

Erstes evidenzbasiertes Angebot gegen Einsamkeit als Teil der Regelversorgung: platoniq App zertifiziert

Platoniq schließt eine Versorgungslücke: Ein evidenzbasiertes, niedrigschwelliges Angebot gegen Einsamkeit ist erstmals über die GKV erstattbar.

BERLIN, GERMANY, June 17, 2026 /EINPresswire.com/ -- Das Berliner Digital-Health-Startup [platoniq](https://www.platoniq.health) hat als erstes Unternehmen in Deutschland die Zertifizierung als Präventionskurs nach § 20 SGB V für ein evidenzbasiertes Angebot gegen Einsamkeit und Stress erhalten. Die Zertifizierung erfolgte durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP). Damit können sich rund 60 Millionen erwachsene GKV-Versicherte bis zu 100% der Kosten des Kurses über ihre Krankenkasse erstatten lassen.

Einsamkeit gilt, etwa bei der Weltgesundheitsorganisation (WHO), als eines der drängendsten Gesundheitsprobleme unserer Zeit. So zeigen Studien deutlich, dass Einsamkeitsbelastungen mit erheblichen gesundheitlichen Risiken und Folgekosten in Milliardenhöhe assoziiert sind. Trotzdem fehlte bis heute in Deutschland ein niedrigschwelliges, evidenzbasiertes Angebot, das über die gesetzliche Krankenversicherung zugänglich ist.

Genau diese Lücke schließt platoniq: Die App nutzt Techniken aus der kognitiven Verhaltenstherapie und wurde in enger Zusammenarbeit mit der Humboldt-Universität Berlin entwickelt. Die Wirksamkeit des Ansatzes ist gut belegt: Eine Meta-Analyse aus dem Jahr 2025 mit über 200 Studien bestätigt, dass psychologische Interventionen Einsamkeit wirksam reduzieren. In der eigenen Pilotstudie des Unternehmens berichteten rund drei Viertel der Nutzer:innen bereits nach vier Wochen von weniger Einsamkeit und gestärkten sozialen Kompetenzen.

"Die Zertifizierung ist für uns ein großer Schritt: Erstmals wird ein Angebot gegen Einsamkeit Teil der regulären Gesundheitsversorgung. Damit möchten wir möglichst vielen Betroffenen zu stärkeren Beziehungen verhelfen.", sagt Lara Sachs, Mitgründerin von platoniq.

Versicherte können den Kurs ab sofort über www.platoniq.health/de beziehen und sich anschließend bis zu 100% der Kosten von ihrer Krankenkasse erstatten lassen.

Dr. Silvan Hornstein
[platoniq.health](https://www.platoniq.health)

[email us here](#)

Visit us on social media:

[LinkedIn](#)

[Instagram](#)

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/920023963>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2026 Newsmatics Inc. All Right Reserved.