

Checkliste für Gesundheits-Apps von der Techniker Krankenkasse:



1. Checkliste zum individuellen Risiko:

Addieren Sie die zutreffenden Punktwerte der Fragen, um ihr **persönliches Risiko** für die Nutzung zu errechnen. Bei den Fragen 1 und 4 ist eine Mehrfachauswahl möglich.

Nr.	Frage	Punkte
1	Was wollen Sie mit der App erreichen?	
	Ihr Wissen zu Krankheit oder Therapie verbessern, Fachbegriffe nachschlagen, meine Laborwerte verstehen.	1
	Gesundheitsvorsorge unterstützen, an Vorsorgetermine erinnert werden, ein Ernährungstagebuch führen, an das ausreichende Trinken erinnert werden, Schritte zählen	5
	Ihr Wohlbefinden verbessern, zum Beispiel durch Entspannungsübungen, durch Rückentraining bei langem Sitzen	5
	Gewicht, Blutzucker, Schmerzstärke, Blutdruck, Befindlichkeit und Stimmung in einem Tagebuch aufzeichnen und auswerten	8
	Persönliche Gesundheitsdaten verwalten, zum Beispiel Impfungen, Vorsorgetermine, Allergien	8
	Eine Krankheitsdiagnose stellen, zum Beispiel: Ist mein Muttermal gefährlich? Ist mein Prostatakrebsrisiko erhöht?	10
	Persönliche Gesundheitsdaten mit dem Arzt austauschen	10
	EKG, EEG, Blutzucker, Blutdruck mit den Sensoren meines Smartphones messen und Schlüsse daraus ziehen	10
Zwischensumme		
2	Wie wichtig ist Ihnen diese Unterstützungshilfe?	
	Ganz nett, aber nicht unbedingt notwendig.	1
	Ich muss mich darauf verlassen können.	5
	Ich komme ohne diese Hilfe im Alltag nicht mehr aus.	10
Zwischensumme		
3	Wie oft werden Sie die Unterstützungshilfe voraussichtlich nutzen?	
	Wahrscheinlich nur einmal.	1
	Eher selten.	3
	Wahrscheinlich dauerhaft.	10
Zwischensumme		
4	Kennen Sie den Anbieter der App und vertrauen Sie diesem?	
	Ja, die ist zum Beispiel von meiner Krankenkasse, einer unabhängigen Patientenorganisation.	1
	Nein, ich kenne den Anbieter selbst nicht. Aber die App wurde mir von meinem Arzt, einem guten Freund, meiner Selbsthilfegruppe empfohlen.	3
	Nein, ich weiß nicht, wer der Anbieter ist.	10
Zwischensumme		
Endsumme		

Ergebnisauswertung

Insbesondere wenn Sie **über 50 Punkte** in der Endsumme erhalten, sollten Sie die für Sie infrage kommenden **Apps genauer unter die Lupe nehmen**. Je höher Ihre Punktzahl ist, umso wichtiger ist es, zu prüfen,

- ob Sie einer Gesundheits-App vertrauen können,
- ob die Informationen und Tipps medizinisch korrekt und unabhängig sind, das heißt frei von wirtschaftlichen Interessen des Anbieters,
- ob eine App korrekt rechnet,
- ob eine App Ihre Gesundheitsdaten vor dem unberechtigten Zugriff durch Dritte ausreichend schützt.

Für diese **Prüfung** können Sie die **nachfolgende Checkliste** verwenden.

2. Checkliste zu Qualität und Vertrauenswürdigkeit:

Nr.	Frage	ja	nein	unklar
Kontaktmöglichkeit zum Anbieter				
1	Gibt der Anbieter sich zu erkennen, das heißt, nennt er in einem Impressum alle Angaben, die sie brauchen, um Kontakt aufnehmen zu können , um sich über diesen Anbieter zu informieren, sich eventuell auch zu beschweren oder um Verbesserungsvorschläge für die App machen zu können?			
Sachverständigkeit				
2	Nennt der Anbieter die medizinischen Experten, die für die fachliche Richtigkeit der Inhalte stehen und für das wissenschaftlich fundierte Gesamtkonzept, das die versprochene Unterstützung leisten kann, auch wenn die Wirksamkeit vielleicht noch nicht durch Studien belegt ist?			
Belegbarkeit und Zuordnung				
3.1	Nennt der Anbieter für alle Tipps und Empfehlungen die medizinischen Quellen , zum Beispiel Studien, Leitlinien, Standardwerke, auf die er sich bezieht?			
3.2	Erkennen Sie, wie alt diese Quellen sind , am Datum, das der Anbieter ausweist? Denn der medizinische Fortschritt ist rasant, und Informationen sind schnell veraltet.			
Finanzierung				
4.1	Legt der Anbieter offen, wie sich die App finanziert , vor allem, wenn sie kostenlos angeboten wird?			
4.2	Gibt es Sponsoren (Pharmaindustrie, Gerätehersteller), die sich finanziell beteiligen? Wenn Sie darüber Bescheid wissen, können Sie produktbezogene Aussagen schneller als verdeckte Schleichwerbung erkennen.			
Datenschutz und Sicherheit Ihrer Privatsphäre				
5	Legt der Anbieter in einer verständlichen Weise (kein Juristendeutsch) offen, ob und, wenn ja, wie Ihre persönlichen Gesundheitsdaten genutzt werden , zum Beispiel anonymisiert zu Forschungszwecken? In diesem Fall muss er Sie um Ihre Zustimmung fragen und Ihnen die Möglichkeit geben, diese Zustimmung einfach, durch einfaches Anklicken eines Kontrollfeldes, jederzeit wieder zurückziehen.			

Sichere Datenspeicherung und -versendung			
6	Erklärt der App-Anbieter, wie Ihre Daten beim Speichern oder Senden geschützt werden sowie beim Verlust oder Diebstahl des Smartphones zum Beispiel durch Verschlüsselung und Passwortschutz ?		
Einschränkungen			
7	Seriöse Angebote verweisen darauf, dass eine Gesundheits- oder Medizin-App den Arzt nicht ersetzen kann , dass Sie Therapie und Diagnose am besten immer mit Ihrem Arzt besprechen. Die App ist lediglich eine Unterstützungshilfe, mehr nicht! Nur sehr, sehr wenig Apps sind geeignet für die Diagnose oder Therapie von Krankheiten und tragen dann ein CE-Zeichen. Wenn eine App vorgibt, zum Beispiel mit der Smartphone-Kamera den Puls messen zu können, und Sie kein CE-Zeichen finden können, ist ganz sicherlich irgendwo ein Haftungsausschluss des Anbieters versteckt wie "Nicht geeignet zur Diagnose von Krankheiten", sodass Sie im Schadensfall keine Schadensersatzansprüche stellen können.		

Macht der Anbieter **verständliche Angaben zu allen Punkten (1 bis 7)**, können Sie mit großer Sicherheit davon ausgehen, dass Ihr Informations- und Sicherheitsbedürfnis ernstgenommen wird, dass Ihre Daten verantwortungsvoll behandelt werden und dass Sie nach dem Stand des aktuellen medizinischen Fortschritts informiert werden. Eine absolute Sicherheit gibt es jedoch nicht, wie in vielen anderen Lebensbereichen auch.

Stand: 11.01.2018

(Quelle: <https://www.tk.de/techniker/service/gesundheits-und-medizin/kompetent-als-patient/gesundheits-apps-bewusstes-auswaehlen-2010050?ref=tkde>)