Was ist mHealth und wozu ist es nützlich?

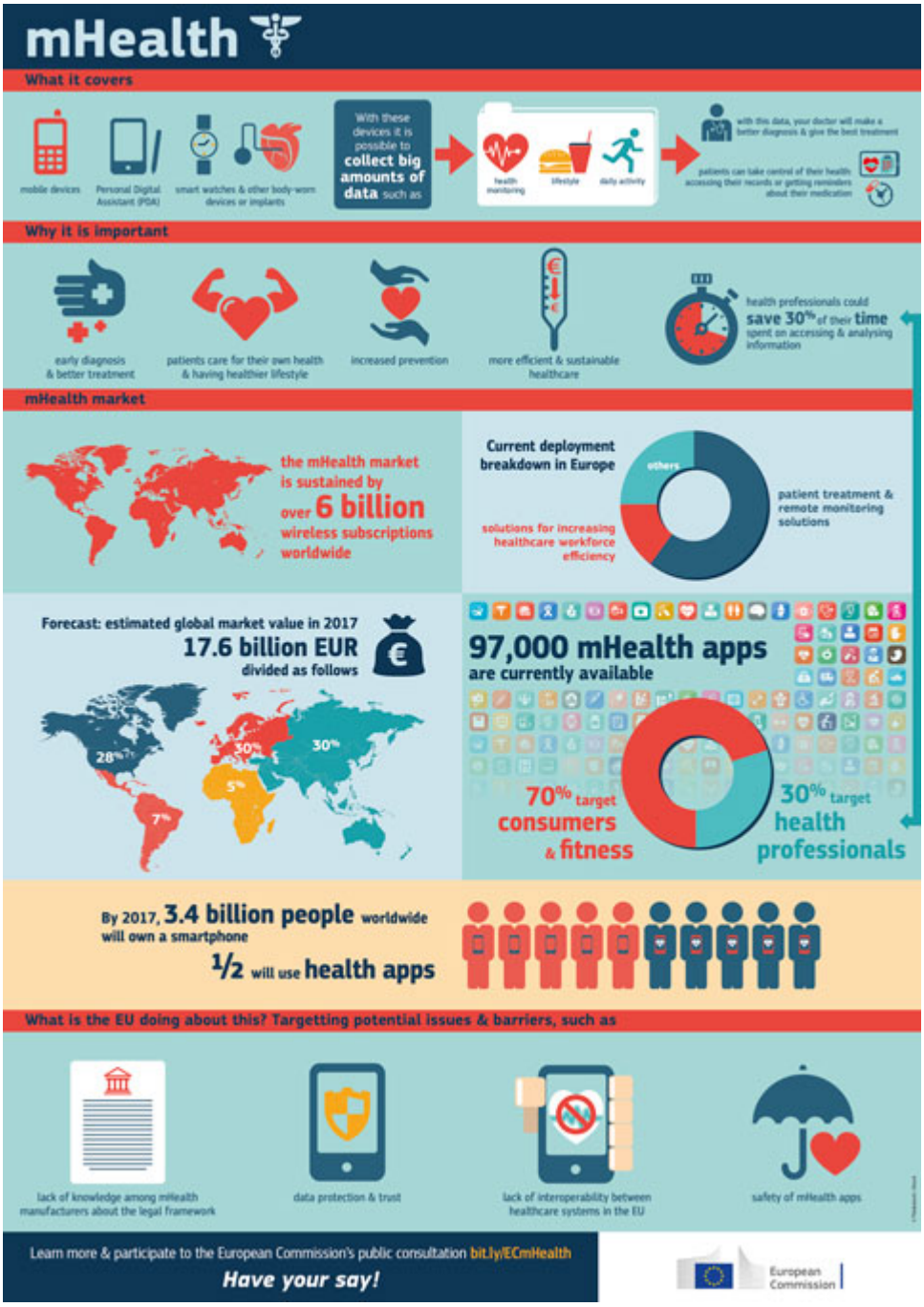
- Was ist mHealth?
- Was sind Wearables?
- Was sind Gesundheits-Apps?
- Wie viele Menschen nutzen Gesundheits-Apps?

Was ist mHealth?

mHealth ist eine Abkürzung für mobile Gesundheitstechnologie, genauer gesagt: mobile und drahtlose Technologien zur Unterstützung von Gesundheitszielen.[1] Es gibt unterschiedliche Definitionen für mHealth. Wir halten uns an folgende Definition: „Medizinische und öffentliche Gesundheitspraktiken, die durch mobile Geräte, wie zum Beispiel Mobiltelefone, Patientenüberwachungsgeräte, persönliche digitale Assistenten (PDAs) und andere drahtlose Geräte, unterstützt werden." („Medical and public health practice supported by mobile devices, such as mobile phones, patient monitoring devices, personal digital assistants (PDAs), and other wireless devices.)".[1]
Beispiele für mHealth sind: Glukosesensoren in der Diabetes Therapie, Armbänder zur Überwachung der Herzschlagfrequenz; Apps, die nach Eingabe von körperlichen oder seelischen Symptomen Gesundheitstipps geben. Viele Wellness- und Fitness-Apps werden in den App-Stores auch als „Gesundheits-Apps" (und damit als mHealth) kategorisiert. Diese reichen von Schrittzähler-Apps über Kalorienzähl-Apps bis hin zu persönlicher Fitnesstrainingstechnologie (zum Beispiel ein Armband in Kombination mit einer App).

Was sind Wearables?

Sogenannte Wearables sind technische Geräte, die am Körper getragen werden. Sie sind so gestaltet, dass sie bestimmte gesundheitsbezogene Parameter elektronisch messen und aufzeichnen, zum Beispiel Schrittzahl, Herzfrequenz oder Schlafdauer und -tiefe. Zu den Wearables zählen Fitnessarmbänder, Smartwatches und alle anderen technischen Geräte, die am Körper getragen werden und Körperdaten erfassen. Unterschieden wird auch zwischen Wearables, die die gemessenen Daten lokal auf dem Gerät selbst speichern und anzeigen, und solche, die die Daten an Dritte, zum Beispiel über eine App, weiterleiten.



Quelle: https://ec.europa.eu/digital-single-market/node/69592

Was sind Gesundheits-Apps?

Bislang gibt es keine einheitliche Definition für Gesundheits-Apps. Generell handelt es sich dabei aber um „Standalone"-Softwareprodukte, also um reine Programme ohne entsprechende Hardware. Diese Produkte sind zum Beispiel in App-Stores erhältlich. Man unterscheidet zwischen verschiedenen Arten von Gesundheits-Apps. Zu den Apps mit Medizinprodukteigenschaften zählen Entscheidungsunterstützungssoftware, Softwaresysteme, telemedizinische Software, Krankenhausinformationssysteme (KIS) und Bildarchivsysteme (PACS). Vereinfacht gesagt wird der Begriff „Medizinprodukteigenschaft" immer dann verwendet, wenn die App im Gesundheitswesen eingesetzt wird. Software zur Entscheidungsunterstützung wird in erster Linie von medizinischem

Fachpersonal verwendet, um die Diagnose, Prognose, Überwachung und Behandlung von Patienten zu unterstützen. Telemedizinische Software ermöglicht es der behandelnden Ärztin, Patientendaten per Telekommunikation zu überwachen und auszuwerten. Telemedizinische Dienste können zur reinen Datenübertragung, aber auch zum Beispiel zur Diagnoseunterstützung eingesetzt werden. Darüber hinaus gibt es Apps, die nicht als medizinische Geräte eingestuft werden, aber dennoch einen Bezug zum Thema Gesundheit haben. Dazu zählen Apps, die als Fitness- oder Wellnessprodukte genutzt werden und dem weiten Spektrum der Gesundheitsförderung und Prävention zuzuordnen sind. Laut Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) liegt die Klassifizierung von Apps in der Verantwortung des jeweiligen Herstellers.[2]

> *Das BfArM schreibt:*
> *„Ausschlaggebend bei der Abgrenzung von Medizinprodukten zu beispielsweise Fitness- oder Wellnessprodukten ist die medizinische oder nicht-medizinische Zweckbestimmung. Diese wird vom Hersteller des Produkts definiert. Bei Software bzw. Apps für reine Sportzwecke, Fitness, Wellness oder Ernährung ohne eine vom Hersteller beanspruchte medizinische Zweckbestimmung kann in der Regel davon ausgegangen werden, dass es sich nicht um Medizinprodukte handelt.“* [2]

Möchte der Hersteller sein Produkt als Medizinprodukt deklarieren, kann er einen entsprechenden Antrag beim BfArM stellen.
Weitere rechtliche Regelungen zu Gesundheits-Apps sind im Digitale Versorgungsgesetz des Bundesgesundheitsministeriums zu finden.[3] Dieses regelt unter anderem die Übernahme der Kosten bestimmter Apps durch die Krankenkasse.

Wie viele Menschen nutzen Gesundheits-Apps?

Fast die Hälfte aller in Deutschland lebenden Menschen nutzen Gesundheits-Apps, Tendenz steigend. Laut der Online-Umfrage „EPatient Survey 2017“ nimmt beispielsweise die Nutzung von Coaching-Apps (Apps mit beratendem und unterstützendem Charakter) rasant zu. Auch das Einholen einer Zweitmeinung per digitaler Technologie nimmt zu. Gesundheits-Apps, die mittels klinischer Studien überprüft wurden, wie spezifische Apps zu den Themen Asthma, Depression oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sind weniger bekannt als kommerzielle Angebote.

1. https://www.bfdi.bund.de/SharedDocs/Publikationen/Faltblaetter/Gesundheitsapps.pdf?__blob=publicationFile&v=5 ↑
2. https://www.bfarm.de/DE/Medizinprodukte/Abgrenzung/MedicalApps/_node.html (Letzter Abruf am 01.02.2021) ↑
3. https://www.bgbl.de/xaver/bgbl/start.xav?startbk=Bundesanzeiger_BGBl&start=%2F%2F%2A%5B%40attr_id=%27bgbl119s2562.pdf%27%5D#__bgbl__%2F%2F*%5B%40attr_id%3D%27bgbl119s2562.pdf%27%5D__1614605102479 ↑