

## Mode d'emploi de deprexis

### MODE D'EMPLOI

Le présent mode d'emploi vise à l'utilisation correcte de deprexis. Veuillez lire attentivement ces informations et suivre les instructions qu'elles contiennent. En outre, l'équipe d'assistance de deprexis se tient à votre disposition aux heures de bureau ordinaires pour toute question.

### DESTINATION

UE, Suisse, Royaume-Uni:

deprexis a pour but d'offrir des techniques et des exercices reposant sur des méthodes thérapeutiques psychologico-psychothérapeutiques fondées sur des données factuelles et adaptés aux patients souffrant de dépression unipolaire ou de troubles dépressifs afin de les aider à gérer leur dépression ou leurs troubles dépressifs. deprexis est destiné à un usage autonome en complément des soins habituels pour des patients âgés d'au moins 18 ans. Le programme peut être utilisé pour une durée de 90 jours. deprexis n'est ni destiné à remplacer des traitements dispensés par un prestataire de soins de santé ni à fournir des informations pour des décisions diagnostiques ou thérapeutiques.

États-Unis:

deprexis est une application web indiquée pour le traitement d'appoint de la dépression chronique ou récurrente ou des troubles dépressifs comme diagnostic primaire ou secondaire (par ex. comme comorbidité de la sclérose en plaques ou l'épilepsie) pour les patients âgés de 18 ans ou plus qui vivent un épisode dépressif.

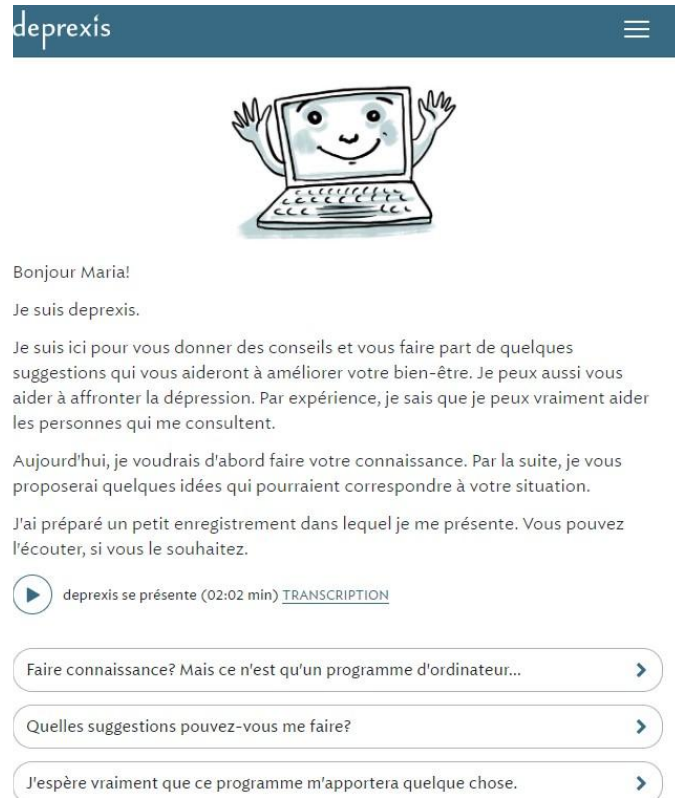
deprexis peut être appelé sous la forme d'un programme interactif en ligne par l'intermédiaire de tout accès à Internet. Le patient reçoit un code d'accès pour l'utilisation de deprexis. Ce code d'accès autorise à utiliser deprexis pendant 90 jours après le premier enregistrement.

### MODE DE FONCTIONNEMENT


deprexis est un programme interactif accessible en ligne et utilisable de façon autonome par les patients souffrant de dépression unipolaire ou d'humeur dépressive. Il repose principalement sur des éléments de traitement reconnus de thérapie comportementale et cognitive.

deprexis vous propose des exercices et des techniques afin de gérer la maladie, vous fournit des informations pour vous aider à mener un mode de vie sain et vous

aide à les appliquer. deprexis fonctionne sous forme de dialogue virtuel et vous offre systématiquement plusieurs réponses possibles afin d'adapter les contenus à vos besoins et à vos souhaits. Si vous en exprimez le souhait, deprexis vous envoie régulièrement des courriels ou des SMS qui vous permettront d'approfondir le contenu des exercices et de l'intégrer à votre quotidien.



deprexis



Bonjour Maria!

Je suis deprexis.

Je suis ici pour vous donner des conseils et vous faire part de quelques suggestions qui vous aideront à améliorer votre bien-être. Je peux aussi vous aider à affronter la dépression. Par expérience, je sais que je peux vraiment aider les personnes qui me consultent.

Aujourd'hui, je voudrais d'abord faire votre connaissance. Par la suite, je vous proposerai quelques idées qui pourraient correspondre à votre situation.

J'ai préparé un petit enregistrement dans lequel je me présente. Vous pouvez l'écouter, si vous le souhaitez.

▶ deprexis se présente (02:02 min) [TRANSCRIPTION](#)

Faire connaissance? Mais ce n'est qu'un programme d'ordinateur... >

Quelles suggestions pouvez-vous me faire? >

J'espère vraiment que ce programme m'apportera quelque chose. >

Fig.1 : Exemple de dialogue dans deprexis

Pour procéder à l'enregistrement initial, vous avez besoin d'un code d'accès. La durée d'utilisation par code d'accès est de 90 jours calendaires après le premier enregistrement. Si vous avez reçu ce code par le biais d'une ordonnance médicale, la durée d'utilisation peut différer. Une fois que vous avez procédé à votre enregistrement, deprexis est à votre disposition quand vous le désirez, protégé par un mot de passe, dans la mesure où vous possédez un accès à Internet et un navigateur compatible. Le traitement de données est toujours en toute cohérence avec le Règlement général sur la protection des données (RGPD) et le Health Insurance Portability and Accountability Act (HIPAA) aux États-Unis. Vous trouverez de plus amples informations concernant la protection des données dans la déclaration de protection des données.

## CONDITIONS D'UTILISATION

Vous avez besoin d'un ordinateur de bureau, d'un ordinateur portable, d'un smartphone ou d'une tablette avec accès à Internet ainsi que d'une version actuelle du navigateur Google Chrome, Mozilla Firefox, Edge ou Safari. Nous recommandons une résolution minimale (logique) de 320 x 568 pixels. De plus, vous avez besoin d'une adresse électronique et, en option, d'un numéro de téléphone portable pour le service SMS. Pour les formats audio, nous recommandons une bande passante de 192 kbits/s.

Comme deprexis vous guide à travers le programme dans un dialogue dynamique, aucune connaissance informatique particulière n'est nécessaire.

## CHAMP D'APPLICATION

deprexis est conçu pour le soutien des patients souffrant de dépression unipolaire ou d'humeur dépressive.

## CONTRE-INDICATIONS



deprexis ne doit pas être utilisé en cas de maladies psychotiques (par ex. la schizophrénie), de troubles bipolaires ou de risque de suicide.

### Explication :

Il existe un risque de suicide lorsqu'un patient a sérieusement eu l'intention d'attenter à sa vie au cours des 90 derniers jours (indépendamment de l'existence d'un plan concret de passage à l'acte). Il existe également un risque lorsqu'un patient a tenté de se suicider dans les 12 derniers mois.

## FRÉQUENCE D'UTILISATION

L'expérience montre que deprexis doit être utilisé idéalement 1 ou 2 fois par semaine à raison d'au moins une demi-heure à chaque fois.

## ÂGE MINIMUM

18 ans. Il n'y a pas de données disponibles pour les patients de moins de 18 ans.

## MISES EN GARDE ET EFFETS INDÉSIRABLES



deprexis ne peut se substituer à un médecin ou à un thérapeute.

Ne modifiez jamais ni une médication ni un traitement en cours sans avoir consulté votre médecin ou votre psychothérapeute. Si votre état ou votre humeur ne s'améliore pas durant une période prolongée (plusieurs jours ou semaines) ou s'aggrave subitement, veuillez contacter votre médecin ou votre psychothérapeute.

Il est possible que certains patients ne profitent pas de l'utilisation du programme, ce qui peut, le cas échéant, provoquer un sentiment de déception.

Il peut arriver que vous ressentiez comme pénible le fait de vous occuper de sujets perturbants. Si l'utilisation du programme est trop pénible pour vous, vous devez faire une pause, suspendre l'utilisation du programme et en parler avec votre médecin / psychothérapeute.

Les exercices ne sont pas tous adaptés de façon équivalente à tous les patients. Si vous trouvez un exercice difficile, désagréable ou perturbant, cessez de l'effectuer. En cas de besoin, adressez-vous à votre médecin / psychothérapeute.

Si vous constatez des effets secondaires liés à l'utilisation de deprexis, signalez-les immédiatement à votre médecin ou à votre psychothérapeute ou adressez-vous par courriel à [info@deprexis.com](mailto:info@deprexis.com).

Tout incident grave lié à l'utilisation du produit doit être communiqué au fabricant ainsi qu'à l'autorité responsable du pays, dans lequel le fabricant détient son siège social.

Vous trouverez d'autres données de contact dans les mentions légales de deprexis sous la rubrique « Aide » ou sur la page d'accueil de deprexis.

Aucune interaction n'est connue à ce jour.

## INDICATIONS POUR LES CAS D'URGENCE

Dans les cas d'urgence (par exemple crises, risque de suicide), contactez immédiatement votre médecin traitant ou votre psychothérapeute ou composez les numéros d'urgence des pompiers ou de la police de votre pays. Quelques exemples :

France :

- Numéro d'urgence général : 112
- Numéro d'urgence du service de secours : 15
- Police : 17
- Aide spirituelle : 0147077777
- Suicide : 3114

## Suisse :

- Samu : 144
- Police : 117
- Service d'assistance téléphonique  
"Dargebotene Hand" : 143

## Allemagne :

- Numéro d'urgence général : 112
- Numéro d'urgence du service de secours : 112
- Police : 110
- Aide spirituelle : 0800 111 0 111 0800 111 0 222
- Suicide : 0800 111 0 111, 0800 111 0 222

## Italie :

- Numéro d'urgence général : 112
- Numéro d'urgence du service de secours : 118
- Police : 113
- Aide spirituelle : 199284284
- Suicide : 800860022, 0633777740

## Espagne :

- Numéro d'urgence général : 112
- Numéro d'urgence du service de secours : 061
- Police : 091
- Aide spirituelle: 90 25 00 002
- Suicide: 717 003 717

## Royaume-Uni:

- Numéro d'urgence général : 999
- Numéro d'urgence du service de secours : 999
- Police : 999
- Aide spirituelle : 111
- Suicide : 116 123

## États-Unis :

- Numéro d'urgence général : 911
- Numéro d'urgence du service de secours : 911
- Police : 911
- Aide spirituelle : 1-800-784-2433
- Suicide : 988

Si vous ne joignez personne aux numéros de téléphone indiqués ou que vous n'y recevez aucune aide, veuillez vérifier si ces numéros n'ont pas changé.

**FABRICANT**

GAIA AG  
Hans-Henny-Jahnn-Weg 53  
22085 Hamburg  
Allemagne  
www.gaia-group.com

Instructions for Use \_deprexis\_FR\_v06

**VERSION DU LOGICIEL**

La version actuelle du logiciel de deprexis est indiquée dans les Mentions légales de deprexis au point de menu «Aide».

**MISE À JOUR DE L'INFORMATION**

2023-04-20

**AUTRES INFORMATIONS**

Si vous avez des questions techniques, vous pouvez vous adresser par courriel à [info@deprexis.com](mailto:info@deprexis.com).

Si vous désirez recevoir gratuitement ce mode d'emploi sous forme imprimée, veuillez en faire la demande à l'adresse électronique du service d'assistance technique indiquée ci-dessus. Nous vous ferons parvenir la version sur papier sous 7 jours calendaires.






Johner Medical Schweiz GmbH  
Tafelstattstrasse 13a  
6415 Arth

**Personne responsable au Royaume-Uni:**

Emergo Consulting (UK) Limited  
c/o Cr360 - UL International  
Compass House  
Vision Park Histon, Cambridge  
UK - CB24 9BZ

**SIGNIFICATION DES SYMBOLES**

	- Attention
	- Fabricant
	- Dispositif médical



- Consultez le mode d'emploi



- Représentant autorisé en Suisse