



Die Zahl der Fitnessarmbänder, der Smartwatches und der auf dem Smartphone verwendeten Gesundheits-Apps steigt kontinuierlich. Einer repräsentativen Umfrage zufolge setzen etwa 30 Prozent der Smartphoneutzer Gesundheits-Apps ein.

Nutzen, Risiken und Datensicherheit

Gesundheits-Check per APP

■ Sie messen Puls und Herzschlag, zählen die Schritte, werten Aufzeichnungen zu Ernährungsgewohnheiten und sportlicher Aktivität aus und liefern eine Einschätzung der gesundheitlichen Risiken. Am Körper getragene Kleincomputer, sogenannte Wearables, Fitness- oder Gesundheits-Tracker und zahlreiche Gesundheits-Apps, installiert auf Smartphone oder Tablet, helfen uns dabei, unsere Gesundheitsdaten stets im Blick zu haben. Für viele mag das ein Ansporn sein, gesundheitsbewusster zu leben und bei ungünstigen Prognosen frühzeitig einen Arzt aufzusuchen. Das könnte durchaus einen Zugewinn an Lebensqualität bedeuten. Allerdings gibt es auch eine Kehrseite. Zum einen tummeln sich ei-

nige fragwürdige, wenig sinnvolle Programme auf dem Markt, zum anderen sind die sensiblen Daten häufig nicht ausreichend geschützt.

Datenschützer fordern besseren Schutz der Persönlichkeitsrechte

Die Datenschutzbeauftragten des Bundes und der Länder warnen daher, dass zahlreiche Wearables und Gesundheits-Apps die aufgezeich-

neten Daten an andere weitergeben, ohne dass die betroffenen Personen davon wissen oder dies bewusst entschieden haben. Zudem könnten Bedienungsfehler oder unzureichende technische Funktionalitäten dazu führen, dass Gesundheitsinformationen ungewollt preisgegeben werden. Die Datenschutzbehörden fordern daher die Hersteller von Fitness- und Gesundheits-Trackern und Anbieter der Gesundheits-Apps dazu auf, datenschutzfreundliche

Technik und Voreinstellungen einzusetzen. Dazu gehört, dass Daten möglichst anonym verarbeitet und lediglich lokal gespeichert werden und Nutzer eine Weitergabe unterbinden können.

Medizinische Bewertung

Doch abgesehen von diesen aus Sicht des Datenschutzes bestehenden Bedenken – wie denken Mediziner über die elektronischen Helfer? Erleichtern sie wirklich die Versorgung der Patienten? Genau das wollte der Ärztenachrichtendienst in Hamburg (änd) wissen. Über 300 niedergelassene Ärzte beteiligten sich an der Umfrage. Die Hälfte von ihnen gab an, sich mit dem Thema bereits auseinandergesetzt und sich die ein oder andere App angeschaut zu haben. Viele sind bereits auch schon von Patienten darauf angesprochen und mit Gesundheitsdaten konfrontiert worden, die diese auf ihrem Smartphone gespeichert hatten. Über den Sinn und Nutzen der Gesundheits-Apps gehen die Meinungen auseinander. 18 Prozent der Ärzte beantworteten die Frage, ob Apps den Patienten auch sinnvolle Informationen über medizinische Sachverhalte oder eine gesundheitsfördernde Lebensweise bieten können, mit einem eindeuti-

Zählt man die Apps in den gesundheitsbezogenen Kategorien Sport, Lifestyle, Ernährung, Medizin oder Gesundheit und Fitness, so stehen weltweit mindestens 380.000 Apps mit Gesundheitsbezug zur Verfügung. In den Kategorien „Gesundheit und Fitness“ und „Medizin“ der beiden großen App-Stores mehr als 100.000 Apps. Laut einer im April 2016 vom Bundesministerium für Gesundheit veröffentlichten Studie nutzen mittlerweile 29 Prozent der Deutschen mindestens eines dieser 100.000 Mini-Programme, die Körperdaten sammeln, Hautveränderungen überprüfen, die Medikamenteneinnahme steuern und vieles mehr.

gen „Nein“. 62 Prozent sind der Meinung, dass immerhin „einige wenige“ gute Programme dies leisten können, auch wenn viel Unsinn auf dem Markt ist. Von „sehr vielen“ hilfreichen Apps sprechen nur 20 Prozent der Ärzte.

Spielereien ohne großen Nutzen

Fast jeder dritte Arzt hält bestimmte Funktionen wie z. B. die Erhebung und Auswertung von Daten zu Kreislauf, Gewicht oder Blutzucker eher für Spielereien ohne großen Nutzen, aber auch ohne große Gefahren. 24 Prozent warnen jedoch davor, dass ohne ärztliche Interpretation diese Daten den Nutzer eher verwirren würden, als ihm zu helfen. So fällt denn auch das Urteil der Mediziner aus: Lediglich 30 Prozent sind der Meinung, dass sich hilfreiche Er-

kenntnisse aus den gesammelten Daten ziehen lassen. 25 Prozent halten die Daten für unbedeutend und keine echte Hilfe. 45 Prozent sehen eher eine Gefahr und Mehrarbeit darin, da Patienten die Daten nicht richtig einordnen können. Nicht selten kommen die Patienten verunsichert in die Praxis, müssen beruhigt und aufgeklärt werden.

Fast alle (97 Prozent) zeigten sich davon überzeugt, dass die Anzahl der Nutzer von Gesundheits-Apps in den nächsten Jahren stark ansteigen wird. Angesichts dieser Einschätzung und der Tatsache, dass immer mehr neue und völlig ungeprüfte Gesundheits-Apps auf den Markt kommen, hält die Mehrheit eine Überprüfung oder Zertifizierung durch Ärzte für dringend geboten. 37 Prozent sprechen sich sogar für eine verpflichtende Kontrolle aus. 55 Prozent wünschen sich zumindest eine Art Qualitätssiegel, das den Patienten die Auswahl sinnvoller Apps erleichtert. ■

Quellen:

Repräsentative Umfrage des Digitalverbands Bitkom, www.bitkom.com

Entschliebung der Konferenz der unabhängigen Datenschutzbehörden des Bundes und der Länder, Wearables und Gesundheits-Apps – Sensible Gesundheitsdaten effektiv schützen, April 2016, www.datenschutz-mv.de/datenschutz/themen/beschlue/91_DSK/Entschl-Wearables.pdf

Umfrage „Das denken Ärzte über Gesundheits-Apps“ des Ärztenachrichtendienstes, www.aend.de

Darauf sollten Anwender von Apps achten:

- Bevor Sie eine App installieren, informieren Sie sich über die Funktionen, die die App bietet, und hinterfragen Sie, ob Sie diese wirklich brauchen.
- Erkundigen Sie sich, ob die App von vertrauenswürdigen Institutionen, Selbsthilfegruppen, Ärzteverbänden etc. empfohlen wird.
- Lesen Sie in den allgemeinen Angaben und Nutzungsbedingungen nach, welcher Anbieter hinter der App steckt, wie sich die App finanziert und ob Ihre Daten möglicherweise zu Werbezwecken an Dritte weitergegeben werden.
- Informieren Sie sich, ob Ihre Daten verschlüsselt gespeichert und ggf. auch verschlüsselt versendet werden und ob es z. B. einen Passwortschutz gibt.