

**Gemeinsame Stellungnahme
der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft und der
Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie in Deutschland
zum Änderungsbeschluss des G-BA vom März 2024 zum abgeschlossenen
Projekt STEP.De (01NVF17050)**

Die Deutsche Vereinigung für Sportwissenschaft (dvs) und die Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie in Deutschland e.V. (asp) haben den Beschluss des G-BA vom 20.09.2023, die Sporttherapie in die Regelversorgung bei leichten und mittelschweren Depression aufzunehmen, sehr begrüßt.

Dieser Beschluss wurde der umfangreichen Evidenz zur Wirksamkeit der Sporttherapie bei Depressionen gerecht und ist aus wissenschaftlicher und gesundheitspolitischer Sicht notwendig. Anlass für unsere Stellungnahme ist, dass der Innovationsausschuss die Empfehlung zur Überführung der Sporttherapie bei Depression in die Regelversorgung mit dem Änderungsbeschluss vom 22.03.2024 wieder aufgehoben hat.

Auch wenn das Projekt STEP.DE nicht die ursprünglich erwarteten Ergebnisse erzielte, so gibt es dennoch zahlreiche andere randomisierte kontrollierte Studien, die die Effektivität und Effizienz von Sport und sporttherapeutischen Interventionen bei Personen mit leichter bis mittelschwerer Depression belegen und aufzeigen, dass regelmäßige, zielorientierte Bewegung ebenso wirksam ist, wie Medikamente und Psychotherapie.

Da mittlerweile bei mehr als 10'000 Patient:innen ein anti-depressiver Effekt von Sport nachgewiesen ist, liegen somit überzeugende Befunde vor, die eine **wissenschaftliche Evidenz belegen und im Sinne der bestmöglichen Patient:innenversorgung** berücksichtigt werden sollten. Zudem zeigte sich durch die 40% günstigere Behandlung im Vergleich zur Psychotherapie eine hohe Kosteneffizienz, auch im Projekt STEP.DE.

Zusätzlich sind folgende Argumente dringend zu beachten:

- Interdisziplinäre Zusammenarbeit führt zu besseren Therapieergebnissen: Die Kombination von sporttherapeutischen und psychotherapeutischen Ansätzen kann zu umfassenderen und nachhaltigeren Behandlungsergebnissen führen.
- Fachkräftemangel bei steigender Prävalenz sollte Anlass genug sein, sporttherapeutische Maßnahmen zur Regelversorgung zu machen: Angesichts des Mangels an Fachkräften im Gesundheitswesen und der zunehmenden Prävalenz von Depressionen ist es unerlässlich, kosteneffiziente und wirksame Behandlungsoptionen wie die Sport- und Bewegungstherapie in die Regelversorgung aufzunehmen.
- Kompetenzen der sportwissenschaftlichen und sportpsychologischen Betreuung: Die spezifischen Kenntnisse und Fähigkeiten von Sportwissenschaftler:innen und Sportpsycholog:innen tragen wesentlich zur Qualität und Wirksamkeit der Behandlung bei.
- Patient:innen den Raum für individualisierte und bedürfnisorientierte Interventionen geben: Personalisierte Therapieansätze, die auf die individuellen Bedürfnisse der Patient:innen eingehen, erhöhen die Compliance und die langfristige Wirksamkeit der Behandlung.

- Patient:innenzufriedenheit und Lebensqualität: Studien zeigen, dass Patient:innen, die an Sporttherapie teilnehmen, oft eine höhere Zufriedenheit mit der Behandlung und eine verbesserte Lebensqualität berichten, da sie aktiv an ihrer Genesung mitwirken können.
- Niedrigschwelliger Zugang: Die Implementierung von Sporttherapie ist mit relativ geringen Kosten und ohne großen Aufwand möglich. Dadurch kann sie insbesondere für Menschen mit Hemmungen gegenüber traditionellen psychotherapeutischen Ansätzen eine geeignete Behandlungsform darstellen. Dies schließt auch an das Konsensuspapier zum „Runden Tisch für Bewegung und Gesundheit“ des BMG an, in dem die Sicherung von bewegungsbezogenen Maßnahmen besonders für vulnerable Gruppen festgeschrieben wurde.
- Prävention und Langzeitwirkung: Sport und Bewegung haben präventive Wirkungen. Diese reduzieren nicht nur akute depressive Symptome, sondern verringern auch das Risiko von Rückfällen und chronischen Verläufen. Zudem hat Sport und Bewegung einen präventiven Effekt bzgl. zahlreicher weiterer Erkrankungen und kaum unerwünschte Nebenwirkungen.
- Reduzierung der Medikamentenabhängigkeit: Sporttherapie kann dazu beitragen, die Notwendigkeit für medikamentöse Behandlungen zu reduzieren oder deren Dosierung zu verringern. Dies ist insbesondere für Patient:innen von Bedeutung, die unter den Nebenwirkungen von Antidepressiva leiden oder eine Medikamentenunverträglichkeit haben.

Wir bitten daher den G-BA, eine grundsätzliche Entscheidung für mehr bewegungsbezogene Versorgungsleistungen zu treffen und die wissenschaftliche Evidenz in der Versorgung von Patient:innen mit Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen stärker zu berücksichtigen sowie entsprechende Versorgungsstrukturen bereitzustellen.

Ihre Ansprechpersonen:

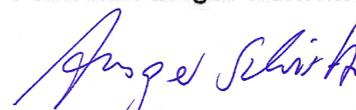
Prof. Dr. Oliver Stoll



Präsident der asp

E-Mail: office@asp-sportpsychologie.org

Prof. Dr. Ansgar Schwirtz

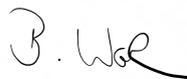


Präsident der dvs

E-Mail: info@sportwissenschaft.de

Für die dvs

Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Bettina Wollesen



Für die asp:

Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Jana Strahler

Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Ines Pfeffer



Dazugehörige Informationen

Änderungsbeschluss Innovationsfond:

https://innovationsfonds.g-ba.de/downloads/beschluss-dokumente/551/2024-03-22_STEP.De_Aenderungsbeschluss.pdf

Erratums / ergänzende Stellungnahme der STEP.De Projektleitung:

https://innovationsfonds.g-ba.de/downloads/beschluss-dokumente/552/2024-03-22_STEP.De_Erratum.pdf

Evaluationsbericht STEP.De Studie: https://innovationsfonds.g-ba.de/downloads/beschluss-dokumente/439/2023-09-20_STEP.De_Evaluationsbericht.pdf

S3 Leitlinie Nationale VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression Sport:

<https://www.leitlinien.de/themen/depression/version-3/kapitel-9>

Die Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie in Deutschland e. V. (asp) vertritt die Interessen der Sportpsychologie im universitären und im außeruniversitären Bereich vorwiegend in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Sie hat aktuell 580 ordentliche Mitglieder. Ziel der Gesellschaft ist die Förderung und Weiterentwicklung der Sportpsychologie in Forschung, Lehre und in den Anwendungsfeldern des Leistungs-, Breiten-, Schul- und Gesundheitssports.

Die Deutsche Vereinigung für Sportwissenschaft e.V. (dvs) ist ein Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern der Sportwissenschaft, vorwiegend aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Sie vertritt derzeit rund 1.100 Personen. Die dvs wurde 1976 in München gegründet und verfolgt das Ziel, die Sportwissenschaft zu fördern und weiter zu entwickeln.