

# Weil Therapie das bessere Schlafmittel ist: somnovia

Ursachen bekämpfen und nicht nur Symptome.

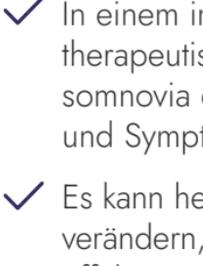
ICD-10 Diagnose: F51.0, G47.0

## Indikation von somnovia

**somnovia** ist die neue Schlaftherapie für Menschen mit Schlafstörungen. Schlafmittel wirken zwar schnell, jedoch drohen bei häufiger Einnahme Toleranzeffekte und sogar Abhängigkeit. Nicht mit somnovia.

**somnovia** begleitet Ihre Patienten ohne Medikamente dabei, gesunde Schlafgewohnheiten zu entwickeln und langfristig beizubehalten.

**somnovia** basiert auf dem Konzept der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT-I), einer gut erforschten Psychotherapie speziell bei Schlafstörungen.



der Nutzer:innen zeigten eine klinisch relevante Verbesserung ihrer Schlafprobleme nach 6 Monaten.

## somnovia wirkt

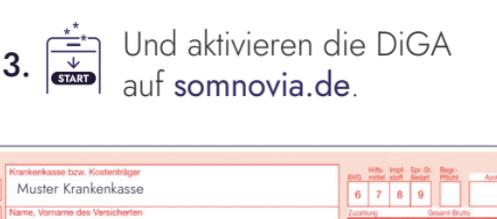
Die Wirksamkeit von **somnovia** wurde in klinischen Studien nachgewiesen.<sup>1</sup>

Mit einer Verordnung von **somnovia** stellen Sie Ihren Patienten mit Schlafstörungen eine schnelle und nachhaltige nicht-medikamentöse Therapie zur Verfügung – ohne das Risiko einer Abhängigkeitsentwicklung.

## Was kann somnovia?

- ✓ In einem individualisierbaren therapeutischen Dialog behandelt somnovia die typischen Ursachen und Symptome von Schlafstörungen
- ✓ Es kann helfen, Gewohnheiten zu verändern, um auch dauerhafte Effekte zu erzielen
- ✓ Zielsetzung: Verbesserung der Schlafqualität
- ✓ Je Verordnung 90 Tage nutzbar (empfohlene Nutzungsdauer: 180 Tage)
- ✓ Niedrigschwellige Therapieoption
- ✓ Ohne Medikation, sofort einsetzbar

## Aktiv den Schlaf verbessern



## So verordnen Sie somnovia:

1. Sie stellen ein Muster 16 Rezept aus.
  - ✓ Ihre Patienten senden dieses an die GKV oder nutzen unseren Rezept-Service und erhalten einen Freischaltcode.
2.
  - ✓ erhalten einen Freischaltcode.
3. Und aktivieren die DiGA auf [somnovia.de](https://www.somnovia.de).

Krankenkasse bzw. Kostenträger Muster Krankenkasse		Hilfe, Info, Support, Kontakt, Anrufnummer / 24h
Name, Vorname des Versicherten Glücklich, Gundula		geb. am 05.08.1985
Musterstraße 1a 12345 Musterstadt		Account-Informationen 1. Versicherung 2. Versicherung 3. Versicherung
Kostenträgerkennung 012345678	Versicherten-Nr. A123456789	Status 1000 1
Betriebsstätten-Nr. 12345678	Arzt-Nr. 943645765	Datum 24.10.2024
Rp. (Bitte Leeräume durchschreiben)		Vertragsarztbeispiel
Digitale Gesundheitsanwendung Pharmazentralnummer (PZN) 19642882 somnovia		Dr. med Markus Muster Facharzt für Allgemeinmedizin Musterstraße 22 12345 Musterstadt Telefon 000 222222 Telefax 000 333333
b b b h Bei Arbeitsunfall auszufüllen Unfalltag Unfallbetrieb oder Arbeitgebersummer		Abgabedatum in der Apotheke Unterschrift des Arztes Muster 16 (10.2014)

## Digitale Gesundheitsanwendung

\*\*\*\*\*  
Pharmazentralnummer (PZN) 19642882  
\*\*\*\*\*  
somnovia

## somnovia im Überblick



### Wirksamkeit

Vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte zugelassenes Medizinprodukt

### Soforthilfe

Niedrigschwelliges Angebot, von zu Hause aus nutzbar, ohne Wartezeit

### Datenschutz

Datensicher und DSGVO konform

### Extrabudgetäre Leistung

Weder Arznei- noch Heilmittelbudget werden belastet

## Wie funktioniert somnovia?

Einfache Handhabung auf dem Smartphone, Tablet oder PC (keine App, kein Download).

Begleitung durch mehrere Schwerpunktthemen in virtuellen Gesprächen im eigenen Tempo.

**somnovia** fragt Ihre Patienten aktiv nach ihren Bedürfnissen und passt sich an.

## Wie erhält mein Patient somnovia?

Die Patienten reichen das Rezept bei ihrer Krankenkasse ein und erhalten von dieser einen Freischaltcode, den sie auf [somnovia.de/aktivieren](https://www.somnovia.de/aktivieren) einlösen können.

Alternativ kann das Rezept auch über den kostenfreien Rezept-Service auf [somnovia.de](https://www.somnovia.de) eingereicht werden.

## Von wem kommt somnovia?



**somnovia** wurde von GAIA entwickelt. In 25 Jahren Forschung und Entwicklung, haben die Ärzte und Psychotherapeuten von GAIA mehr als 20 medizinische Selbsthilfeprogramme entwickelt und damit bereits mehreren 10.000 Patienten geholfen.

Mitglied im Verband forschender Arzneimittelhersteller (vfa)

## Benötigen Sie weitere Infos? Kontaktieren Sie uns gerne!

+49 (0)40 34 99 30 482

[diga-team@gaia-group.com](mailto:diga-team@gaia-group.com)

[www.somnovia.de](https://www.somnovia.de)



**Fordern Sie jetzt direkt Ihren kostenfreien Testzugang an.**

Code mit dem Handy abschnappen.

<sup>1</sup> RCT mit 290 Patienten zur Bestätigung der Ergebnisse einer Prä-Post-Studie mit 153 Patienten. (clinical trials registry: NCT03418142)

somnovia® ist ein CE-gekennzeichnetes Medizinprodukt und eine Marke der GAIA AG  
Hans-Henny-Jahn-Weg 53, 22085 Hamburg