

Bild: pixabay

verbraucherzentrale

Bayern

# FIT UND GESUND MIT ODER TROTZ DIGITALER HELFER? CHANCEN UND RISIKEN VON GESUNDHEITS-APPS

8. FACHTAGUNG JUGENDSCHUTZ UND NUTZERKOMPETENZ AM 26. APRIL 2023

Tatjana Halm, Referatsleiterin Recht und Digitales

# WER SIND WIR?

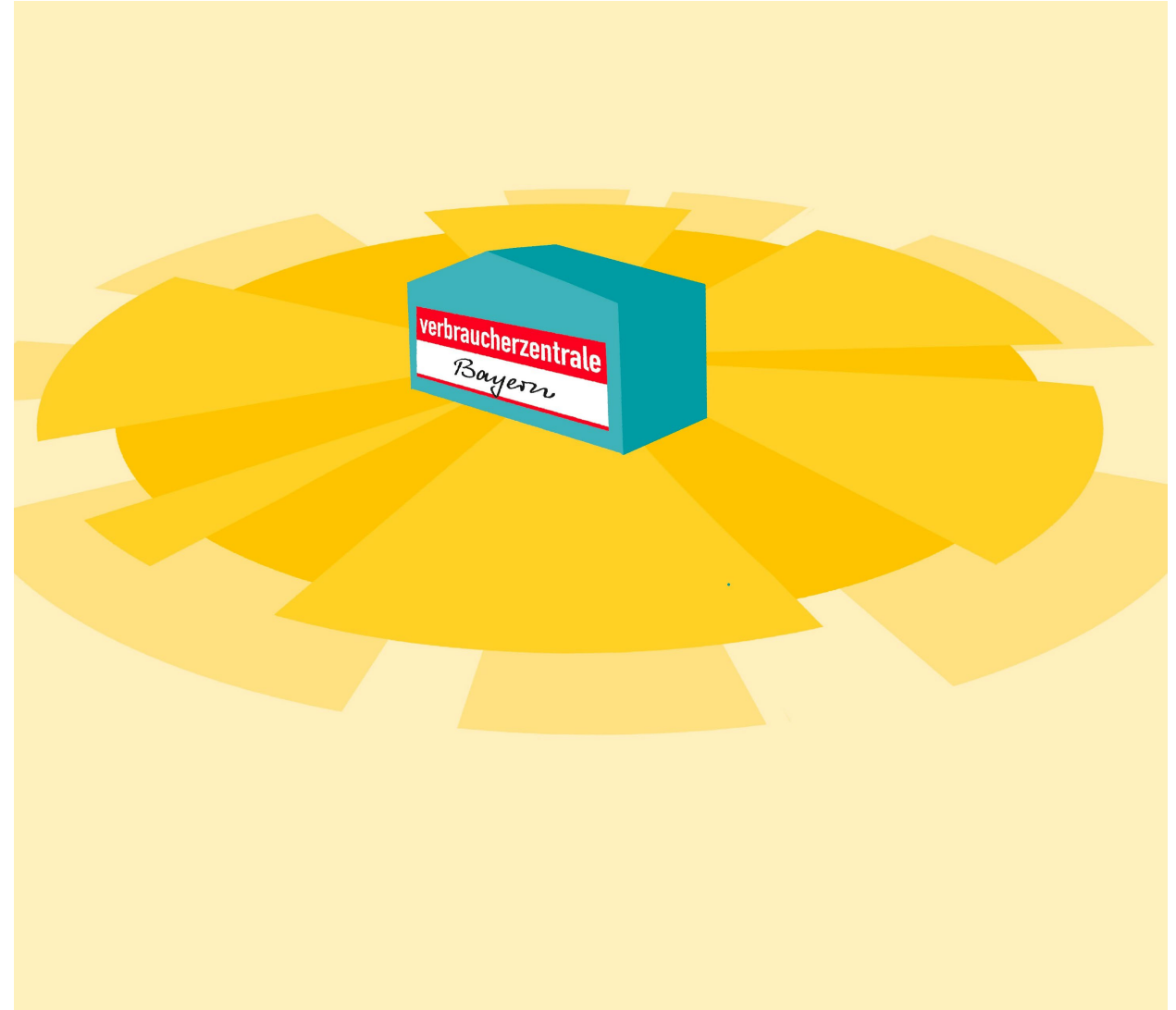
## 1 Gemeinnütziger Verein

- Anbieterunabhängig
- Interessenvertretung der Verbraucher und Verbraucherinnen

## 2 Unsere Aufgaben

- Information
- Beratung
- Bildung
- Marktbeobachtung
- Verbandsklagen

## 3 Wir helfen entscheiden!



# DAS ERWARTET SIE HEUTE



Was sind  
Gesundheits-  
Apps?



Vorteile und  
Heraus-  
forderungen



Schutz der Daten



Hinweise zu  
Gesundheits-  
Apps

# WAS VERSTEHT MAN UNTER GESUNDHEITS-APPS?

# WAS VERSTEHT MAN UNTER GESUNDHEITS-APPS?

## APPS MIT FUNKTIONALITÄTEN FÜR DIE BEREICHE:

- ❖ Gesundheit
- ❖ Medizin
- ❖ Heilkunde
- ❖ Wellness



Foto: pixaby/[stevepb](#)

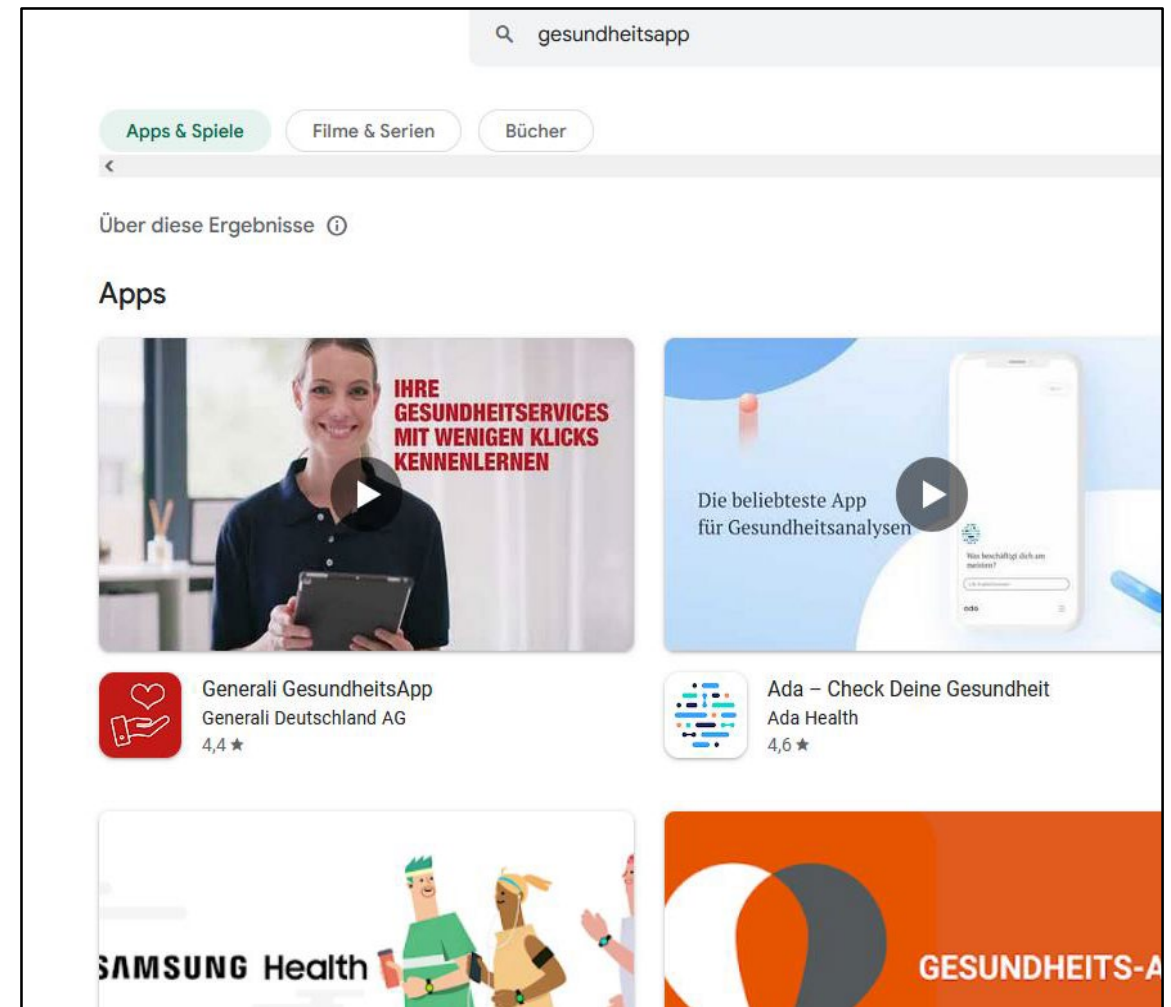
# GESCHÄFTSMODELLE

## 1 Frei zugängliche Anwendungen im App-Store

- Bei Google Play im 3. Quartal 2020 weltweit rund 47.140 medizinische mHealth-Apps
- kostenpflichtig oder finanziert durch personalisierte Werbung bzw. durch die Weitergabe von Daten

## 2 Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA)

- „Apps auf Rezept“
- über Krankenkassen vergütet
- finanzieren sich nicht durch Werbeeinnahmen oder Datenhandel



Screenshot: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1190033/umfrage/anzahl-der-bei-google-play-verfuegbaren-mhealth-apps/>

# APPS AUS DEM APP STORE

FREI VERFÜGBARE APPS SIND HÄUFIG KOSTENLOS UND ERFÜLLEN VERSCHIEDENE ZWECKE

## Beispiele:

- Lifestyle-Apps:
  - ❖ Bewegungs-, Fitnesstracker, Trainings- und Ernährungs-Apps
- Service-orientierte Apps:
  - ❖ Einhaltung von Vorsorgeuntersuchungen, Terminkontrolle zum Impfstatus, Erinnerung an Arzttermine, Erinnerung an Medikamenteneinnahme
  - ❖ Service-Apps der Krankenkassen dienen Verwaltung und Organisation der eigenen Gesundheitsdaten
- Medizinische Apps:
  - ❖ dienen der Diagnose und/oder Therapie von Erkrankungen
  - ❖ Müssen als Medizinprodukt zugelassen sein mit CE-Kennzeichen

# WEITERE ANWENDUNGSBEISPIELE

## EINZELNE KOSTENLOSE ANGEBOTE DER KRANKENKASSEN

- Zur Förderung von gesundheitsbewussten Verhalten:
  - ❖ z.B. zur Vermeidung von Bewegungsmangel, Fehlernährung, Stress
- Onlinetraining zum Analysieren des eigenen Stressmusters
  - ❖ z.B. „Stress im Griff“,
  - ❖ z.B. „Hilfe bei Depression“ der AOK in Kooperation mit App-Anbieter moodgym



### Hilfe bei Depression

Antriebslos, niedergeschlagen, freudlos? Das können Symptome einer Depression sein. moodgym bietet Ihnen eine interaktive Hilfe zur Selbsthilfe!

**moodgym** wurde von australischen Wissenschaftlern entwickelt. Der Name bedeutet „Fitness für die Stimmung“. Das Online-Selbsthilfeprogramm bietet Ihnen zusätzliche Hilfe zur Vorbeugung oder Verringerung von depressiven Symptomen. Es hilft Ihnen, aktiv erste Schritte zu gehen, um Ihre Depression zu überwinden. In fünf verschiedenen Bausteinen lernen Sie, negative Gedankenmuster zu erkennen und durch neue zu ersetzen. Dadurch kann sich auch Ihr Befinden zum Positiven verändern.





# DIGITALE GESUNDHEITSANWENDUNGEN (DIGA)



**Eckdaten der Apps „auf Rezept“:** Apps, die Unterstützung beim Erkennen, Verhüten, Lindern oder Behandeln von Krankheiten, Verletzungen oder Behinderungen bieten.

- seit Oktober 2020 mit Inkrafttreten des „Digitale Versorgungs-Gesetzes (DVG)
- von Ärzten und Psychotherapeuten verordnete Gesundheits-Apps als Kassenleistung bei begründeter Diagnose
- Anbieter sind wissenschaftliche Institute, spezialisierte IT-Unternehmen und Pharmakonzerne
- Medizinische Apps „auf Rezept“ unterliegen einem strengen Zulassungsverfahren
- DiGA-Verzeichnis sind zur Zeit ca. 50 Apps gelistet, <https://diga.bfarm.de/de>

# ZIELE DER DIGITALEN GESUNDHEITSANWENDUNGEN



## 1 Kontrolle und Überwachung

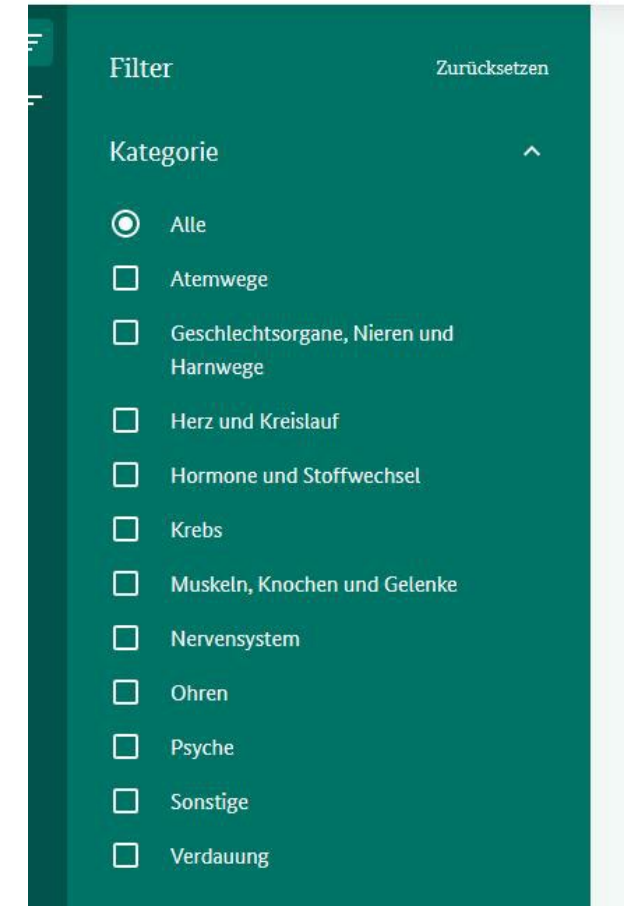
- Überwachung der Blutzuckerwerte
- Tagebuchfunktion: Beobachtung von Krankheitssymptomen und –verläufen
- Überwachung der regelmäßigen Einnahme von Medikamenten

## 2 Diagnostik, Früherkennung

- Beobachtung von z.B. Hautauffälligkeiten zur Früherkennung von Hautkrebs

## 3 Behandlung

- Apps für richtiges Schlafverhalten
- Hilfe bei Tinnitus
- Hilfe bei Rückenschmerzen



# NUTZEN UND GEFAHREN BEI VERWENDUNG DER APPS

# NUTZEN FÜR VERBRAUCHERINNEN UND VERBRAUCHER

## VIELE APPS HABEN EINEN ECHTEN MEHRWERT

- Prävention, Diagnostik oder Therapie
- ❖ Bsp. Fitnesstracker, Blutzuckerwerte u.a.
- Tipps bei Gesundheitsgefahren
- ❖ wie Diabetes, Adipositas
- Allgemeine Gesundheits-Informationen
- ❖ über ausgewogene Ernährung, Fitness oder im Bereich der sexuellen Aufklärung



Foto: pixaby/kinkate

# GEFAHREN VON GESUNDHEITS-APPS

## MÖGLICHKEIT DER FALSCHEN DIAGNOSEN

- keine einheitlichen Qualitätskriterien
  - Einschätzung der Qualität der App dadurch oftmals schwierig
  - eigentliche Anbieter im App-Store sind dem Nutzer häufig nicht bekannt
- 
- ❖ Die wenigsten frei zugänglichen Apps sind wissenschaftlich ausreichend untersucht!
  - ❖ Der medizinische Nutzen dieser Apps ist nicht unbedingt belegt!

# GEFAHREN VON GESUNDHEITS-APPS

## FALSCHES KÖRPER- ODER ROLLENBILDER

- In Werbung, Film und Serien dominieren stereotype Darstellungen mit idealisiertem Körper- und Schönheitsideal.
  - Gerade für Jugendliche und junge Erwachsene besteht die Gefahr, diesem falschen Ideal nachzueifern.
- ❖ Immer auch auf die Gesundheitsgefahren bei exzessivem Sporttreiben achten!
- ❖ Auch auf die Gefahr einer Essstörung achten!



Foto: pixaby/ErikaWittlieb

# GEFAHREN VON GESUNDHEITS-APPS

## VERSTECKTE KOSTEN

Gratis-Programme haben oft begrenzten Funktionsumfang. Wer mehr will, muss zahlen.

- Kostet die App etwas?
- Ist der Betrag angemessen?
- Muss man ein Abonnement abschließen?
- Sind wesentliche Funktionen von der Freischaltung von Upgrades abhängig?

## Beispiel Premium-App „Runtastic“ von adidas:

### LAUFPERFORMANCE VERBESSERN UND ZIELE ERREICHEN: PREMIUM-VORTEILE IN DER ADIDAS RUNNING APP

Lauf deine ersten 5 K, absolviere einen Halbmarathon oder Marathon oder lass dich beim Abnehmen unterstützen. Die **unlimitierten Trainingspläne** in der adidas Running App bringen dich an dein Ziel!

Als **adidas Runtastic Premium-Mitglied** hast du in der **adidas Running App** Zugang zu folgenden Funktionen:

- Trainingspläne zum Laufen
- Intervalltraining
- Story Runs
- Aktivitätsdetails
- Rekorde
- Auto Pause
- Aktivität herausfordern
- Ziel-Pace
- Powersong
- Workout-Ziel (Distanz-, Dauer-, Kalorienziel)
- Verlauf (nach Woche/Monat/Jahr/alle sortieren)
- Erweiterte Statistiken (nach Woche/Monat/Jahr/alle sortieren und vergleichen)
- Balkendiagramme (Dauer und Kalorien werden im Statistik-Bildschirm angezeigt)
- Detaillierte Ziele-Statistik

# DATENSCHUTZ: GESUNDHEITSDATEN ALS BESONDERS SENSIBLE DATEN



# LIFELOGGING

## GEFAHR DER DIGITALEN PROTOKOLLIERUNG DES EIGENES LEBENS

- Von wem werden Daten gespeichert bzw. verarbeitet oder weitergeben?
  - Wo werden Daten gespeichert?  
Auf Smartphone/Tablet selbst oder extern beim Anbieter oder bei einem Dritten?
- ❖ **Achtung:** Bei externer Speicherung verliert der Nutzer möglicherweise die Kontrolle über die Daten.



# GESUNDHEITSDATEN ALS BESONDERS SENSIBLE DATEN

## KOSTENLOSE NUTZUNG WIRD HÄUFIG MIT DATEN BEZAHLT.

- Daten könnten an Dritte weitergeben werden und somit in die falschen Hände geraten.
  - Private, persönliche Daten können geleakt werden.
  - Großes Interesse der Lebensversicherer und anderer Versicherungsunternehmen an Gesundheitsdaten potentieller Kunden.
- ❖ **Schwarzmarkt für Gesundheitsdaten:**  
Wert für eine einzige Gesundheitsakte bis zu 1.000 US-Dollar (Quelle: Heise, Fierce Healthcare )



# TELEMATIK TARIFE

## TELEMATIK TARIFE BEI EINIGEN PRIVATEN KRANKENVERSICHERUNG

- Versicherer überwacht Gesundheit und Fitness der Versicherten
  - Ermittlung eines Score-Wertes
  - Je nach Risikoverhalten gewährt der Versicherer Prämienvergünstigungen
- ❖ **Kritik:** Es entstehen individuelle Tarife, die das Solidarprinzip der Versichertengemeinschaft auflöst (Gefahr der Entsolidarisierung)



# DATENSCHUTZ BEI „APP AUF REZEPT“

## RECHTSVERORDNUNG DES BUNDESGESUNDHEITSMINISTERIUMS

- Kosten für Gesundheits- oder Medizin- Apps übernehmen die Krankenkasse nur, wenn Apps vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) auf Datensicherheit, Datenschutz und Funktionalität geprüft wurden.
  - Daten werden nicht zu Werbezwecken weitergeben.
  - Dadurch relativ hohe Datensicherheit
- ❖ Ärztlich verschriebene Gesundheits-Apps bieten besseren Datenschutz



# TIPPS UND HINWEISE

# TIPPS UND HINWEISE



**Apps können den Gang zum Arzt nicht ersetzen!  
Rücksprache mit behandelndem Arzt bzw. Psychotherapeuten ist ggf. unerlässlich!**

- ➔ Wird die App von einer Krankenkasse empfohlen?
- ➔ Welche Funktion und welchen Nutzen erhoffe ich mir von der App?
- ➔ Wie genau kann sie mich unterstützen – welches Problem löst sie?
- ➔ Brauche ich sie wirklich? Löst sie ein Problem? („toy oder tool“?)
- ➔ Wurde die App bereits von anderen Nutzerinnen und Nutzern bewertet?
- ➔ Achtung: Online-Bewertungen können gefälscht, gekauft oder rein subjektiv sein!

# TIPPS UND HINWEISE



**Apps können den Gang zum Arzt nicht ersetzen!  
Rücksprache mit behandelndem Arzt bzw. Psychotherapeuten ist ggf. unerlässlich!**

- ➔ Die Hinweise des App-Anbieters genau lesen!  
Welche Zugriffsberechtigungen vergebe ich mit Installation der App?
- ➔ AGB und Datenschutzerklärung des Anbieters prüfen!
- ➔ Wer ist der Software-Hersteller und wo hat er seinen Sitz?
- ➔ Wie finanziert sich das Angebot?
- ➔ Sind Ratschläge und Informationen verständlich?  
Wird bei kritischen Ergebnissen darauf hingewiesen, einen Arzt zu Rate zu ziehen?
- ➔ Sind die Inhalte aktuell und verlässlich?

# HABEN SIE NOCH FRAGEN?





## **Impressum**

Verbraucherzentrale  
Bayern e.V.

Mozartstraße 9  
80336 München

[info@vzbayern.de](mailto:info@vzbayern.de)  
[www.verbraucherzentrale-bayern.de](http://www.verbraucherzentrale-bayern.de)