Bitkom e.V. |

# In der Pandemie setzen mehr Senioren auf Gesundheits-Apps

- **3 von 10 Onlinern über 65 Jahren haben bereits Gesundheits- oder Ernährungs-Apps genutzt**
- **Beliebteste Anwendung: Vitaldaten messen**

**Berlin 21. September 2020** - Während der Corona-Pandemie haben viele Senioren Gesundheits-Apps für sich entdeckt. Drei von zehn Internetnutzern über 65 Jahren (29 Prozent) haben bereits Anwendungen genutzt, die beim Sport, gesunder Ernährung oder anderen Gesundheitsthemen unterstützen. Im Januar gab dies erst jeder Vierte der Ü65-Onliner (25 Prozent) an. Das ist das Ergebnis zweier repräsentativer Umfragen aus dem Januar und Juli 2020 im Auftrag des Digitalverbands Bitkom, für die jeweils mehr als 1.000 Menschen über 65 Jahren in Deutschland befragt wurden. „Gesundheits-Apps können für ältere Menschen besonders wertvolle Hilfe leisten“, sagt Bitkom-Hauptgeschäftsführer Dr. Bernhard Rohleder. „Sie unterstützen bei der regelmäßigen Einnahme von Medikamenten, informieren über die eigenen Vitalwerte und geben Ansporn für ein gesundes Leben.“

Am beliebtesten sind Apps, die Körper- und Fitnessdaten aufzeichnen, etwa die Herzfrequenz, Blutdruck oder gegangene Schritte. Gut jeder fünfte Online-Senior (22 Prozent) hat diese digitalen Gesundheitshelfer bereits eingesetzt. Weitere 49 Prozent können sich vorstellen, sie künftig zu nutzen. Apps, die lediglich informieren – etwa über Gesundheits-, Fitness-, Gewichts- oder Ernährungsthemen – hat jeder Sechste (16 Prozent) schon verwendet, ein weiteres Drittel (33 Prozent) kann sich dies für die Zukunft vorstellen. Ähnlich viele (15 Prozent) hatten Apps im Einsatz, die auf Grundlage der aufgezeichneten Körper- und Fitnessdaten Motivations- oder Verhaltensratschläge geben. 36 Prozent erwägen dies. Und Apps für spezielle gesundheitsfördernde Übungen, z.B. physiotherapeutische Rückengymnastik, waren bei 13 Prozent aktiv. Eher gering fällt bislang die Nutzung jener Apps aus, die an Impfungen oder an die Einnahme von Medikamenten erinnern: 8 Prozent haben solche Apps schon genutzt, jeder Zweite (48 Prozent) hält dies in Zukunft für möglich. Tagebuch-Apps zum eigenen Gesundheitszustand waren bei 7 Prozent im Einsatz, ein Viertel (24 Prozent) denkt über eine künftige Nutzung nach. Und Apps, die zur Erforschung des Corona-Virus Forschungsdaten sammeln, um z.B. Rückschlüsse auf die Verbreitung des Virus zu ziehen, nutzten bislang 6 Prozent – ein Drittel der Onliner ab 65 Jahren (33 Prozent) kann sich aber vorstellen, solche Apps künftig zu verwenden. „Das Angebot für Gesundheits-Apps wird weiter zunehmen“, so Rohleder. „Bestimmte Apps lassen sich künftig auf Rezept beziehen, die gesetzliche Grundlage dafür ist bereits gegeben. Anfallende Kosten tragen dann die Krankenkassen.“

**Hinweis zur Methodik:** Grundlage der Angaben sind zwei repräsentative Befragungen, die Bitkom Research im Auftrag des Digitalverbands Bitkom im Januar 2020 und im Juni 2020 durchgeführt hat. Dabei wurden 1.086 bzw. 1.075 Personen ab 65 Jahren befragt, darunter 516 bzw. 522 Internetnutzer. Die Fragestellung lautete: „Welche der folgenden Gesundheits-Apps nutzen Sie bereits bzw. können Sie sich vorstellen, zukünftig zu nutzen?“

## Kontakt

**Marie Kreß**
Pressereferentin
Telefon: +49 30 27576-432
E-Mail: m.kress@bitkom.org

**Dr. Ariane Schenk**

Bereichsleiterin E-Health
Nachricht senden

---

Direktlink: ***https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/In-der-Pandemie-setzen-mehr-Senioren-auf-Gesundheits-Apps***