

Digitale Transformation gestalten

Schmerz-Apps selbstbestimmt nutzen
Was können Schmerz-Apps und digitale Lösungen?
Dr. Ursula Kramer, Apothekerin, MBA
HealthOn, sanawork Gesundheitskommunikation, Freiburg



Interessenkonflikt

Dr. rer. nat. Ursula Kramer, Pharmazeutin, MBA


sanawork Gesundheitskommunikation, Freiburg
• Geschäftsführerin


Informations- und Bewertungsplattform für Gesundheits- & Medizin-Apps
• Gründerin der Plattform
• HealthOn Verein, Präsidentin

AG Digital Health, Deutsches Netzwerk Versorgungsforschung e. V.
• Sprecherin, gemeinsam mit Prof. H. C. Vollmar, Jena



2



Sind Apps eine Lösung für Schmerzpatienten?

Wecken Hoffnungen

Chronischer Schmerz

- Komplexes Krankheitsbild
- Multimodale Therapie
- viele Betroffene
- Defizitäre Versorgung¹
- Große Zugangshürden zu schmerztherapeutischer Versorgung

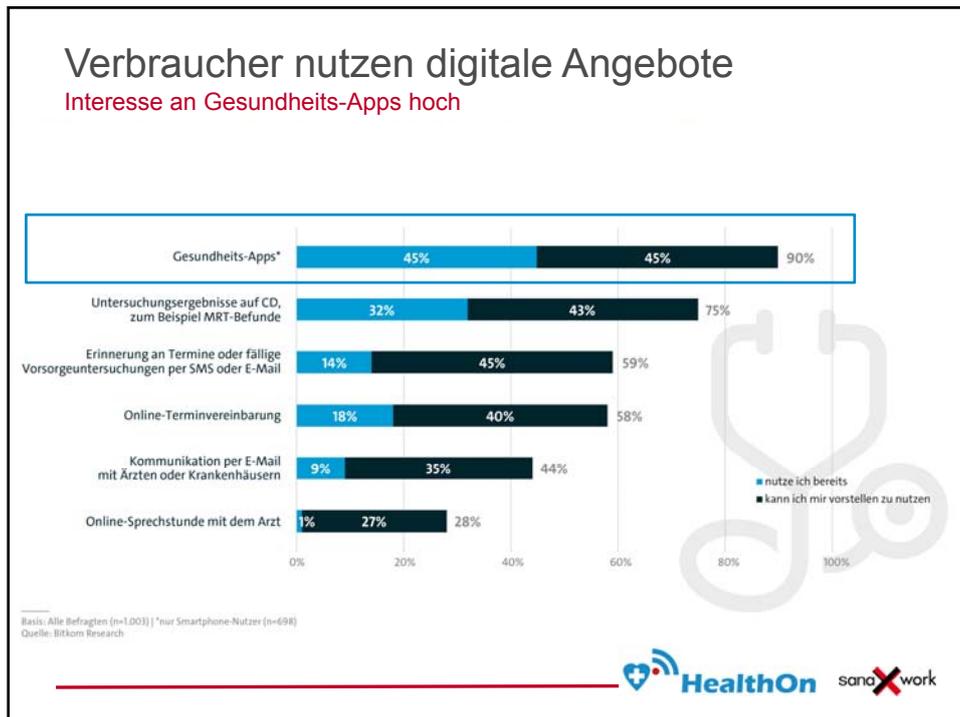
Rationale für Schmerz-Apps

- Weite Verbreitung von Smartphones
- großes Interesse an Gesundheits-Apps²

Bessere Erreichbarkeit von Schmerzpatienten dank Apps?



(1) Nationales Versorgungsforum Schmerz. 12.11.2015, Berlin
(2) Bitkom Research. Fast jeder 2. nutzt Gesundheits-Apps



Sind Apps eine Lösung für Schmerzpatienten?

Schmerz-Apps bieten Unterstützungen auf vielen Ebenen

- Transparenz über schmerztherapeutische Versorgung
 - ▶ *Therapeutensuche*
- Wissen** über chronische Schmerzen
 - ▶ interaktiv, individuell, audiovisuell
- Digitales **Schmerztagebuch**
 - ▶ Überall, einfach dokumentierbar
 - ▶ Auswertungen, Teilen der Daten mit Dritten
- Anleitung** zu Bewegungs- & Entspannungsübungen
 - ▶ Überall, audiovisuell, Lernfortschritt
- Erinnerung** an Medikation, Termine, Übungen etc.
 - ▶ Rund um die Uhr, individuell
- Austausch mit anderen Betroffenen**
 - ▶ Rund um die Uhr, individuell
- Motivation & Feedback**
 - ▶ Impulse zur Verstetigung von Verhalten
 - ▶ Zusammenhänge erkennen zw. Verhalten/Umwelt/Medikation & Schmerz

<https://www.healthon.de/testberichte>

HealthOn sanawork

6

Gesundheits-Apps selbstbestimmt nutzen

Status Quo – Markttransparenz

„...eigenständig,
eigenverantwortlich,
nach eigenem Willen.“
Duden



- Welche Apps gibt es für mich als Schmerz-Patient?



7

Das „Gesundheits-App-Dilemma“

Wenige „relevante“ Apps – kaum auffindbar



2.981.487	Jede 23. App ist eine Gesundheits-App*
132.476	Jede 230. App ist eine deutschsprachige Gesundheits-App
13.079	Jede 2.500. App ist eine deutschsprachige Gesundheits-App mit mehr als 50.000 Downloads
1.192	

Quelle: HealthOn Health-App Dashboard Feb. 2017, Gesundheits-Apps – App
in den Kategorien „Gesundheit & Fitness“ sowie „Medizin“, Google Play
https://www.healthon.de/health-app_dashboard



Gesundheits-Apps selbstbestimmt nutzen

Status Quo: Orientierung für Verbraucher





- *Hohe Intransparenz erschwert die selbstbestimmte Nutzung!*
- *Schlechte Gesundheitskompetenz verstärkt das Problem*



Schaeffer D, Berens EM, Vogt D: Health Literacy in the German population – results of a representative survey. Dtsch Arztebl Int 2017; 114:53-60. DOI: 10.3238/arztebl.2017.0053




9 ·

Regulierung von Gesundheits- & Medizin-Apps

Angebot in den Stores* mit ganz wenigen Ausnahmen – unreguliert!

Apps, die vom Hersteller mit einer **medizinische Zweckbestimmung** in Verkehr gebracht werden (s. MDD 2007/47/EG, §3 MPG), erfordern CE-Kennzeichnung



CE zertifizierte deutschsprachige Gesundheits-Apps:
< 20 !!

Dokumentation, Softwareentwicklung, Softwaretesting, Softwarevalidierung (EN 62304), Gebrauchstauglichkeit (IEC 60601-1-6 / EN 62366), Risikomanagement (ISO 14971) Versionsmanagement ggfls. weitere, spezifische Anforderungen z.B. IEC 80001

4 Schmerz-Apps als Medizinprodukte





= Kein Nutznachweis!




<https://www.healthon.de/testberichte>. *GooglePlay, 09/2017

Gesundheits-Apps selbstbestimmt nutzen

Status Quo – Markttransparenz



eigenständig,
eigenverantwortlich,
nach eigenem Willen
Duden

- Kann ich den Informationen/Empfehlungen vertrauen?
- Schützt die App meine (Datenschutz-)Rechte, meine Sicherheit?



Eine Überprüfung auf fachliche Richtigkeit erfolgt **nicht!**



Ein Nutznachweis erfolgt – auch bei regulierten, CE-gekennzeichneten Apps - **nicht!**

11



Was ist eine „gute“ Schmerz-App?

Orientierungsmöglichkeiten für Patienten



1 Risiko checken

2 Vertrauenswürdigkeit & Sicherheit einschätzen

3 Apps selbstbestimmt auswählen & nutzen

<https://www.healthon.de/checkliste>



Risiko einer Gesundheits-App verstehen

Voraussetzung für selbstbestimmte Nutzung

Funktionen: Was kann die App?

- z. B. Informieren**
Tipps, Grenzwerte, Begriffserklärungen
- z. B. Tagebuch führen**
Impfungen, Arzttermine, Gesundheitsdaten, Schritte, etc.
- z. B. Motivieren**
Erinnern, Feedback
- z. B. Teilen**
Gesundheitsdaten z. B. Gewicht, Blutdruck, Blutzucker, etc.

Ziele: Wobei hilft mir die App?

Wie nutze ich die App?

Kramer, U. Wie gut sind Gesundheits-Apps?
 Aktuell Ernährungsmed 2017; 42(03): 193-205. DOI: 10.1055/s-0043-109130

Risiko einer Gesundheits-App?

Abhängig von der Vertrauenswürdigkeit des Anbieters

Wer ist Anbieter der App?

- Krankenkasse Unabhängigkeit?
- Arzneimittelhersteller Interessenskonflikte?
Vertrauen?
- Selbsthilfeorganisation
- Sonstige, z. B. Verlage, Agenturen, App-Hersteller

Was kostet die App?

Kaufpreis?
In-App-Käufe?

Gesundheitsdaten?

Kramer, U. Wie gut sind Gesundheits-Apps?
 Aktuell Ernährungsmed 2017; 42(03): 193-205.
 DOI: 10.1055/s-0043-109130

Potentielles Risiko hoch?

Prüfung der Basisangaben zu Qualität & Transparenz besonders wichtig

F Z N A K

Algorithmus

$(F1+F2+F3+...)$
 $\times Z \times N \times A \times K = V1 \text{ bis } V4$

F = Unterstützungsfunktionen der App (dokumentieren, erinnern, Daten teilen, etc.)
 Z = Vorrangiges Gesundheitsziel der App (Fitness, Gesundheitsvorsorge, Krankheitsbewältigung, Diagnose & Therapie, etc.)
 N = Nutzungshäufigkeit der App (einmalig, selten, dauerhaft)
 A = Anbieter der App (bekannt, unbekannt, vertrauenswürdig)
 K = Kosten der App (kostenlos/kostenpflichtig)
 V = Vertrauensklasse der App: V1 (0-20), V2 (20-50), V3 (50-70), V4 (>70)

Gesundheits-Apps:
Risikoklasse 1 - 4 (0 bis >70)

Kramer, U. Wie gut sind Gesundheits-Apps?
 Aktuelle Ernährungsmed 2017; 42(03): 193-205. DOI: 10.1055/s-0043-109130

Kriterien zur Prüfung von Qualität & Unabhängigkeit

Was Patienten selbst prüfen können: Angaben des Anbieters

	Datenschutzhinweis	Schutz der Nutzerdaten/ Gesundheitsdaten?		
	Autorenangaben			
	Quellenangaben	Sachverständigkeit?		
	Werbefrei			
	Finanzierungsangaben	Unabhängigkeit?		
	Kontaktdaten			
	Impressum	Haftung?		

Checkliste:
 „Gute“ Gesundheits-Apps finden:
www.healthon.de/checkliste

<https://www.healthon.de/ehrenkodex>
 ebm-Netzwerk: Leitlinien Qualität von Gesundheitsinformationen, 02/2017

Schmerz-Apps Status Quo 09/2017

Derzeitiges Angebot für deutschsprachige Patienten



- ▶ Wie viele Schmerz-Apps gibt es? In welchen Indikationen?
- ▶ Welche Unterstützungsansätze bieten sie?
- ▶ Wie hoch ist das potentielle Risiko für Nutzer?
- ▶ Wie groß ist die Nachfrage?
- ▶ Wie schneiden die Apps in Punkto Qualität & Transparenz ab?
- ▶ Wer sind die Anbieter?
- ▶ Wie viele Schmerz-Apps sind CE-gekennzeichnet?

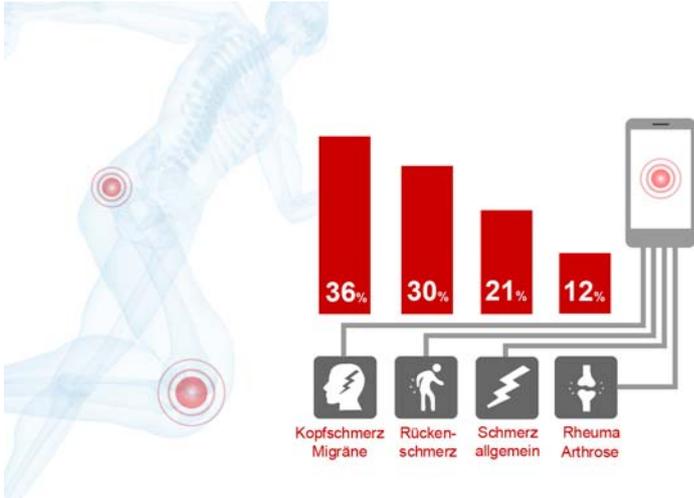
<https://www.healthon.de/testberichte>

HealthOn sanowork

17

Schmerz-Apps: Für welche Indikationen?

33 Schmerz-Apps, deutschsprachig, kostenlos, Google Play, Stand 09/2017

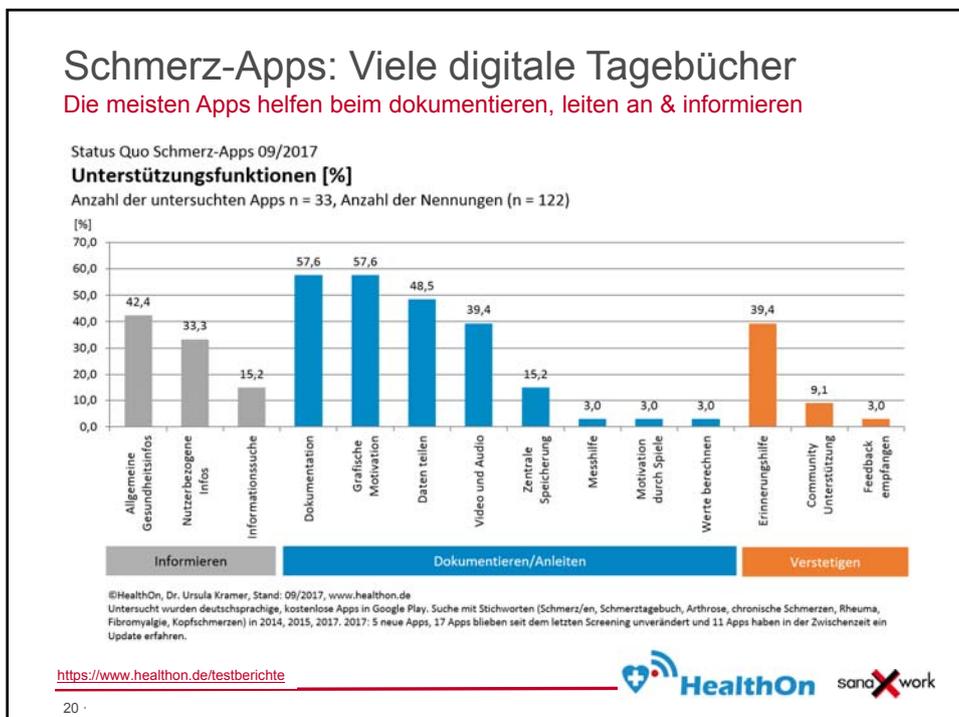
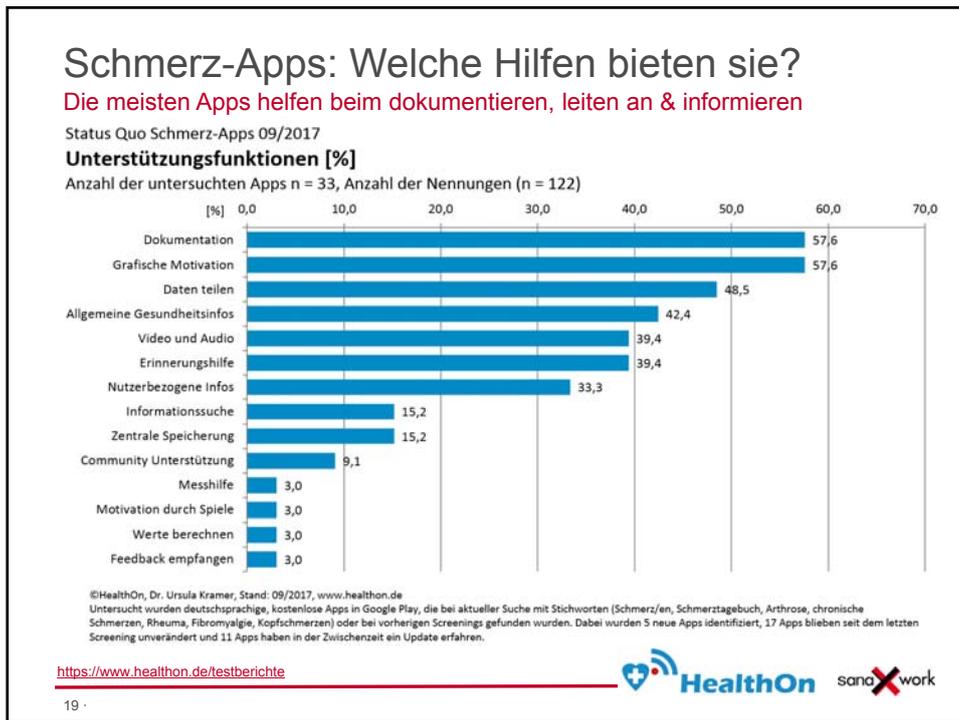


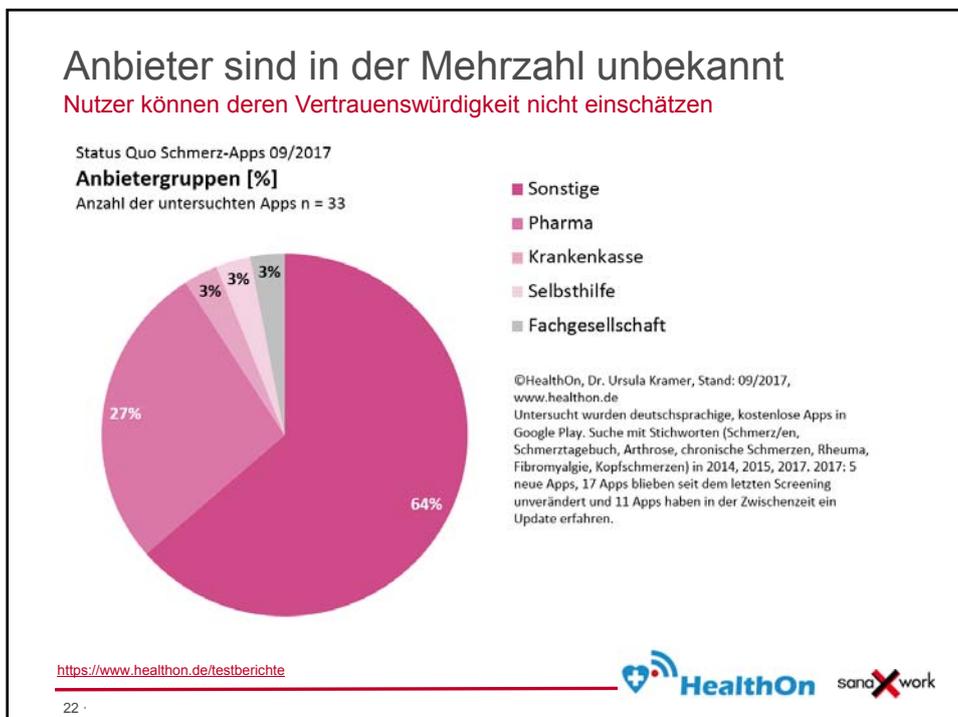
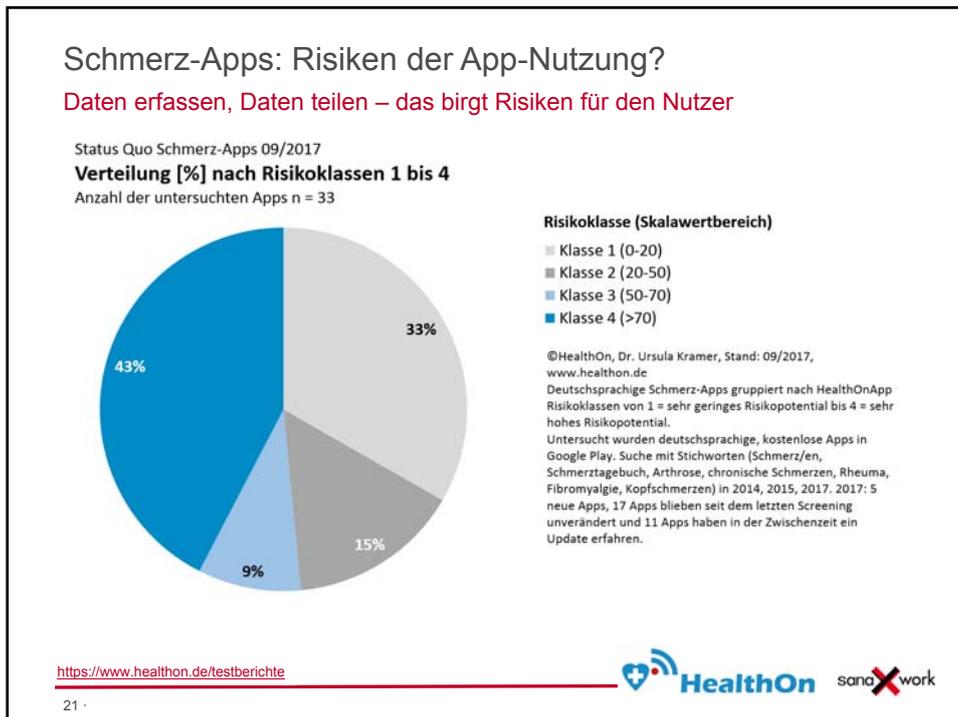
Indikation	Prozent
Kopfschmerz Migräne	36%
Rücken- schmerz	30%
Schmerz allgemein	21%
Rheuma Arthrose	12%

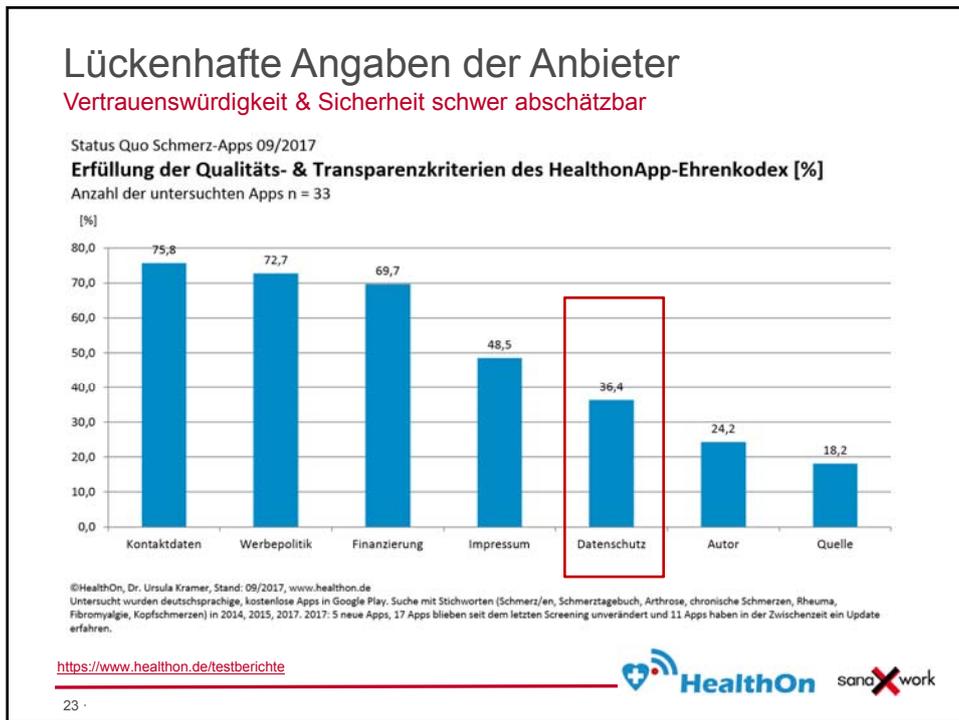
Status Quo Schmerz-Apps 09/2017
www.Healthon.de Copyright Dr. Ursula Kramer

HealthOn sanowork

18







Sind Apps eine Lösung für Schmerzpatienten?

Viele Hürden – für Schmerzpatienten & Schmerztherapeuten

Transparenz & Qualität

- ▶ Welche App für mein Problem?
- ▶ Welche ist **vertrauenswürdig**?
- ▶ Welche unterstützt mich **wirksam**?
- ▶ Welche schützt mich & meine Daten?
- ▶ Welche wird erstattet?

Arzt-Patientenkommunikation

- ▶ *Nutzennachweis?*
- ▶ *Anbindung an die Regelversorgung?*
- ▶ *Sicherer Datenaustausch?*
- ▶ *Haftung?*
- ▶ *Honorierung?*
- ▶ *Erstattung?*

Selbstbefähigung von Patienten?

Neue Bausteine in multimodalen Therapiekonzepten?

<https://www.healthon.de/testberichte>

HealthOn sanowork

25

Health-Apps selbstbestimmt nutzen

Was brauchen wir.. Neben einer elektronische Patientenakte (ePA, TI)

Digital Health Literacy stärken

- ▶ Von Nutzern: Patienten/Verbraucher
- ▶ Von Therapeuten/Behandlern

Einfacher Zugang zu Health-App-Finder/-Suche

- ▶ Verständlich, unabhängige, qualitätsgesicherte, nutzerorientierte Informationen
- ▶ Gestufte Informationstiefe – für Patienten & Therapeuten
- ▶ Hohe Sichtbarkeit – App-Finder auf Websites von Ärzten, Apothekern, Krankenkassen

Kooperative (Weiter-)Entwicklung von Qualitätskriterien

- ▶ Einbindung aller Stakeholder, med. Fachgesellschaften
- ▶ Evaluation von Nutzen von Medizin-Apps
- ▶ Evaluation der Informationsangebote

Finanzierungsmodelle

- ▶ Für die digitalen Angebote und deren Nutzung
- ▶ Für die qualitätsgesicherten Informationen & Orientierungshilfen auf App-Portalen

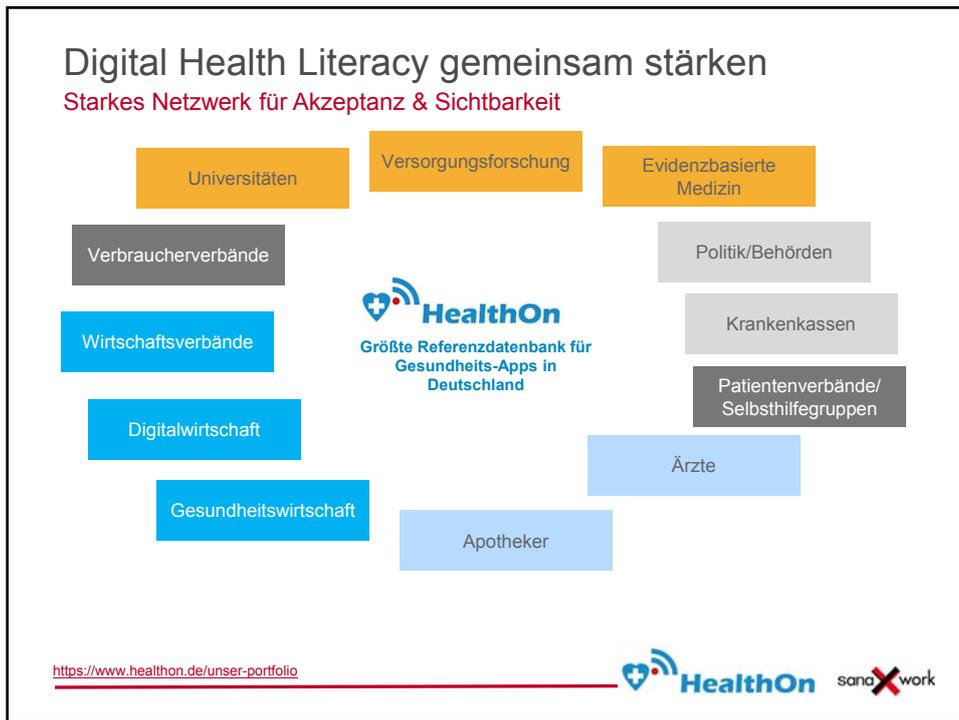
Selbstbefähigung von Patienten?

Neue Bausteine in multimodalen Therapiekonzepten?

<https://www.healthon.de/testberichte>

HealthOn sanowork

26



Chancen nutzen, Risiken verantwortlich steuern

Kontakt
HealthOn
c/o sanowork Gesundheitskommunikation
Dr. Ursula Kramer
Telefon: 0761 151548-0
ursula.kramer@healthon.de
Emmy-Noether-Str. 2 · 79110 Freiburg

Studie
Gesundheits- & Versorgungs-Apps 2015
Universität Freiburg &
sanowork Gesundheitskommunikation
<https://www.tk.de/centaurus/servlet/contentblob/24464/Datei/143235/Studie-Gesundheits-und-Versorgungs-Apps.pdf>

Healthon
@UrsulaKramer12

HealthOn sanowork

28