

ADHS

Digitale Gesundheitsanwendungen für die Behandlung der ADHS

Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) stellt aufgrund ihrer multiplexen Natur eine besondere Herausforderung für Betroffene, Angehörige und deren Behandelnde dar. Auf der 19. International ADHD Conference 2026 berichteten führende Expert:innen über die Bedeutung der Therapie für die ganze Familie und den Stellenwert von digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGAs).

Digitale Gesundheitsanwendungen in Österreich

Bei DiGAs handelt es sich um speziell entwickelte Applikationen für mobile Endgeräte oder Computer. Im Gegensatz zu herkömmlichen „Gesundheits-Apps“ haben DiGAs einen nachgewiesenen medizinischen Nutzen und unterliegen den strengen Anforderungen von Medizinprodukten. Aus diesem Grund nehmen sie eine integrale Rolle für die moderne Versorgung von Patient:innen mit beispielsweise Adipositas, Depressionen oder psychischen Erkrankungen ein. Tatsächlich berechnete die Wirtschaftskammer Wien, dass deren umfassender Einsatz Krankenhausaufenthalte um durchschnittlich 0,7 Tage reduzieren und so zu einer geschätzten Kosteneinsparung von etwa 1,5 Milliarden Euro führen würde [1]. Auch bei der ADHS könnten DiGAs eine wertvolle nicht-pharmakologische Unterstützung für betroffene Eltern und deren Kinder darstellen.

ADHS betrifft die ganze Familie

Bei ADHS handelt es sich um eine Erkrankung, welche aus mehreren Gründen die ganze Familie betrifft, präsentierte Prof. Dr. Mark Stein, University of Washington. Sie ist einerseits durch eine hohe Heritabilität von 74 %

geprägt, andererseits finden sich in Familien mit betroffenen Kindern signifikant höhere Raten an Alkohol- oder Substanzabusus ($p < 0,001$), Depression ($p < 0,001$), Lernschwierigkeiten ($p < 0,001$) und ADHS ($p < 0,001$) als bei Eltern von Kindern mit Down-Syndrom [2, 3]. Zudem ist dessen Vorliegen mit signifikanten Störungen der Familien- und Ehefunktion, der Eltern-Kind-Beziehungen sowie erhöhtem elterlichem Stressniveau und einer allgemein geringeren Lebensqualität assoziiert [4–6].

Neben der pharmakologischen Behandlung bilden die umfassende Psychoedukation für alle Familienmitglieder sowie das soziale Umfeld das Fundament der Therapie, betonte Prof. Dr. Jan Buitelaar, Radboud University, Nijmegen. Ergänzend müssen Strategien zur Modifikation der Umwelt, etwa in der Schule oder am Arbeitsplatz, evaluiert werden, um diese an die individuellen Stärken und Schwächen der Betroffenen anzupassen. Das oberste Behandlungsziel sei, so der Vortragende, stets der Erhalt oder die Verbesserung der familiären Lebensqualität [7].

Behandlung mit erheblichen Herausforderungen

Aufgrund der multiplexen Natur der Erkrankung geht deren

Behandlung jedoch mit erheblichen Herausforderungen einher, ergänzte Prof. Dr. Andrea Chronis-Tuscano, University of Maryland. Sind sowohl Elternteile als auch Kinder betroffen, wird die konsequente Umsetzung von kognitiven und psychologischen Interventionen und der pharmakologischen Therapie aufgrund von Desorganisation oder Impulsivität der Eltern deutlich erschwert. Vor allem verhaltenstherapeutische Interventionen setzten ein hohes Maß an emotionaler Funktionalität und Regulierung seitens der Eltern voraus.

Digitale Lösungen könnten die kognitive Verhaltenstherapie unterstützen

Digitale Lösungen, wie die DiGA hiToco® könnten eine wertvolle Unterstützung für die kognitive Verhaltenstherapie darstellen, berichtete Prof. Manfred Döpfner, Universität Köln. Dabei handelt es sich um eine Smartphone-basiertes, personalisiertes und adaptives Trainingsprogramm für Eltern. Ziel ist es, diese im Familienalltag zu unterstützen und das Erziehungsverhalten zu verbessern. Der modulare Aufbau der DiGA umfasst Fakten zu ADHS, Interventionen, Umgang mit Herausforderungen sowie Strategien,

um Ressourcen zu stärken und spezifische Verhaltensprobleme zu lösen [8].

Die Wirksamkeit von hiToco® wurde anhand einer randomisierten kontrollierten Studie mit Eltern von Kindern mit ADHS oder oppositioneller Trotzstörung (OTS) beurteilt. Insgesamt wurden 65 Familien randomisiert einer Standardbehandlung ($n=31$) oder der hiToco®-Gruppe zugeordnet ($n=34$). In keinem Behandlungsarm wurde die ADHS pharmakologisch behandelt. Über einen Zeitraum von 16 Wochen hinweg beurteilten die Eltern unter anderem die ADHS- und OTS-Symptomschwere anhand der Symptomcheckliste ADHS/OTS im Diagnostik-System für psychische Störungen nach ICD-10 und DSM-5 für Kinder und Jugendliche – III (DISYPS-III SCL-ADHS/OTS) [9]. Sekundäre Endpunkte waren das von Eltern beurteilte positive und negative Erziehungsverhalten, die Familienbelastung- und beeinträchtigung sowie der von Kliniker:innen beurteilte Global Impression Scale [8].

Die DiGA zeigte in Woche 16 signifikante Verbesserungen der ADHS- und OTS-Symptomschwere laut SCL-ADHS/OTS um 0,199 Punkte (95 % KI: (0,046–0,353; $p=0,0115$) gegenüber der Standardbehandlung (Abb. 1). Auch alle sekundären Endpunkte waren mit si-

gnifkanten Verbesserungen gegenüber der Kontrollgruppe assoziiert [8].

Fazit

Die multiplexe ADHS stellt eine intensive Belastung für die gesamte Familie dar und geht häufig mit psychologischen Störungen, Stress und einer geringeren Lebensqualität einher. Behandlungsstrategien wie die Psychoedukation und die kognitive Verhaltenstherapie müssen dabei die gesamte Familie umfassen. Die Ergänzung der DiGA hiToco® zur nichtpharmakologischen Standardbehandlung belegte in randomisierten Studien eine signifikante Verbesserung der ADHS- und OTS-Symptomschwere und könnte somit eine wertvolle Stütze für die Bewältigung der Erkrankung darstellen.

Literatur

1. Austromed: DiGA in Österreich. Verfügbar online: <https://www.austromed.org/wp-content/uploads/2024/10/DiGA-Issue-Paper-2024.pdf>; letzter Zugriff am 20.05.2026
 2. Faraone SV et al (2019) Genetics of attention deficit hyperactivity disorder. *Mol Psychiatry*; 24(4): 562–575
 3. Roizen NJ et al (1996) Psychiatric and developmental disorders in families of children with attention-deficit hyperactivity disorder. *Arch Pediatr Adolesc Med*; 150(2): 203–8
 4. Johnston C et al (2001) Families of children with attention-deficit/hyperactivity disorder: review and recommendations for future research. *Clin Child Fam Psychol Rev*; 4(3): 183–207
 5. Deault LC et al (2010) A systematic review of parenting in relation to the development of comorbidities and functional impairments in children with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD). *Child Psychiatry Hum Dev* 2010; 41(2): 168–192
 6. Orm S et al (2021) Sibling relationship quality in children with neurodevelopmental disorders: A systematic review and meta-analysis. *Adv Neurodev Disord*; 5(4): 381–95
 7. NICE-Leitlinien: Attention deficit hyperactivity disorder: diagnosis and management. Verfügbar online: <https://www.nice.org.uk/guidance/ng87>; letzter Zugriff am 20.05.2026
 8. Döpfner M et al (2025) Efficacy of a mobile-based self-directed parent management training for parents of children with attention-deficit/hyperactivity disorder with or without oppositional defiant disorder—a randomized controlled trial. *Eur Child Adolesc Psychiatry*; 34: 3973–3985.
 9. Döpfner M et al (2017) Diagnostik-System für psychische Störungen nach ICD-10 und DSM-5 für Kinder- und Jugendliche (DISYPS-III). Bern: Hogrefe.
- Quelle: 19th International ADHD Conference 2026. 18.–19. April 2026; Berlin.
Redaktion: Dipl.-Ing. Dr. Manuel Spalt-Zoidl
Mit freundlicher Unterstützung von Medice
Entgeltliche Einschaltung
Fachkurzinformation siehe Seite ##
- © Springer Medizin Wien

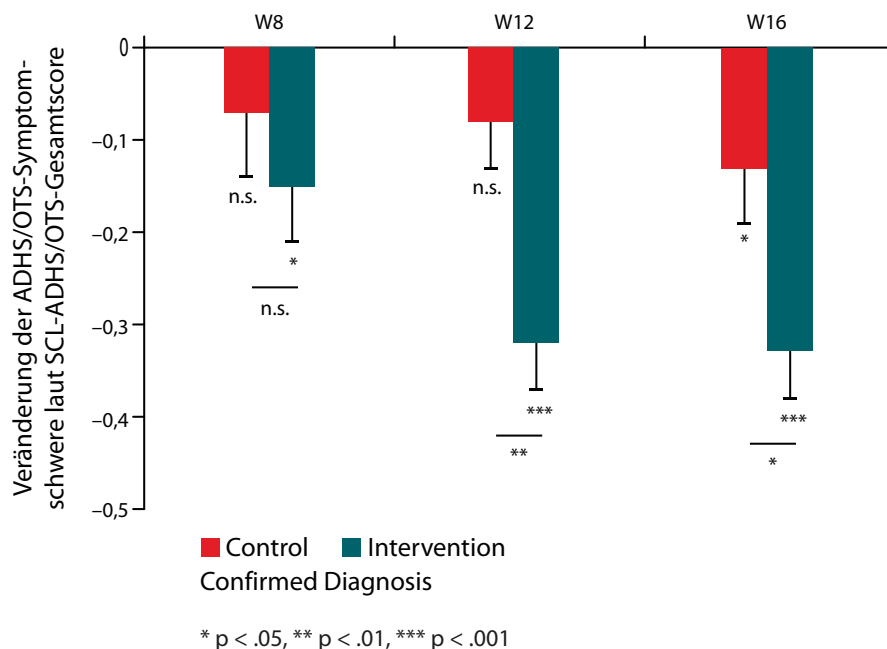


Abb. 1: Veränderung der ADHS/OTS-Symptomschwere gegenüber Baseline nach 8, 12 und 16 Wochen unter hiToco® und der Standardbehandlung (modifiziert [8])

hiToco®

hiToco® ist ein **digitales Elterntraining** für Eltern von Kindern zwischen 4 und 11 mit hyperkinetischen Störungen (F90.x), Aufmerksamkeitsdefizitstörung ohne Hyperaktivität (F98.8) oder oppositionellem Verhalten (F91.3).

hiToco® zielt darauf ab:

- das Problemverhalten der Kinder zu reduzieren,
- den Umgang der Eltern mit schwierigem Verhalten zu verbessern
- und den Familienstress zu verringern.



Scan Me

Fordern Sie einen Gratis-Testaccount unter www.hiToco.at an oder scannen Sie den QR-Code.