

## **Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) Eine Handreichung für Patient:innen**

Digitale Gesundheitsanwendungen (kurz: DiGA) sind "digitale Helfer". Sie eröffnen vielfältige Möglichkeiten, Patient:innen und Ärzt:innen bei der Erkennung und Behandlung von Krankheiten sowie beim Erkrankungsmanagement hin zu einer höheren Lebensqualität zu unterstützen. Mit Inkrafttreten des Digitale-Versorgung-Gesetz im Jahr 2020 wurden DiGA für Patient:innen in die Gesundheitsversorgung eingeführt.

Circa 73 Millionen Versicherte haben seitdem einen – weltweit einzigartigen – Anspruch auf eine Versorgung mit geprüften DiGA. Die Kosten für die Nutzung von DiGA werden durch die gesetzlichen (und perspektivisch auch die privaten) Krankenkassen übernommen. Im Gegensatz zu ungeprüften Wellness- oder Gesundheits-Apps, sind DiGA nicht nur zertifizierte digitale Medizinprodukte, sondern durchlaufen zusätzlich ein anspruchsvolles Bewertungsverfahren beim Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM).

### **Wie können DiGA die Gesundheit verbessern?**

Neben den üblichen Behandlungs- und Therapieverfahren erweitern DiGA das Spektrum der Unterstützungsangebote für Patient:innen. DiGA können Patient:innen beim Erkrankungsmanagement ortsunabhängig und auf der Grundlage klarer Qualitätsstandards bestmöglich unterstützen.

DiGA sind dabei – wie alle anderen Medizinprodukte (analog und digital) – auf spezifische Erkrankungen zugeschnitten. Sie helfen je nach individuellem Bedarf, Symptome zu reduzieren, Wohlbefinden zu steigern, das Therapiemanagement zu verbessern oder in der Zeit bis zum nächsten Arzttermin bestmöglich zu unterstützen. Sie können Patient:innen zudem bei der Dokumentation von Messwerten und krankheitsspezifischen Ereignissen unterstützen, die dann wiederum bei der Kommunikation mit den Ärzt:innen weiterhelfen kann. Die Datenhoheit liegt dabei selbstverständlich bei den Nutzer:innen der DiGA, das heißt, sie bestimmen, wer welche Daten für die Therapie nutzen darf.

Bisher sind DiGA zu Krankheitsbildern wie Depressionen, Multiple Sklerose, Brustkrebs, Tinnitus oder Gelenkschmerzen verfügbar. Diese Anwendungen helfen bei der Auswertung eigener Verhaltensweisen, erläutern geeignete Übungen, weisen auf Symptomverstärker hin und unterstützen die Nutzer:innen dabei, diese zu reduzieren. Hierbei bedienen sich einige DiGA auch anerkannter psychotherapeutischer Verfahren und ermöglichen beispielsweise eine ärztlich begleitete kognitive Verhaltenstherapie. Aber auch Krankheitsbilder wie Adipositas, Schlafstörungen oder Migräne werden adressiert.

## Warum zahlen Krankenkassen für DiGA?

Krankenkassen unterstützen ihre Mitglieder dabei, gesund zu leben sowie im Krankheitsfall die Symptome zu lindern und – wo möglich – bei der vollständigen Genesung zu unterstützen. Deswegen haben einige Krankenkassen auch schon vor Einführung der „Apps auf Rezept“ freiwillig Verträge mit Anbietern von Therapien in digitaler Form abgeschlossen. Diese freiwilligen Leistungen wurden nun in einen gesetzlichen Anspruch für Versicherte überführt.

Damit können DiGA so richtig durchstarten. Deren Qualität prüft das BfArM vorab. Erst wenn das BfArM grünes Licht für die Aufnahme in das sogenannte [DiGA-Verzeichnis](#) gibt, können die zugelassenen DiGA den Versicherten angeboten werden. Größter Wert wird dabei auf eine sichere Informationstechnologie gelegt: Datenschutz und Datensicherheit haben bei den DiGA höchste Priorität. So ist sichergestellt, dass die in DiGA erhobenen Daten ausschließlich für die Verbesserung der digitalen Therapie genutzt werden. Hiermit unterscheiden sich die erstattungsfähigen DiGA von anderen ungeprüften digitalen Anwendungen in Sachen Gesundheit und Wellness.

Zudem müssen DiGA auch ihren Nutzen in der Versorgung auf Basis anerkannter wissenschaftlicher Standards nachweisen (z. B. anhand einer prospektiven, randomisierten, kontrollierten Studie). Dieser Nutznachweis basiert auf sogenannten positiven Versorgungseffekten. Das sind beispielsweise Effekte, durch die sich der gesundheitliche Zustand der Patient:innen oder die Möglichkeiten zum Umgang mit der Erkrankung durch die Benutzung der DiGA verbessern.

## Wie bekomme ich eine DiGA?

Gesetzlich Versicherte können DiGA über zwei Wege erhalten (siehe Abb. 1).

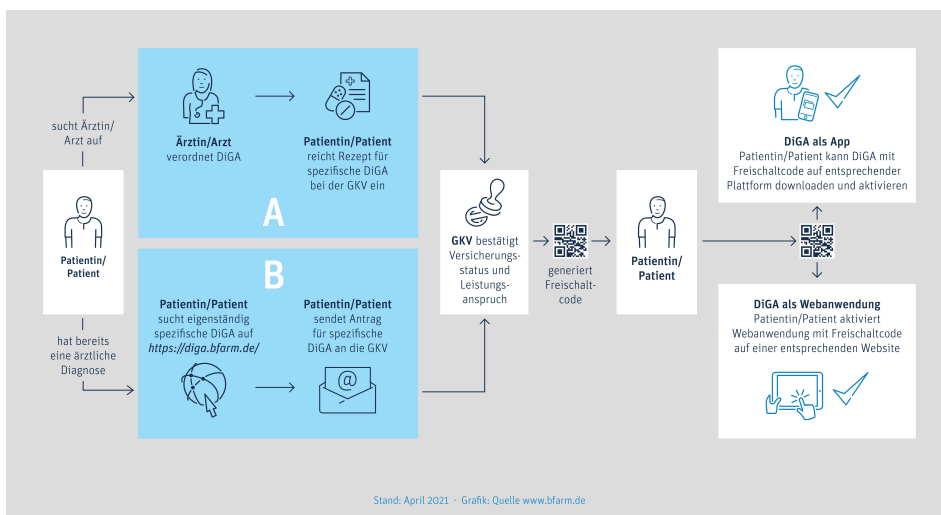


Abb. 1: Wie bekomme ich eine DiGA?

1. Sie können sich eine DiGA von Ihren Ärzt:innen per Rezept verordnen lassen. Die Verschreibung senden Sie einfach an Ihre Krankenkasse und erhalten anschließend einen Rezept-Code mit dem Sie die DiGA aktivieren können. Bitte achten Sie darauf, dass auf der Verordnung die sogenannte PZN (ein einheitlicher Identifikationsschlüssel) der DiGA steht. Diese findet sich auch auf den Seiten des jeweiligen DiGA-Herstellers. Die DiGA selbst müssen Sie dazu im jeweiligen App-Store herunterladen und können sich dann mit dem Rezept-Code einloggen. Bei browserbasierten DiGA, bei denen kein Download einer App erforderlich ist, können Sie den QR-Code mit Ihrem Smartphone einfach einscannen.
2. Alternativ können Sie die gewünschte DiGA auch direkt bei Ihrer Krankenkasse beantragen. Die Krankenkasse kann eine DiGA auch ohne Verordnung genehmigen, sofern das entsprechende Krankheitsbild bereits ärztlich bestätigt vorliegt.

#### Wo bekomme ich weitere Informationen oder kann einsehen, welche DiGA schon verfügbar sind?

Das DiGA-Verzeichnis bietet Versicherten eine gute Übersicht mit den wichtigsten Informationen (z. B. Hinweise für die Verschreibung und Erstattung sowie Details zu den positiven Versorgungseffekten) zu allen zugelassenen DiGA, die das anspruchsvolle Bewertungsverfahren des BfArM erfolgreich durchlaufen haben.



#### Werden alle Kosten erstattet?

Grundsätzlich werden die Kosten für eine DiGA übernommen, wenn diese im DiGA-Verzeichnis des BfArM enthalten ist. Im DiGA-Verzeichnis ist auch vermerkt, ob Nutzer:innen gegebenenfalls eine Zuzahlung für optionale Zusatzfeatures leisten müssen.

#### An wen kann ich mich bei technischen Fragen zu DiGA und Problemen wenden?

Bei Detailfragen zu einer DiGA oder technischen Schwierigkeiten helfen die jeweiligen DiGA-Hersteller gerne weiter.

*Der vfa ist der Verband der forschenden Pharma-Unternehmen in Deutschland. Die Mitgliedsunternehmen des vfa sind Anbieter innovativer Arzneimittel und digitaler Gesundheitsanwendungen; sie verfolgen einen patientenzentrierten Ansatz von Therapie, der auch digitale Innovationen umfasst. Die forschenden Pharma-Unternehmen können und wollen aktiv zur Nutzung und Akzeptanz von DiGA in der Versorgung beitragen.*