

## Pressemitteilung

Jacobs University Bremen gGmbH

Melisa Berktaş

31.08.2021

<http://idw-online.de/de/news774901>

Buntes aus der Wissenschaft, Forschungsprojekte  
Ernährung / Gesundheit / Pflege, Psychologie  
überregional



## Panikstörungen und Platzangst – kann eine App helfen? Jacobs University sucht Teilnehmende an Studie

**Etwa sieben Millionen Menschen in Deutschland leiden an einer Angststörung. Viele haben einen langen Leidensweg hinter sich, bevor sie adäquate Unterstützung bekommen. Bietet eine Smartphone-App schnelle erste Hilfe für Menschen mit einer Panikstörung und Agoraphobie, also Platzangst? Das wollen klinischen Psycholog:innen der Jacobs University in einer Studie herausfinden, für die noch Teilnehmende gesucht werden.**

„Menschen, die Panikstörungen und Platzangst haben, erleben wiederholt plötzliche und unerwartete Panikattacken oder Angstanfälle, die zum Beispiel mit starkem Herzrasen, Schwindel, Schweißausbrüchen und Todesangst einhergehen“, sagt Dr. Thomas Lang, Psychologieprofessor an der Jacobs University.

In ihrem Alltag sind diese Menschen durch die Angst häufig stark einschränkt. Um Abhilfe zu schaffen wurde die App „Mindable“ entwickelt, die Betroffene dabei unterstützen soll, ihre Ängste aktiv und eigenständig zu reduzieren. Die App wurde auf Grundlage eines wissenschaftlich überprüften Behandlungsvorgehens erstellt, allerdings ist über ihre tatsächliche Wirksamkeit wenig bekannt. Das Department of Psychology and Methods der Jacobs University führt daher in Kooperation mit Institutionen in Bremen, Hamburg und Münster eine randomisierte, kontrollierte Studie durch. Überprüft werden soll, ob sich der Gesundheitszustand von Betroffenen durch die Smartphone-App tatsächlich verbessern lässt.

Teilnehmen an der Studie können Personen, die mindestens 18 Jahre alt sind und unter plötzlichen Angst- oder Panikattacken mit Körpersymptomen leiden, sowie durch die Angst im Alltag eingeschränkt sind – zum Beispiel beim Busfahren, bei Kaufhausbesuchen oder auch durch die Angst, alleine das Haus zu verlassen. Sie sollten sich aktuell nicht in einer Psychotherapie befinden.

Interessierte können sich bei der zentralen Studienkoordination an der Jacobs University melden. Sie werden dann, abhängig von ihrem Wohnort, zunächst zu einer Eingangsuntersuchung in eines der Studienzentren in Bremen, Hamburg oder Münster eingeladen. Im Rahmen der Untersuchung erfolgt eine standardisierte, psychologische Diagnostik. Anschließend entscheidet der Zufall, ob die App direkt oder nach Ablauf des achtwöchigen Untersuchungszeitraums genutzt werden kann. Alle Teilnehmenden werden außerdem gebeten, zu Hause einen Online-Fragebogen auszufüllen. Die Abschlussuntersuchung erfolgt erneut in dem jeweiligen Studienzentrum.

Über die Jacobs University Bremen:

In einer internationalen Gemeinschaft studieren. Sich für verantwortungsvolle Aufgaben in einer digitalisierten und globalisierten Gesellschaft qualifizieren. Über Fächer- und Ländergrenzen hinweg lernen, forschen und lehren. Mit innovativen Lösungen und Weiterbildungsprogrammen Menschen und Märkte stärken. Für all das steht die Jacobs University Bremen. 2001 als private, englischsprachige Campus-Universität gegründet, erzielt sie immer wieder

Spitzenergebnisse in nationalen und internationalen Hochschulrankings. Ihre mehr als 1500 Studierenden stammen aus mehr als 120 Ländern, rund 80 Prozent sind für ihr Studium nach Deutschland gezogen. Forschungsprojekte der Jacobs University werden von der Deutschen Forschungsgemeinschaft oder aus dem Rahmenprogramm für Forschung und Innovation der Europäischen Union ebenso gefördert wie von global führenden Unternehmen.

Für weitere Informationen: [www.jacobs-university.de](http://www.jacobs-university.de)  
Facebook | Youtube | Twitter | Instagram | Weibo

wissenschaftliche Ansprechpartner:

Prof. Dr. Thomas Lang

Professor für Psychologie

Tel. : 0421-200 4881

E-Mail: [panikstudie@jacobs-university.de](mailto:panikstudie@jacobs-university.de)

URL zur Pressemitteilung: <https://panik.studie.digital>



Etwa sieben Millionen Menschen in Deutschland leiden an einer Angststörung.  
Shutterstock/ Chinnapong