist als iOS und Android App, sowie in deutscher, englischer und französischer Sprache verfügbar.

Plattformen

[Apple App Store](#)

Anzuwenden bei

[F40.0](#) Agoraphobie

[Google Play Store](#)[Mehr erfahren](#)

Eigenschaften



Keine Zuzahlung



Keine Zusatzgeräte



Verfügbare Sprachen: Deutsch und 2 weitere

[Mehr erfahren](#)

F41.0 Panikstörung [episodisch paroxysmale Angst]

[Mehr erfahren](#)

Informationsangebot des Herstellers

[Informationswebsite \(DiGA\)](#)[Gebrauchsanweisung \(PDF\)](#)[Hilfe & Support](#)

Wie erhalte ich die DiGA?

Diese DiGA kann von Ärzten oder Psychotherapeuten verordnet werden, die Kosten werden durch die Krankenkasse des Patienten übernommen. Versicherte, die ihrer Krankenkasse einen Nachweis über die entsprechende Indikation vorlegen, erhalten die DiGA auch ohne ärztliche Verordnung.

[Mehr erfahren](#)

Weitere Informationen zur digitalen Gesundheitsanwendung



Informationen zum positiven Versorgungseffekt



Informationen zu Datenschutz und Datensicherheit



Weitere Informationen



Änderungshistorie



Zuletzt aktualisiert am 30.01.2022 um 19:01
Wiedergabe der vom Hersteller übermittelten Angaben



Mindable: Panikstörung und Agoraphobie

Mindable Health GmbH, Deutschland