



Smartphone-Apps zu Gesundheitsthemen

Appgefahren

Durch die starke Verbreitung von Smartphones gewinnen mobile Gesundheitsdienste und Service-Apps für Patienten genauso an Bedeutung wie für Arzt und Praxisteam. Doch worauf kann man sich verlassen? Wir werfen einen Blick auf bewährte Anwendungen und gelungene Neuheiten.

Männer gelten allgemein als Präventionsmuffel. Während sich Frauen häufig über Gesundheitsaspekte für sich selbst und die ganze Familie informieren, zucken Männer in der Regel nur mit den Schultern, wenn man sie auf aktive Gesundheitsvorsorge anspricht: „Nicht mein Thema.“ Ganz anders sieht es dagegen aus, wenn Männer sich mithilfe digitaler Technik gesund halten können. Dann stehen sie dem weiblichen Geschlecht in nichts nach. Denn jeder fünfte Mann und jede fünfte Frau in Deutschland nutzt bereits Gesundheits-Apps wie Schrittzähler, Einkaufsratgeber oder Ähnliches. Während bei den Männern sogar 42 Prozent der Nutzer sagen, dass sie sich dadurch

gesundheitsbewusster verhalten, sind es bei den Frauen lediglich 30 Prozent. Dies ergab eine Forsa-Umfrage im Auftrag des AOK-Bundesverbandes im Frühjahr 2013.

Valide Kriterien

Die Bandbreite von Apps in den Apple-, Android- und Windows-Stores ist beeindruckend. Nach Angaben des Branchenverbands Bitkom haben die Deutschen im vergangenen Jahr über 1,7 Milliarden Mal Apps auf ihre Mobiltelefone geladen. Und in der Flut an Apps fällt es zunehmend schwer, seriöse und nützliche Angebote von fragwürdigen Anwendungen zu unterscheiden. Das ist im Gesundheitsbereich natürlich besonders kritisch. Für Patienten fehlen Infor-

mationen, die objektiv über die Möglichkeiten der Anwendung aufklären, aber gleichzeitig wie der Beipackzettel eines Arzneimittels etwaige Risiken und Nebenwirkungen benennen. Da liegt es für Patienten nah, vielleicht doch mal in der Hausarztpraxis nachzufragen.

Grundsätzlich sollte man nicht nur kritisch die Funktion der Apps hinterfragen, sondern vor allem mit den Daten vorsichtig sein, die übertragen werden. Die aktuellen Enthüllungen zum Datenschutz sollten vorsichtig machen, dass alles, was man dem Smartphone (und damit dem Internet) anvertraut, auch ausgewertet werden kann – theoretisch zumindest. Gute Apps weisen deshalb immer auch darauf hin, ein eventuelles Datenrisiko und den Nutzen abzuwägen und dann zu entscheiden, welche Informationen man preisgibt. Dass bei akuten medizinischen Problemen sofort ein Arzt aufgesucht werden sollte, versteht sich von selbst.

Patienten (und Sie als Praxisteam natürlich auch) sollten grundsätzlich bei der Installation und Nutzung einer App auf die Details achten: Muss eine App zum Beispiel Zugriff auf Ihr Adressbuch haben, wenn sie nur Daten dokumentieren soll? Natürlich nicht. Verlangt die App nach solchen Dingen, die für ihre eigentliche Funktion nicht nötig sind,

sollte man hellhörig werden. Auch die Weitergabe von Daten macht höchstens dann Sinn, wenn diese Daten an eine seriöse medizinische Versorgungseinrichtung übermittelt werden. Achten Sie auch darauf, wo die Daten gespeichert werden, auf dem Smartphone oder extern? Nur wenn die Speicherung auch ohne Internetverbindung funktioniert, können Sie sicher sein, dass die Daten auf Ihrem Gerät gespeichert werden und damit zumindest weitgehend unter Ihrer Kontrolle sind.

Plausibilität prüfen

Auch beim Inhalt ist eine kritische Begutachtung der App sinnvoll. Schauen Sie sich insbesondere von der App errechnete Werte genauer an und überprüfen Sie ihre Plausibilität. Wenn Sie sich unsicher sein sollten, holen Sie eine Zweitmeinung, z. B. durch den Arzt ein. Gesundheits-Apps können Ihnen den Alltag erleichtern, ersetzen jedoch andere Messinstrumente nicht. Gerade bei Patienten mit chronischen Krankheiten können solche Anwendungen die Compliance verbessern. Manche modernen Blutzucker-Messgeräte besitzen z. B. eine Taste für den Versand

der Messwerte. Unterscheiden sich gemessene Blutzucker- oder Blutdruckwerte aber stark von bisherigen, beim Arzt gemessenen, muss diese Diskrepanz geklärt werden. Zu guter Letzt ist es wichtig, dass die Beschreibungen klar und deutlich sind und nicht zu Missverständnissen führen können. Oft sind Übersetzungsfehler daran schuld. Nur eine verständliche App kann Patienten und Team unterstützen, sonst werden falsche Schlüsse gezogen.

Potenziale nutzen

Auch die Krankenhaus-Informationssysteme (KIS) werden mittlerweile mobil, indem ein iPad oder ein Smartphone die Arztkladde ersetzen und aktuell mit Labor- oder Röntgenbefunden gefüttert werden. Und man muss kein Prophet sein, um vorherzusagen, dass auch die Anbindung an die Praxisverwaltungssysteme nur eine Frage der Zeit ist.

Auch die beiden großen Krankenkassen AOK und BARMER GEK bieten Apps an: Beide Kassen haben gerade Smartphone-Anwendungen zur Arztsuche und Arztbewertung gestartet (siehe Kasten). Die AOK bietet außerdem einen Vorsorgemanager und die App „Bewusst einkaufen“, die die Nährwertangaben von Lebensmitteln nach Einscannen ihres Barcodes mit den Ampelfarben rot, grün und gelb kennzeichnet.

Gelungene Beispiele

Die Ärzte-Zeitung hat im Rahmen einer Serie „Apps im Gesundheitswesen“ im Lauf des Jahres 2013 eine ganze Reihe von guten und sinnvollen Gesundheits-Apps vorgestellt. Dazu gehört die App CheckMe, die im Klinik- oder Praxisbetrieb helfen soll, Kunstfehler zu vermeiden. *Back to Job* unterstützt Patienten mit Depressionen beim Wiedereinstieg in den Beruf, *iFly safe* bietet sich als Venentrainer für lange Reisen an und die *MRSA-App* soll Ärzte, MFA und Patienten über den richtigen Umgang mit MRSA aufklären. Die Apps finden Sie kostenlos in den Appstores von Apple und Android. Links auch unter:

www.info-praxisteam.de

Blick in die Zukunft

Und wie geht es weiter? Nach der „Europa 2020“-Strategie der EU sollen alle EU-Bürger bis zum Jahr 2020 telemedizinische Dienstleistungen europaweit in Anspruch nehmen können. Das epSOS-Projekt (European Patients Smart Open Services) soll es zum Beispiel möglich machen, dass ein behandelnder Arzt am Urlaubsort in Italien auf die Patientenakte eines deutschen Patienten zugreifen kann und mithilfe der ICD-Kennziffern automatisch ein übersetztes Datenblatt erhält. Am epSOS-System arbeiten derzeit 700 Programmierer, die sich mit 40 Standards in 23 Staaten beschäftigen müssen. Geht alles nach Plan, soll epSOS bis etwa 2018 europaweit verfügbar sein.

Arztsuche und -bewertung als App

Ärzte suchen und bewerten – das ist mit den neuen Apps zum Arztbewertungsportal von AOK, BARMER GEK, TK und Weisse Liste jetzt auch mobil möglich. Nach einer Anmeldung können die Versicherten der beteiligten Krankenkassen über die Smartphone-Anwendungen ihre Ärzte mit einem wissenschaftlich entwickelten Fragebogen bewerten. Die Suchfunktion steht allen interessierten Nutzern zur Verfügung: Mit der App kann man sich blitzschnell die Ärzte in der Umgebung anzeigen lassen – auf Wunsch auch in einer Kartenansicht. Die kostenlose App gibt es für Android Smartphones und iPhones.

www.aok.de/arztapp

www.barmer-gek.de/141608



Smartphone-Apps können helfen, das Thema Gesundheit in neue Zielgruppen zu tragen. Das haben auch die großen Kassen erkannt.