Bitkom e.V. |

Fast jeder Zweite nutzt Gesundheits-Apps

- Apps, die Vitaldaten aufzeichnen, sind am beliebtesten
- Hauptbeweggrund: Drei Viertel wollen Gesundheit verbessern

Berlin, 5. Mai 2017 – Gesundheits-Apps sind für viele Ansporn sich mehr zu bewegen, unterstützen bei der regelmäßigen Einnahme von Medikamenten sowie der Therapietreue und liefern nützliche Informationen, etwa zu Fitness- oder Ernährungsthemen. Fast jeder zweite Smartphone-Nutzer (45 Prozent) verwendet bereits Gesundheits-Apps. Ebenso viele (45 Prozent) können sich vorstellen, dies künftig zu tun. Lediglich jeder Zehnte (10 Prozent) ist der Meinung, solche Apps künftig eher nicht oder auf gar keinen Fall nutzen zu wollen. „Gesundheits-Apps helfen uns, länger gesund zu bleiben, und, wenn wir krank sind, schneller gesund zu werden“, sagt Bitkom-Hauptgeschäftsführer Dr. Bernhard Rohleder. „Apps motivieren beim Sport, helfen Trainingspläne zu erstellen und warnen, wenn die Vitalwerte nicht mehr im Normbereich liegen und ein Arztbesuch nötig ist.“

Am beliebtesten sind Apps, die ausschließlich Körper- und Fitnessdaten, wie zum Beispiel Herzfrequenz, Blutdruck oder gegangene Schritte, aufzeichnen. Ein Viertel aller Smartphone-Nutzer (27 Prozent) setzt diese digitalen Gesundheitshelfer bereits ein. Ein weiteres Viertel (26 Prozent) kann sich vorstellen, sie künftig zu nutzen. Apps, die lediglich informieren – etwa über Gesundheits-, Fitness-, Gewichts- oder Ernährungsthemen – verwendet jeder Fünfte (20 Prozent), ein weiteres Drittel (29 Prozent) kann sich dies für die Zukunft vorstellen. Geringer ist das Interesse für Anwendungen, die auf der Grundlage der aufgezeichneten Körper- und Fitnessdaten Motivations- oder Verhaltensratschläge geben: 11 Prozent nutzen sie, 18 Prozent können sich dies vorstellen. Apps, die an Impfungen oder an die Einnahme von Medikamenten erinnern, haben derzeit erst 2 Prozent im Gebrauch, ein weiteres Viertel (23 Prozent) kann sich dies für die Zukunft vorstellen.

Drei von vier Befragten (74 Prozent) geben an, solche Apps zu nutzen, um ihre Gesundheit generell zu verbessern. Mehr als der Hälfte (51 Prozent) macht es schlicht Spaß, die eigenen Körper- und Fitnessdaten regelmäßig zu überprüfen. Ebenfalls jeder Zweite (48 Prozent) gibt an, generell mehr über seinen Gesundheitszustand wissen zu wollen. Weitere Beweggründe für die Nutzung sind, das Training zu verbessern (42 Prozent), sich mehr zu bewegen (39 Prozent), sich gesünder zu ernähren (26 Prozent) und die Genesung einer Krankheit zu fördern (17 Prozent). Datenschutzgründe, wie die Angst, dass die Gesundheitsdaten in die falschen Hände gelangen, sind für ein Viertel der Nichtnutzer (25 Prozent) ein Beweggrund, Gesundheits-Apps nicht zu verwenden.

„Gesundheits-Apps sind zum täglichen Begleiter vieler Menschen geworden. Sie haben oft eine prophylaktische, gesundheitsfördernde Funktion, da sie vor allem auch von gesunden Menschen genutzt werden, die ihren eigenen Gesundheitszustand erhalten oder eine individuellere Leistungsanalyse beim Sport wollen“, so Rohleder. Für individuelle Gesundheitshinweise und Analysen könne auch die Weitergabe von Daten sinnvoll oder sogar notwendig sein. Bei der Verarbeitung der besonders sensiblen Gesundheitsdaten müssten dabei stets die höchsten Standards für Datenschutz und technische Sicherheit der Geräte gelten und eingehalten werden. „Die Speicherung und Auswertung der Daten für den Nutzer sollte so transparent wie möglich erfolgen und Daten nur nach Einwilligung an Dritte weitergegeben werden“, sagte Rohleder. Um zwischen guten und schlechten Angeboten zu unterscheiden, könne oft auch ein Blick auf den Hersteller helfen. Empfehlungen gebe es oft auch von Krankenkassen und Ärzten. „Verbraucher sollten bei der Auswahl von Fitness-Trackern außerdem auf die technischen Sicherheitsmerkmale achten und die Datenschutzerklärung sehr sorgfältig lesen.“

Hinweis zur Methodik: Grundlage der Angaben ist eine repräsentative Befragung, die Bitkom Research im Auftrag des Digitalverbands Bitkom durchgeführt hat. Dabei wurden 1.003 Personen ab

14 Jahren befragt, darunter 798 Internetnutzer und 698 Smartphone-Nutzer.

Kontakt

Nina Paulsen
Pressesprecherin
Telefon: +493027576168
E-Mail: n.paulsen@bitkom.org
Download Pressefoto

Dr. Ariane Schenk
Bereichsleiterin E-Health
Nachricht senden

Direktlink: ***https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Fast-jeder-Zweite-nutzt-Gesundheits-Apps.html***