

Katalog zu Gesundheits-Apps und Webanwendungen VorsorgePlus

App (Indikation)	Inhalt
Alzheimer & YOU (Alzheimer und Demenz)	<p>Alzheimer & YOU ist eine App der "Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V."</p> <p>Die App enthält Tipps zur Alltagsgestaltung, die nach verschiedenen Kategorien wie Freizeit, Haushalt und Garten, Mobilität, Wohnraum, Ernährung, Wohlbefinden oder Vorsorge sortiert und mit Bildern illustriert sind.</p> <p>Damit Nutzung und Ansprache etwas persönlicher sind, kann der Vorname des Demenzerkrankten oder ein beliebiger Vorname eingetragen werden. Alle Tipps werden entsprechend individualisiert. Tipps, die für den Eigengebrauch besonders gut passen, können als Favoriten gekennzeichnet werden – so erhält man eine individuelle Liste für den schnellen Überblick und Zugriff. Zusätzlich können die Nutzerinnen und Nutzer eigene Tipps einreichen, die im Anschluss von der Redaktion geprüft bzw. bearbeitet und für die Öffentlichkeit freigeschaltet werden. So wird die Liste der Tipps mit der Zeit immer umfangreicher und vielfältiger. Zusätzlich enthält die App auch ein kurzes Wissensquiz.</p>
Auguste (Alzheimer und Demenz)	<p>Die Auguste-App richtet sich an, an Demenz oder Alzheimer erkrankte Menschen. Die Angehörigen haben damit die Möglichkeit auf ihrem Tablet zu Hause oder in einer Pflegeeinrichtung mit den Erkrankten zu spielen, was nicht nur die Gemeinsamkeit fördert, sondern auch einen therapeutischen Ansatz hat.</p> <p>Der Hintergrund ist einem normalen Tisch nachempfunden, um den Eindruck zu erwecken, dass es ein herkömmliches Gesellschaftsspiel ist. Wir haben mehrere unterschiedliche Ausführungen mit unterschiedlichen Schweregraden je nach Erkrankung umgesetzt, die mit Bildern, wie bei Bildersuchen, ausgestattet sind, die vorgegeben, allerdings je nach Wunsch auch individualisierbar sind. Das bedeutet, dass alte Bilder aus der Jugend des Erkrankten oder von Angehörigen, z.B. Enkelkindern, genommen werden können, oder auch neue, über die Kamera des Gerätes fotografiert, eingesetzt werden können.</p> <p>Herr Dr. Konstantin Lekkos, stellvertretender Vorsitzender der Alzheimer Gesellschaft Niedersachsen hat die Idee gemeinsam mit Sascha Becker entwickelt.</p> <p>Im Rahmen der Selbsthilfeförderung durch die Techniker Krankenkasse kann die App kostenfrei geladen werden.</p>

App (Indikation)	Inhalt
MyTherapy (Übergreifend)	Bei der "MyTherapy" App handelt es sich um eine digitale Anwendung zur Unterstützung bei der regelmäßigen Medikamenteneinnahme. Neben einer Erinnerungsfunktion für die Nutzer:innen bietet die App eine Funktion zum Einbinden der Familie oder unterstützenden Personen. Dadurch soll die Adhärenz der Patientinnen und Patienten gestärkt und der Erfolg der Therapie unterstützt werden. Weitere Funktionen umfassen eine dokumentierte Darstellung von Vitalparametern und die Erstellung eines Gesundheitsberichtes für die behandelnden Ärzte.
Rheuma-Auszeit (Rheuma)	Die Rheuma-Auszeit App ist als Alltagsbegleiter für Menschen mit Rheuma konzipiert. Sie bietet Übungen die als Audiodateien von den Patient:innen angehört und durchgeführt werden können. Innerhalb der App finden sich Anleitungen zu Entspannungsübungen, Kälte- und Wärmebehandlungen und Bewegungsübungen. Die Übungen sind in verschiedenen Kategorien sortiert. In den einzelnen Kategorien werden Audio- oder Videodateien angeboten.
SaniQ Asthma, Lunge &Allergie (Asthma und COPD)	SaniQ Asthma ist ein digitales Gesundheitstagebuch, das Patient:innen beim Umgang mit der Erkrankung unterstützen kann. Es gibt u.a. eine Erinnerungsfunktion für die Durchführung von Messungen und Medikamenteneinnahme. Auch kann die App bei der Verwaltung des Medikamentenvorrats helfen. Dokumentation von: maximaler Ausatemgeschwindigkeit (peak flow), Einsekundenkapazität (FEV1), Gewicht und Sauerstoffsättigung. Medizinische Messwerte kompatibler Geräte können per Bluetooth an die App gesendet werden. Die Basisversion der App ist kosten- und werbefrei. Die Pro-Version für 2,99 € / Monat erlaubt zusätzlich Berichte u. a. in Excel zu exportieren und integriert eine Pollenflug-Vorhersage.
COPD aktuell (COPD)	www.copd-aktuell.de ist ein Onlineportal für COPD-Patient:innen und Angehörige. Das Portal hält umfangreiche Informationen zur medikamentösen Therapie und nicht-medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten bereit. Es werden Tipps für den Umgang mit der Erkrankung und zu Möglichkeiten der Selbsthilfe gegeben. Auch gibt es einen Selbsttest, verschiedene Checklisten und u. a. eine Vorlage für einen Notfallplan. Das Portal ist werbefrei und kostenlos.

App (Indikation)	Inhalt
SaniQ Heart Blutdruck & Puls (Herzinsuffizienz und pAVK)	<p>SaniQ Heart ist ein digitales Gesundheitstagebuch, das Patient:innen beim Umgang mit der Erkrankung unterstützen kann. Es gibt u.a. eine Erinnerungsfunktion für die Durchführung von Messungen und Medikamenteneinnahme. Auch kann die App bei der Verwaltung des Medikamentenvorrats helfen.</p> <p>Dokumentation von: Blutdruck, Puls, Glukosewert und Gewicht.</p> <p>Medizinische Messwerte kompatibler Geräte können per Bluetooth an die App gesendet werden.</p> <p>Die Basisversion der App ist kosten- und werbefrei. Die Pro-Version für 2,99 € / Monat erlaubt zusätzlich Berichte u. a. in Excel zu exportieren.</p>