

## Pressemitteilung

---

### Gesundheits-Apps auf Wirksamkeit prüfen BPTK-Forderungen zum Digitalen Versorgungs-Gesetz

---

**Berlin, 20. September 2019:** Gesundheits-Apps können die Versorgung psychisch kranker Menschen ergänzen. Durch sie lassen sich psychotherapeutische Behandlungen intensivieren, indem Psychotherapeuten sie gezielt einsetzen, um beispielsweise die Bewältigung angstauslösender Situationen wirksamer üben zu können. Sie können das psychotherapeutische Angebot auch erweitern, weil sie zwischen den Gesprächsterminen zusätzliche Behandlungseinheiten oder Übungen auch ohne den Psychotherapeuten ermöglichen. Einige Patienten können so mit Unterstützung einer App allein an ihren Beschwerden arbeiten. Gesundheits-Apps können darüber hinaus genutzt werden, um psychische Erkrankungen zu vermeiden oder Rückfällen vorzubeugen.

„Gesundheits-Apps sollten jedoch nur dann in der Behandlung von psychischen Erkrankungen eingesetzt werden, wenn nachgewiesen wurde, dass sie wirken“, fordert Dr. Dietrich Munz, Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK). „Digitale Programme für psychisch kranke Menschen müssen Datensicherheit und technische Funktionalität sicherstellen, vor allem aber dürfen sie Patienten nicht gefährden. Eine App, die nicht wirkt, ist bei psychisch kranken Menschen nicht einfach nur überflüssig, sondern sogar schädlich.“

Wenn ein Patient therapeutische Übungen leistet, die gar nicht oder zu wenig wirken, verstärkt dies seinen Eindruck, z. B. nicht gegen seine depressiven Stimmungen oder soziale Phobie, also von anderen als peinlich oder lächerlich erlebt zu werden, anzukommen. Er erlebt sich weiter seiner Erkrankung hilflos ausgeliefert. Für einen depressiv kranken Menschen ist es meist eine erhebliche Anstrengung, sich trotz seiner überwältigenden Gefühle der Niedergeschlagenheit und Antriebslosigkeit psychotherapeutisch behandeln zu lassen. Misserfolge durch gar nicht oder zu wenig wirksame Apps untergraben daher die Therapiemotivation und können zu einer substanziellen Verschlechterung der Erkrankung führen.

Die BPTK fordert deshalb, dass der Hersteller einer Gesundheits-App nachweisen muss, dass sie tatsächlich wirkt, das heißt, den angegebenen Zweck erfüllt. Die Wirksamkeit einer Gesundheits-App sollte deshalb durch klinische Studien mit Kontrollgruppen nachgewiesen werden.

### **BPTK-Forderungen zum Digitalen Versorgungs-Gesetz**

Die BPTK nimmt in ihrem Standpunkt „Gesundheits-Apps nutzen, ohne Patienten zu gefährden – Zur Digitalisierung in der Psychotherapie“ umfassend auch zum Digitalen Versorgungs-Gesetz Stellung, das am 27. September in 1. Lesung im Bundestag beraten wird. Darin fordert die BPTK insbesondere, dass auch Gesundheits-Apps auf ihre Wirksamkeit überprüft, fachliche Standards und Sorgfaltspflichten eingehalten werden sowie eine ausreichende Funktionalität und Datensicherheit gewährleistet ist. Insbesondere für Diagnose, Indikationsstellung und Aufklärung sei das unmittelbare Gespräch von Psychotherapeuten und Patient von Angesicht zu Angesicht erforderlich. „Bei den meisten Gesundheits-Apps fehlt ein zentrales Instrument, mit dem Psychotherapeuten das seelische Befinden ihrer Patienten einschätzen“, erläutert BPTK-Präsident Munz. „Das ist der vollständige Eindruck, der durch die körperliche Präsenz des Patienten im unmittelbaren Gegenüber entsteht. Der Psychotherapeut kann ohne diesen vollständigen Eindruck z. B. suizidale Motive des Patienten nicht ausreichend über seine Mimik, Gestik, Körperhaltung und Stimmlage einschätzen.“

Damit Patienten Gesundheits-Apps nur nutzen, wenn sie ihnen wirklich helfen, sollten insbesondere Programme für psychische Erkrankungen ausschließlich durch Psychotherapeuten und Ärzte verordnet werden. Außerdem seien Gesundheits-Apps nicht für jeden Patienten geeignet. Um zu entscheiden, ob und welches Programm einem Patienten empfohlen werden kann, ist eine fachgerechte Diagnostik erforderlich. Diese kann weder durch die App selbst noch durch Krankenkassen erfolgen. Die Servicehotlines und Berater von Krankenkassen sind nicht in der Lage, beim einzelnen Patienten die Risiken einer Gesundheits-App einzuschätzen.

Patienten können Gesundheits-Apps auch nutzen, um psychischen Erkrankungen vorzubeugen. Damit dies insbesondere Patienten tun, bei denen das aufgrund von individuellen Risikofaktoren angebracht ist, sollten Psychotherapeuten und Ärzte präventive Angebote gezielt empfehlen. Dies wäre insbesondere in der psychotherapeutischen Sprechstunde sinnvoll. Rund 40 Prozent der Patienten, die in eine psychotherapeutische Sprechstunde kommen, benötigen anschließend keine Behandlung. Oft haben sie aber psychische Beschwerden, bei denen präventive Angebote ratsam wären. Um die Prävention psychischer Erkrankungen zu verbessern, sollten deshalb die Empfehlungen für Präventionsleistungen zu den Leistungen von Psychotherapeuten in der gesetzlichen Krankenversicherung gehören.

### **Online-Verzeichnis von wirksamen und sicheren Gesundheits-Apps**

Gesundheits-Apps, die als wirksam und sicher überprüft wurden, müssen schließlich für Patienten, Psychotherapeuten und Ärzte in einem Online-Verzeichnis nachzuschlagen sein. Diese Apps sollten allen Versicherten der gesetzlichen Krankenversicherung verordnet werden können und nicht nur, wie jetzt noch häufig, den Versicherten einzelner Krankenkassen zur Verfügung stehen. Außerdem

sollten die Versicherten einen Leistungsanspruch auf wirksame und sichere Gesundheits-Apps haben, sodass die Krankenkassen die Kosten für diese Gesundheits-Apps übernehmen müssen.

**BPTK-Patienteninformation „Kommt für mich eine Gesundheits-App infrage?“**

Patienten, die eine Gesundheits-App nutzen wollen, sollten zur Abklärung der Beschwerden zunächst einen Psychotherapeuten aufsuchen. Dieser kann gemeinsam mit dem Patienten in einem persönlichen Gespräch klären, welche App bei seinen Beschwerden ratsam ist. Die BPTK hat deshalb eine Patienteninformation „Kommt für mich eine Gesundheits-App infrage?“ erstellt.

**Ihr Ansprechpartner:**

Kay Funke-Kaiser

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 030. 278 785 - 21

E-Mail: [presse@bptk.de](mailto:presse@bptk.de)