

levidex Gebrauchsanweisung

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

ZWECKBESTIMMUNG

levidex ist dafür bestimmt, therapeutische Techniken und Übungen anzubieten, die auf evidenzbasierten psychologisch-psychotherapeutischen Therapieverfahren beruhen und die für Patienten mit Multipler Sklerose (MS) oder Klinisch Isoliertem Syndrom (KIS) geeignet sind, sie beim Management ihrer MS oder ihres KIS zu unterstützen.

levidex ist zur eigenständigen Nutzung als Teil der üblichen Versorgung von Patienten bestimmt, die mindestens 18 Jahre alt sind.

levidex ist weder dafür bestimmt, Behandlungen durch einen Leistungserbringer im Gesundheitswesen zu ersetzen noch dafür bestimmt, Informationen für diagnostische oder therapeutische Entscheidungen zu liefern.

FUNKTIONSWEISE

levidex ist ein interaktives Onlineprogramm zur eigenständigen Anwendung durch Patienten mit Multipler Sklerose (MS) oder Klinisch Isoliertem Syndrom (KIS). Es umfasst schwerpunktmäßig anerkannte Behandlungselemente der kognitiven Verhaltenstherapie.

levidex enthält Übungen und Techniken zum Umgang mit der Erkrankung, vermittelt Informationen für einen gesunden Lebensstil und unterstützt bei deren Umsetzung. levidex funktioniert als virtueller Dialog und bietet Ihnen fortlaufend verschiedene Antwortmöglichkeiten zur Auswahl an, um Inhalte an Ihre Bedürfnisse und Wünsche anzupassen. Auf Wunsch schickt levidex Ihnen regelmäßig E-Mails oder SMS, um die Inhalte der Übungen zu vertiefen und in Ihren Alltag zu integrieren.

levidex

Menü ▾ Maria ▾

Das Immunsystem ist für die Entstehung und den Verlauf der MS von sehr großer Bedeutung.



Normalerweise schützt es uns vor Krankheitserregern, indem es diese unschädlich macht, wenn sie in den Körper eindringen wollen.

Bei der MS scheint ein Teilbereich dieses Abwehrmechanismus "falsch programmiert" zu sein. Er richtet sich nämlich *gegen den eigenen gesunden Körper* und bildet Abwehrstoffe, die den Nervenzellen schaden.

Und wie zeigt sich das? ➤

Ist es das, was dann zu meinen Beschwerden führt? ➤

Hat man denn selber Einfluss auf die Entstehung der Erkrankung? ➤

Fig.1: Dialog-Beispiel in levidex

Sie benötigen für die Registrierung einen einmaligen Zugangsschlüssel. Die empfohlene Nutzungsdauer beträgt mindestens 90 Kalendertage. Abhängig vom Verlauf der Erkrankung oder der Beschwerden kann eine längere Nutzung erforderlich sein, um die Behandlungseffekte zu stabilisieren. Sollten Sie Fragen zu der Gültigkeitsdauer Ihres Zugangsschlüssels von levidex haben, können Sie unser levidex Support-Team anschreiben oder die Information über die Homepage von levidex bekommen.

Nach der Registrierung ist levidex passwortgeschützt jederzeit für Sie verfügbar, wenn Sie Internetzugang und einen kompatiblen Internetbrowser zur Verfügung haben.

Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt im Einklang mit der EU-Datenschutz-Grundverordnung. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie in der Datenschutzerklärung.

NUTZUNGSVORAUSSETZUNG

Sie benötigen einen Computer, einen Laptop, ein Smartphone oder ein Tablet mit Internetzugang sowie eine aktuelle Browser-Version von Google Chrome, Mozilla Firefox, Edge oder Safari. Wir empfehlen eine minimale (logische) Auflösung von 320 x 568 Pixel. Weiterhin benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service. Wir

empfehlen für die Audios eine Bandbreite von 192 kBit/s.

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

ANWENDUNGSGEBIET

levidex dient der Unterstützung von Patienten mit Multipler Sklerose (MS) oder Klinisch Isoliertem Syndrom (KIS).

WANN SOLL levidex NICHT ANGEWENDET WERDEN (GEGENANZEIGEN)?



Es liegen keine Gegenanzeigen vor.

ANWENDUNGSHÄUFIGKEIT

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

MINDESTALTER

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

SICHERHEITSHINWEISE UND NEBENWIRKUNGEN



levidex ersetzt keinen Arzt oder Therapeuten.

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 (über mehrere Tage oder Wochen) nicht bessern oder sich akut verschlechtern sollte.

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

Nicht jede Übung oder jede Empfehlung ist für jeden Patienten gleichermaßen geeignet. Wenn die Beschäftigung mit dem Programm für Sie zu belastend ist, Ihnen eine Übung oder Empfehlung Schwierigkeiten bereitet, sich unangenehm anfühlt oder Beschwerden verursacht/verstärkt, machen Sie bitte eine

Programmpause und sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten darüber.

Wenn bei Ihnen eine Bewegungseinschränkung oder Gangunsicherheit besteht oder Sie wegen einer Erkrankung (außer der Multiplen Sklerose oder des Klinisch Isolierten Syndroms) körperlich eingeschränkt sind, sollten Sie zunächst ärztlich abklären lassen, welche Bewegungsempfehlungen für Sie geeignet sind.

Wenn Sie untergewichtig sind oder Lebensmittelunverträglichkeiten haben, besprechen Sie die Ernährungsvorschläge des Programms bitte im Zweifelsfall mit Ihrem Arzt.

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

Alle im Zusammenhang mit dem Produkt aufgetretenen schwerwiegenden Vorfälle sind dem Hersteller und der zuständigen Behörde des Mitgliedstaats, in dem Sie niedergelassen sind, zu melden.

Weitere Kontaktmöglichkeiten finden Sie im Impressum von levidex unter dem Menüpunkt „Hilfe & Kontakt“ oder auf der Homepage von levidex.

Bislang sind keine Wechselwirkungen bekannt.

ANGABEN FÜR NOTFÄLLE

levidex ist nicht für den Einsatz in Notfällen geeignet.

Bei Notfällen (z.B. Krisen, Verschlechterung Ihres Gesundheitszustandes) kontaktieren Sie umgehend Ihren behandelnden Arzt/Psychotherapeuten oder wählen Sie bitte eine für Ihr Land geltende Notrufnummer 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

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 levidex entnehmen Sie bitte dem Impressum von levidex unter dem Menüpunkt „Hilfe & Kontakt“.

STAND DER INFORMATION

2022-08-19

WEITERE INFORMATIONEN

Bei technischen Fragen können Sie sich per E-Mail an das levidex Support-Team info@levidex.de wenden. Wenn Sie diese Gebrauchsanweisung kostenlos in gedruckter Fassung erhalten möchten, senden Sie bitte eine Anfrage an die oben genannte Support E-Mail-Adresse. Wir senden Ihnen die gedruckte Fassung innerhalb von 7 Werktagen zu.



SYMBOLERKLÄRUNGEN



- Vorsicht



- Hersteller



- Medizinprodukt



- elektronische Gebrauchsanweisung lesen