



Gesundheit als Download

Ob Fahrplanauskunft, Monsterjagd oder Blutdruckkontrolle – ein Leben ohne Smartphone scheint vielen Menschen heute undenkbar. Wie sich der Markt für Gesundheits-Apps entwickelt und was passieren muss, damit sie Verbrauchern Nutzen bringen, analysiert **Kai Kolpatzik**.

Die ersten Apps zum Download für Smartphones kamen im Sommer 2008 auf den Markt. Seither hat sich ihre Zahl exponentiell vervielfacht. Heute stellt sich kaum eine Frage des täglichen Lebens, für die nicht eine App die Lösung bieten will. Zum Start vor acht Jahren gab es etwa 500 dieser Programme für mobile Anwendungen. Sie verzeichneten binnen weniger Tage zehn Millionen Downloads. Nach Angaben von App-Anbietern sind aktuell allein für die Bereiche Lifestyle (beispielsweise Ernährung und Entspannung), Gesundheit und Fitness, Medizin und Sport über 836.000 Apps im Angebot. Dies entspricht einem Anstieg von über 50 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Auf den Bereich Gesundheit und Fitness entfallen mehr als 153.000 Apps, auf den Medizinbereich über 86.000. Das entspricht Steigerungsraten für diese beiden Bereiche von ebenfalls über 50 Prozent beziehungsweise über 30 Prozent gegenüber dem Vorjahr (siehe Abbildung „Gesundheit to go boomt“ auf Seite 23). Die Hoffnung, Gesundheits-Apps könnten wie ein Schweizer Messer mit einem individuellen Nutzen versehen und auf den mobilen Kontext zugeschnitten sein, scheint sich nicht zu erfüllen. Vielmehr gleicht der App-Markt mittlerweile einem kaum überschaubaren Dschungel.

Wenige Apps halten ihre Versprechen. Die bisher größte Studie des IMS Institute for Healthcare Informatics erbrachte Ende 2013 erste gesicherte Erkenntnisse zur inhaltlichen Umsetzung von medizinischen und Gesundheits-Apps („Patient Apps for Improved Healthcare“). Das Institut hat über 40.000 Gesundheits-Apps der Onlineplattformen Apple iTunes und Google Play unter die Lupe genommen. Insgesamt analysierten die IMS-Experten 43.689 Apps, die unter den Stichworten „Gesundheit und Fitness“ sowie „Medizin“ im Angebot waren, und prüften sie auf ihren Nutzen hin. Gut die Hälfte der Apps schlossen sie direkt aus, da kein medizinischer Nutzen zu erkennen war. Die verbliebenen 23.862 Apps (darunter 7.407 für Experten und 16.275 für Laien)

Web- und Lesetipps

- www.charismha.de Informationen über die Studie „Chancen und Risiken von Gesundheits-Apps“
- www.bfarm.de > Medizinprodukte > 9.10.2015 „Orientierungshilfe Medical Apps“
- G+G-Spezial 11/2015: Doktors digitale Helfer. Download unter: www.aok-bv.de > Hintergrund > Gesundheit und Gesellschaft > G+G-Spezial



Glossar

Auch wenn es keine verbindliche Definition für gesundheitsbezogene Apps gibt, hat sich laut „Healthon“, einer Info- und Bewertungsplattform für Health-Apps, die folgende Systematik bewährt:

Gesundheits-Apps richten sich an gesunde Nutzer, die sich mit der App bei einem gesundheitsförderlichen Lebensstil unterstützen wollen, die ihre Ressourcen – zur Entspannung, zum besseren Verständnis ihres Körpers, zu einer gesunden, bewegten Lebensführung – mithilfe einer App stärken wollen.

Medizin-Apps sind im Gegensatz dazu für Patienten oder deren Angehörige bestimmt, die nach einer Unterstützung suchen, um ihren Alltag, zum Beispiel mit einer chronischen Krankheit, besser bewältigen zu können. Diese Apps sind darauf ausgerichtet, die Selbstbefähigung von Betroffenen zum Krankheitsmanagement zu stärken. Auch Apps, die Angehörige von Heilberufgruppen (Ärzte, Pflegekräfte, Therapeuten) zum Beispiel mit Nachschlagewerken, Dosierungsrechnern, medizinischen Entscheidungshilfen in ihrem Praxis- oder Klinikalltag unterstützen, zählen zu den Medizin-Apps.

Sowohl Gesundheits-Apps als auch Medizin-Apps können als **Medizinprodukte** in Verkehr gebracht werden, wenn der Anbieter sie mit einer „primären medizinischen Zweckbestimmung“ anbieten will. Dies ist erforderlich, wenn die App die Vermeidung, Diagnose oder Therapie von Krankheiten unterstützen soll. Diese Apps müssen ein EU-Konformitätsverfahren durchlaufen, um ein CE-Kennzeichen tragen zu dürfen.

Quelle: www.healthon.de

unterteilen die Forscher nach ihrer Funktion. Die meisten der analysierten Apps ließen sich den Kategorien Wellness, Diät und Fitness zuordnen und bestanden lediglich aus einer informativen Faktensammlung. Diagnose- und Compliance-Apps – letzteres sind Programme, die der Erhöhung der Therapietreue dienen sollen – waren am wenigsten vertreten. Während mehr als 50 Prozent der zur Verfügung gestellten Gesundheits-Apps lediglich auf unter 500 Downloads kamen, entfielen auf fünf Apps 15 Prozent der 660 Millionen Gesamt-Downloads. Die IMS-Experten teilten die Gesundheits-Apps nach ihrer Funktion in sieben Kategorien ein und maßen anhand von 25 individuellen Kriterien ihre Funktionalität. Die Apps konnten so Werte bis 100 erreichen. Das Ergebnis zeigt an, wie gut eine App ihre Aufgabe erfüllte. Eine einfache Erinnerungs-App zur Verbesserung der Therapietreue bei der Medikamenteneinnahme konnte folglich mit 100 bewertet werden. Es zeigte sich allerdings, dass 90 Prozent der Apps lediglich Werte von unter 40 erreichten. Damit hielten die wenigsten Apps das, was sie versprochen.

Systematische Studie zu Chancen und Risiken von Apps. Einen systematischen Ansatz verfolgt die im Frühjahr 2016 veröffentlichte und vom Bundesministerium für Gesundheit geförderte Studie CHARISMHA („Chancen und Risiken von Gesundheits-Apps“), die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler unter Leitung von Dr. Urs-Vito Albrecht (*Gesprächspartner im folgenden Interview*) am Peter L. Reichertz Institut für medizinische Informatik in Hannover erarbeiteten. Charismha befasst sich mit den Rahmenbedingungen und Handlungsfeldern, den

Herausforderungen, den Hemmnissen, den Strategien und Chancen von Gesundheits-Apps. Sie zeigt Handlungsmöglichkeiten für Entscheidungsträger im Gesundheitssystem auf und berücksichtigt dabei Aspekte wie Patientenorientierung, Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz. Sie beleuchtet Anwendungen in Prävention, Diagnostik, Therapie und Forschung, erkundet die Marktsituation, Erstattungsmöglichkeiten durch die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) und die Auswirkungen und Anreize des App-Einsatzes für die GKV und die private Krankenversicherung. Weitere Themen der Studie sind Qualitätsaspekte in der Planung, Entwicklung und Herstellung von Apps, die Regulation, Datenschutz und -sicherheit sowie nicht zuletzt die Abwägung moralischer Risiken, des Nutzens, Gerechtigkeit der Nutzungsmöglichkeiten, Vertrauenswürdigkeit, Teilhabe, Autonomie und Privatheit.

Hinsichtlich der Entwicklung von Gesundheits-Apps macht die Studie drei zentrale Schwächen aus: eine mangelnde professionelle Umsetzung, die Verwendung ungenügender Inhalte sowie technische Unzulänglichkeiten der Betreibergeräte. Daraus leitet Charismha unter anderem folgende Aufgaben ab:

- Weitergehende wissenschaftliche Evaluationen, Studien sollten die raschen Entwicklungszyklen der Apps berücksichtigen;
- Ethische Diskussion und Gestaltung von Richtlinien für die Entwicklung, Empfehlung und Nutzung von Gesundheits-Apps sowie Vorgaben, damit Nicht-Nutzern keine Nachteile entstehen;
- Weiterentwicklung von Datenschutzstandards, Erweiterung der Aufklärungspflichten;
- Weitere Ausarbeitung der Abgrenzungskriterien zu Medizinprodukten und eine Verpflichtung der Hersteller zur deutlichen Herausstellung der Zweckbestimmung einer App.

Klasse statt Masse. Die rasante Entwicklung der Zahl der Gesundheits-Apps scheint dem Prinzip „dabei sein ist alles“ zu folgen. Die Wirksamkeit und die Relevanz der App-Angebote geraten dadurch in den Hintergrund. Für die Zukunft ist daher eine gewisse Bereinigung des Marktes zu erwarten. Andererseits haben die Anbieter heute viele mögliche Anwendungsgebiete und Zielgruppen von Gesundheits-Apps noch gar nicht im Blick. Mit einer Marktberreinigung wird sich die qualitative Ausrichtung verändern und die Angebote werden sich stärker an den Nutzern orientieren. Die Diskussionen darüber haben bereits begonnen. Neben dem übergeordneten Thema der Datensicherheit und des Datenschutzes werden die Aspekte Nutzen, Qualität und Akzeptanz eine wesentliche Rolle spielen.

Ob Gewichtsabnahme, gesündere Ernährung oder bessere körperliche Fitness – es gibt Hinweise, dass einige Lifestyle-Apps der gesundheitlichen Prävention dienen könnten. Sie wirken möglicherweise positiv auf die körperliche Aktivität, die Ernährung und das Gewicht. Zudem versprechen Anbieter von Gesundheits-Apps, Kosten zu senken. Dieses Potenzial haben am ehesten Angebote, die das Selbst-Management von chronisch kranken Menschen unterstützen und die Therapietreue von Patientinnen und Patienten verbessern. Das Robert Koch-Institut konstatierte 2015, dass sich bei vielen chronischen Erkrankungen kostspielige Behandlungen und Klinikaufenthalte durch eine App-gestützte höhere Therapietreue vermeiden ließen.

Leitfaden für Entwickler. Neben dem Nutzen wird die Qualität der Gesundheits-Apps zukünftig eine entscheidende Rolle spielen. Zur Beurteilung der Qualität von Gesundheits-Apps gibt es bereits erste Ansätze. Ziel muss ein Kriterien-basierter Bewertungskatalog sein, der Nutzern eine Orientierungshilfe gibt. Außerdem muss er den Entwicklern als Leitfaden dienen, die gesundheits- und gesundheitssystemspezifischen sowie datenschutzseitigen Rahmenbedingungen umfassend zu berücksichtigen. Der Leitfaden müsste stetig weiterentwickelt werden.

Bislang gibt es in Deutschland nur vereinzelte Ansätze in Richtung einer Orientierungshilfe oder Plattform zur Qualität von Gesundheits-Apps. Das Aktionsforum Gesundheitsinformationssystem und das Zentrum für Telematik und Telemedizin haben erste Ansätze entwickelt. Dennoch existiert bis heute kein System zum Nachweis von Qualität und Vertrauenswürdigkeit, das diese Informationen zielgruppengerecht und verlässlich zur Verfügung stellt. Auf europäischer Ebene wird aktuell in einer EU-Initiative ein „Privacy Code of Conduct“ entwickelt, bei dem Apps im Vordergrund stehen, die Gesundheitsdaten verarbeiten. Ziel ist ein verbesserter Schutz der durch mHealth-Anwendungen (Mobile Health) gesammelten Daten, eine Stärkung des öffentlichen Vertrauens in Gesundheits-Apps

sowie eine Sensibilisierung und Erhöhung der Compliance gegenüber den europäischen Datenschutzregeln.

Zielgruppe bei Entwicklung einbeziehen. Die Ergebnisse der IMS Healthcare-Untersuchung von 2013 zeigen, dass die größte Zahl der Gesundheits-Apps auf dem Papier und ohne Beteiligung der jeweiligen Zielgruppe entwickelt wird. Das ist bedauerlich, denn um die Akzeptanz der Technik beziehungsweise ihrer Anwendung zu erhöhen und damit einen nachhaltigen Nutzen zu gewährleisten, sollten Verbraucher und Patienten in die Entwicklung von Apps einbezogen werden.

Finden die drei Punkte Nutzen, Qualität und Akzeptanz in der Konzeption und Entwicklung einer mobilen Anwendung Berücksichtigung, wird dies die bislang noch vage gehaltenen Zweckbestimmung der Gesundheits-Apps schärfen. Für medizinische Apps ist dies im Übrigen bereits durch die „Orientierungshilfe Medical Apps“ (siehe Web- und Lesetipps auf Seite 21) des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte hinreichend geklärt. Die Orientierungshilfe beschäftigt sich unter anderem mit Fragen der Abgrenzung medizinischer Apps für den professionellen Bereich von anderen Anwendungsprogrammen und mit der Risikoklassifizierung.

Nutzen, Qualität und Akzeptanz bilden schließlich eine Grundlage für die Steigerung der digitalen und der Gesundheitskompetenz. Bereits 2014 haben das Wissenschaftliche Institut der AOK und der AOK-Bundesverband in einer bundesweit repräsentativen Studie nachgewiesen, dass mehr als jeder zweite Bundesbürger Schwächen in der Gesundheitskompetenz hat. Der Health Literacy Survey in Deutschland (HLS-GER) bestätigte 2016 dieses Ergebnis. Auch das Wissen über die digitale Welt lässt bei vielen Menschen noch zu wünschen übrig. Zwar weiß fast jeder, was eine Internetseite oder ein Soziales Netzwerk ist. Viele andere digitale Begriffe können die Deutschen dagegen nicht erklären – das zeigt der „D21-Digital-Index 2015“. So erfragte TNS Infratest neben allgemeinen Begriffen aus der digitalen Welt auch einzelne Begriffe aus dem Bereich der Gesundheit. Demnach konnten immerhin 27 Prozent der Befragten „Elektronische Gesundheitsdienste“ erklären. Bei Begriffen wie „E-Health“ oder „Big Data“ fielen die Ergebnisse mit neun respektive acht Prozent deutlich schlechter aus.

Ansatzpunkte zur Ausschöpfung des App-Potenzials. Damit Apps ihr Potenzial zur Steigerung der Lebensqualität und Gesundheitsförderung ausschöpfen können, müssen also folgende Voraussetzungen erfüllt sein: Die Forschung zur Wirksamkeit von mobilen Anwendungen muss intensiviert und angepasst werden. Zum zweiten gilt es herauszufinden, wie sich unterschiedliche Bevölkerungsgruppen zielgenau erreichen lassen. Und drittens bedarf es zwingend gesamtgesellschaftlicher Investitionen zur Steigerung der digitalen Kompetenzen und der Gesundheitskompetenzen, damit Menschen Gesundheits-Apps nicht nur herunterladen, sondern ihre Anwendung in der eigenen Lebenssituation verstehen, bewerten und in ein entsprechendes Handeln umsetzen. ■

Dr. med. Kai Kolpatzik, MPH, EPMH, leitet die Abteilung Prävention im AOK-Bundesverband. **Kontakt:** Kai.Kolpatzik@bv.aok.de

