

## Demicare+

Preventing depression of informal caregivers of people with dementia

<b>Programm / Ausschreibung</b>	DST 24/26, DST 24/26, THCS Call 2024	<b>Status</b>	laufend
<b>Projektstart</b>	01.04.2025	<b>Projektende</b>	31.03.2028
<b>Zeitraum</b>	2025 - 2028	<b>Projektlaufzeit</b>	36 Monate
<b>Keywords</b>	Dementia care; Informal care; Personalized support; Early prediction; Resilience		

### Projektbeschreibung

Informelle Betreuungspersonen von Menschen mit Demenz (ICGD, PwD) stellen in Bezug auf Depression eine Hochrisikogruppe dar, wobei eine von drei ICGD (im Vergleich zu einer von fünf in der Allgemeinbevölkerung) eine entsprechende Symptomatik entwickelt. Bislang besteht ein Mangel an evidenzbasierten Präventionsprogrammen für diese Gruppe im Gesundheits- und Pflegesystem. Es hat sich gezeigt, dass Depressionen bei ICGD die körperliche Gesundheit der Betreuungspersonen beeinträchtigen und zu Problemen bei der Bewältigung des Alltags führen können, bis zu dem Punkt, dass diese ihre Rolle nicht mehr ausfüllen können und selbst professionelle Hilfe benötigen. Darüber hinaus kann sich eine Depression der Betreuungsperson auch negativ auf die Gesundheit der Person mit Demenz auswirken und führt nachweislich auch dazu, dass PwD frühzeitiger einen Bedarf für eine stationäre Pflege aufweisen. Es ist daher wichtig, diesen kaskadenartigen Gesundheitseffekten entgegenzuwirken, indem ICGD unterstützt werden, die ein Risiko oder erste Symptome einer Depression aufweisen.

Das Projekt DemiCare+ zielt darauf ab, eine integrierte Lösung zur Prävention von Depressionen bei ICGD zu implementieren. Das Projekt basiert auf dem personalisierten Informations- und Trainingsangebot der bestehenden DemiCare-App – einer präventiven Selbsthilfeintervention, die bereits Interventionen zum Umgang mit Verhaltensveränderungen von PwD und zur Steigerung der Pflegekompetenz bietet. DemiCare+ zielt darauf ab, dieses Angebot zu ergänzen, indem es einen ganzheitlichen Ansatz zur Bewertung und Unterstützung der Resilienz von Betreuungspersonen bietet. Für die Erhebung von Risiko- und Schutzfaktoren werden reaktive und nicht-reaktive Methoden herangezogen, wobei auch das Potenzial zur Vorhersage früher Anzeichen von Depressionen auf Basis digital erfasster Daten (z. B. Schlafdauer, Anzahl der sozialen Kontakte) genutzt werden soll.

Der bestehende Präventionsansatz wird durch die Anbindung an lokaler Pflegenetzwerke und die Integration lokaler Pflegedienste erweitert. Mikrointerventionen auf der Grundlage der Positiven Psychologie (PP) und der kognitiven Verhaltenstherapie (CBT) werden angewandt, um die Widerstandsfähigkeit und das Wohlbefinden der Betreuungspersonen zu verbessern. Zu diesem Zweck werden sowohl Risikofaktoren wie die Verringerung negativer Kettenreaktionen (d.h. Gefühle von Verlust und Trauer) als auch Schutzfaktoren wie die Stärkung der Selbstwirksamkeit (d.h. der Pflegekompetenz) adressiert.

Um die Wirksamkeit der Intervention zur Depressionsprävention im Hinblick auf die Verringerung depressiver Symptome bei ICDG zu bewerten, wird der DemiCare+ in Österreich, den Niederlanden und Rumänien implementiert, indem es in die

Lokalen Pflegekontexte (z. B. psychiatrisches Krankenhaus, Hausarzt, kommunale Dienste) integriert wird. Diese Implementierungsphase wird von einer aktiven Beteiligung von Public-Health-Expert:innen sowie von potenziellen Anwender:innen und Umsetzer:innen begleitet, um die Durchführbarkeit und Akzeptanz der Demicare+-Intervention in realen Umgebungen zu untersuchen. Neben spezifischen Empfehlungen für die Integration der Demicare+-Intervention in die europäischen Gesundheits- und Sozialsysteme werden die Ergebnisse der Umsetzungsphase auch die Erstellung allgemeiner Leitlinien für die Einführung von präventiven digitalen Gesundheitsmaßnahmen ermöglichen.

## **Abstract**

Informal caregivers of persons with dementia (ICGD, PwD) represent a high-risk group, with 1 in 3 ICGD developing depression vs. 1 in 5 in the general population. Currently there is a scarcity of evidence-based prevention programs available to this group within the health and care systems. It has been shown that depression in ICGD compromises caregivers' physical health, leads to problems to cope with everyday life, and subsequently to inability to maintain their role and need for professional help. Moreover, depression in ICDG can impact health of the PwD adversely and has been shown to also cause the caregivers to place PwD in an institutional care facility more rapidly. It is therefore important to counteract this cascading health effect by supporting ICGD who are at risk or face first symptoms of depression.

The DemiCare+ project aims to implement an integrated solution for preventing depression in ICGD. The project will be based on the personalized information and training offer of the existing DemiCare app – a fully automated self-help preventive intervention that already provides interventions on how to deal with behavioural problems of PwD and for increasing caregiving competency. DemiCare+ aims at complementing this offer by providing a holistic approach for assessing and supporting caregiver resilience. The assessment of risk factors and protective factors will be based on reactive and non-reactive methods, also exploiting the potential of predicting early signs of depression based on data which may be digitally tracked, such as sleep duration and number of social connections.

The existing personalized prevention approach will be extended by connecting to local caring communities and integrating relevant local care services to better support physical care demands. Micro interventions based on Positive Psychology (PP) and Cognitive Behaviour Therapy (CBT) will be applied to enhance caregiver's resilience and wellbeing. Towards this, risk factors, such as reduction of negative chain reactions (i.e., feelings of loss and grief), as well as protective factors, such as the establishment of self-efficacy (i.e., care competency) will be addressed.

To assess the effectiveness of the depression prevention intervention in reducing depressive symptoms among ICDG, the DemiCare+ service will be implemented in Austria, the Netherlands and Romania by integrating it into the standard clinical context (e.g. psychiatric hospital, GP, community services). This implementation phase will be accompanied by an active involvement of public health experts, as well as potential adaptors and implementors to explore the feasibility and acceptability of implementing the Demicare+ intervention in real-world settings. Beyond specific recommendations for integrating the Demicare+ intervention in European health and social ecosystems, results of the implementation phase will also enable the creation of general guidelines for the uptake of digital health preventive interventions.

## **Projektkoordinator**

- AIT Austrian Institute of Technology GmbH

## **Projektpartner**

- Landeshauptstadt Graz
- EURAG Österreich - Verein der Freunde des Bundes für die ältere Generation Europas