Homo Digivitalis

TK-Studie zur Digitalen Gesundheitskompetenz 2018

Die Techniker

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser, die erste Revolution im Gesundheitswesen startete 1883, als Otto von Bismarck die gesetzliche Krankenversicherung gründete. Seitdem wurde das System stetig den Herausforderungen der jeweiligen Zeit angepasst. Seit gut 20 Jahren haben die Versicherten das freie Kassenwahlrecht, und das Jahr 2018 könnte ebenfalls ein Meilenstein für die Versicherten werden. Denn die Digitalisierung ist weit mehr als eine Maßnahme auf dem Weg in ein papierloses Gesundheitswesen. Digitalisierung verbessert die medizinische Versorgung, demokratisiert das System und macht den Patienten zum Souverän seiner eigenen Gesundheit. Klingt groß? Ist es auch.

Denn indem wir Prozesse und Informationen digitalisieren, sorgen wir dafür, dass neues Medizinwissen und Leitlinien immer schneller in die Praxen und damit zum Patienten kommen. Weniger Dokumentation bedeutet mehr Zeit für die Patienten, und mit digitalen Routinedaten können wir die medizinische Forschung und Versorgung voranbringen. Digitale Daten helfen uns, Krankheiten und Krankheitsverläufe besser zu verstehen und damit erfolgreicher zu behandeln. Auch in Notfällen kann schneller und präziser geholfen werden, wenn den behandelnden Ärzten schnell alle relevanten Informationen gebündelt vorliegen.

Über all das wurde in den letzten Monaten viel geschrieben und diskutiert. Es ist ein wichtiges und gutes Signal, dass die Digitalisierung des Gesundheitswesens nun auch auf der Agenda dieser Legislaturperiode steht. Die Telematikinfrastruktur soll laut Koalitionsvertrag ausgebaut, die Interoperabilität gefördert werden, und das Fernbehandlungsverbot kommt auf den Prüfstand. Das sind alles wichtige und überfällige Anliegen.

Mindestens ebenso wichtig ist es aber, den Patienten bei dieser Mission mitzunehmen, damit es keine digitale Irrfahrt wird. In einem digitalen Gesundheitswesen ist der informierte Patient wichtiger als je zuvor.

Der Koalitionsvertrag kündigt die elektronische Gesundheitsakte an, und wir als TK machen mit TK-Safe unseren Kunden genau ein solches Angebot. Damit Menschen diesen digitalen Datentresor mit ihren Gesundheitsinformationen wie Rezepten, Röntgenbildern, Befunden, Impfstatus und so weiter perspektivisch nutzen (können), müssen sie gesundheits- und medienkompetent sein.

Dabei geht es nicht nur darum, wie ihre Devices technisch funktionieren, sondern vor allem darum, die Inhalte für sich einzuordnen und nutzbar zu machen. Patienten brauchen nicht nur Informationen zu Diagnosen, sie müssen auch wissen, wie sie diese verwalten und wem sie wie Zugriff gewähren.

Die elektronische Gesundheitsakte wird das Gesundheitswesen auf ein völlig neues Qualitätslevel heben. Viele Menschen sorgen sich aber, zum gläsernen Patienten zu werden. Diese Bedenken nehmen wir sehr ernst. Big Data darf nicht zu Big Business werden. Deshalb möchten wir, dass unsere Versicherten genau wissen, wer welche ihrer Daten einsehen kann und dass sie darüber selbst entscheiden. So sind viele bereit, ihre Daten anonymisiert zur Verfügung zu stellen, wenn damit die medizinische Versorgung vorangebracht wird. Oder wenn es ihren Alltag erleichtert, weil sie zum Beispiel Rezepte nicht mehr von A nach B tragen oder ihren Impfpass suchen müssen.

Vielen ist aber auch gar nicht bewusst, dass sie längst ständig Informationen über sich preisgeben, wenn sie Fitness-Tracker oder Health Apps auf dem Smartphone haben. Apropos – woran erkennt man eigentlich gute Gesundheits-Apps? Auch hier möchten wir ansetzen und diejenigen unterstützen, die sich digital um ihre Gesundheit kümmern.

Wir sehen uns hier als Coach unserer Versicherten. Wir glauben, dass wir als öffentliche Körperschaft ohne Gewinninteresse der beste Partner sind. Wir möchten unsere Kunden fit machen für das digitale Gesundheitswesen, damit sie für sich informierte Entscheidungen treffen können und sich von den neuen Möglichkeiten nicht überfordert fühlen. Damit wir die Menschen abholen können, müssen wir aber zunächst wissen, wie es um ihre Gesundheits- und Medienkompetenz bestellt ist.

Mit der vorliegenden Studie möchten wir den Bedarf, Potenziale und Bedenken identifizieren. Damit wir auf dieser Grundlage Angebote schaffen können, die auf die Bedürfnisse unserer Versicherten zugeschnitten sind. Angebote stehen dabei bewusst im Plural, da die Diversität unserer Versicherten auch in Zukunft ein breites Spektrum an Services und Informationsangeboten erfordert. Denn jeder Patient muss für sich entscheiden können, ob und wie er digitale Angebote wie die elektronische Gesundheitsakte nutzen möchte.

Ihr

Dr. Jens Baas
Vorsitzender des Vorstands
der Techniker Krankenkasse

Zusammenfassung

Für den Studienband zur digitalen Gesundheitskompetenz befragte das Meinungsforschungsinstitut Forsa im Januar 2018 einen bevölkerungsrepräsentativen Querschnitt der Erwachsenen zwischen 18 und 70 Jahren in Deutschland (für den detaillierten Studienaufbau siehe Kapitel 14).

Drei Viertel halten die elektronische Gesundheitsakte für eine gute Idee Drei von vier Erwachsenen zwischen 18 und 70 Jahren halten die elektronische Gesundheitsakte (eGA), in der sie alle Informationen zu ihrer Gesundheit gesammelt an einer Stelle organisieren können, für eine gute Idee.

Am größten ist der Zuspruch für die eGA bei den 30- bis 39-Jährigen, hier befürworten 82 Prozent ein solches Angebot. In dieser Lebensphase müssen viele nicht nur Kinder und Beruf in Einklang bringen, sondern kümmern sich auch um ihre Eltern. Die sogenannte Sandwich-Generation ist deshalb besonders offen für Angebote, die sie bei der Organisation ihres Alltags unterstützen.

Jeder Fünfte möchte die Akte selbst verwalten Jeder Fünfte möchte die elektronische Gesundheitsakte selbst verwalten. Der Wunsch, den Zugriff auf die eigenen Gesundheitsdaten selbst zu verwalten, steigt mit der Digitalaffinität. Fast ein Viertel der Befragten, die angeben, dass das Internet für sie eine wichtige Informationsquelle ist, wenn sie sich über Gesundheit informieren, möchten auch die eGA selbst pflegen. Bei denen, die sich kaum oder gar nicht online informieren, sind es nur 13 Prozent.

43 %

bescheinigen sich eine gute oder sehr gute Gesundheitskompetenz

Auch die allgemeine Gesundheitskompetenz spielt hier eine Rolle. Je höher die Befragten sie selbst bewerten, desto größer ist der Anteil derer, die sich selbst um ihre digitalen Gesundheitsdaten kümmern möchten. Kompetenz und Alter sind die beiden Kriterien, die am stärksten mit der Digitalaffinität korrelieren.

Mehr als vier von zehn Menschen kennen sich mit Gesundheit aus 43 Prozent der Befragten sehen sich als Gesundheitsauskenner, das heißt sie kennen sich nach eigener Einschätzung gut oder sehr gut in Gesundheitsthemen aus. Weitere 42 Prozent bescheinigen sich zufriedenstellendes Gesundheitswissen. Jeder Siebte gibt an, sich wenig oder gar nicht in Gesundheitsthemen auszukennen. Der Anteil derer, die sich nicht auskennen, liegt mit 18 Prozent bei Männern deutlich höher als bei den Frauen, von denen nur jede Zehnte angibt, wenig Gesundheitswissen zu haben.

Drei von vier Befragten fällt die Informationsbeschaffung leicht Nur gut ein Fünftel der Befragten gibt an, dass sie sehr gut in der Lage sind, sich Gesundheitsinformationen zu beschaffen. Weiteren 53 Prozent gelingt es „gut". Gut ein Fünftel bescheinigt sich zufriedenstellende Recherchefähigkeiten, nur vier Prozent sagen, dass sie nicht in der Lage sind, sich über Gesundheit zu informieren.

Internet zweitwichtigste Informationsquelle 77 Prozent der Menschen nutzen das Internet, um sich über Gesundheit zu informieren. Damit stehen Online-Informationen nach den Ärzten auf Platz 2 der wichtigsten Quellen, gefolgt von Familie und Freunden (72 Prozent), Apothekern (54 Prozent) und Krankenkassen (50 Prozent).

Wenn es um Gesundheit geht, liegen Dr. Google und Krankenkassen vorn Wenn im Internet nach Gesundheitsthemen gesucht wird, steuern nahezu alle (95 Prozent) zuerst die Eingabemaske einer Suchmaschine an, auf dem zweiten Platz liegen Informationsangebote der Krankenkassen (45 Prozent), dicht gefolgt von Gesundheitsportalen (44 Prozent) und staatlichen Online-Angeboten wie dem der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (43 Prozent). Nur ein Viertel der Befragten informiert sich in sozialen Netzwerken. Überdurchschnittlich häufig geben die Unter-40-Jährigen und Befragte mit niedrigem Bildungsabschluss Netzwerke wie Facebook als Quelle an. Mit dem Bildungsabschluss steigt die Inanspruchnahme staatlicher Angebote.

Ein Viertel der Nonliner hat kein Vertrauen in Online-Informationen Diejenigen, die sich nicht im Internet über Gesundheit informieren, begründen dies vor allem damit, dass sie lieber auf persönliche Informationen setzen, zum Beispiel von ihrem Arzt (95 Prozent), oder dass sie wenig Vertrauen in Online-Informationen haben (69 Prozent). 76 Prozent finden es schwierig, seriöse von unseriösen Informationen zu unterscheiden. 42 Prozent haben Sorgen vor Panikmache aus dem Netz, und 49 Prozent sagen, sie brauchen gar keine Gesundheitsinformationen.

Jeder Vierte nutzt Apps und Tracker Mehr als ein Viertel der Befragten (27 Prozent) nutzt inzwischen Angebote zur digitalen Selbstvermessung wie Fitness-Tracker, Pulsuhren oder Online-Gesundheitscoaches, die individuelle und interaktive Programme beispielsweise zu Ernährung oder Sport anbieten.

Überdurchschnittlich hoch ist der Anteil der digitalen Self-Tracker bei den Unter-40-Jährigen (32 Prozent) und den TK-Versicherten (34 Prozent). Zudem fällt auf, dass chronisch kranke Menschen die digitalen Gesundheitsgadgets ebenso viel nutzen wie die Gesunden (jeweils 27 Prozent). Die Annahme, Self-Tracking sei nur etwas für Gesunde, bestätigt sich nicht.

Inhalt

1 Gesundheit + digitale Medienkompetenz = Digitale Gesundheitskompetenz

8 Informierter Patient dank Dr. Google?
8 Medienkompetenz ist Gesundheitskompetenz
9 #patientenpower – Elektronische Gesundheitsakte fördert Selbstbestimmung der Patienten
9 Patienten zu Experten ihrer Gesundheit qualifizieren

2 Wissen ist Macht – macht Wissen gesund?

10 Wissen ist eine Gesundheitsressource
10 Von Onlinern und Nonlinern – Netzaffinität ist immer noch eine Altersfrage
10 Je älter, desto offline
11 Trotz Flatrate – Online-Nutzung steigt mit dem Einkommen

3 Gesundheit! Was wissen wir darüber?

13 Gesundheitsauskenner im Norden und im Osten
13 Gesundheitswissen ist auch eine Bildungsfrage

4 Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker oder Dr. Google?

14 Drei Viertel wissen, wie sie an Informationen kommen
14 Sprechstunde bei Dr. Net
16 Klassische Informationsmedien verlieren an Bedeutung

5 Nachrichten aus Digitalien – das Netz als (Des-)Informationsquelle

19 Gesundheitsinfos aus dem Netz für die Sandwich-Generation besonders relevant
19 Jeder fünfte Senior findet das Netz irrelevant
19 Digitalien liegt im Südwesten

6 Gute Seiten, schlechte Seiten – wo informiert sich Deutschland im Netz?

21 Dr. Google auf Platz 1
21 Suchmaschinenalgorithmus erfordert Medienkompetenz
21 Gesundheitsexperten im Netz
23 Meinung bilden ist auch Bildungsfrage
24 Selbsthilfeinformationen vor allem für Frauen wichtig
24 Das Internet, Dein Freund und Helfer?
24 Je besser die Gesundheits- und Medienkompetenz, desto besser die Online-Informationen

7 Nie-Health statt E-Health – was spricht gegen Online-Gesundheitsinformationen?

25 Drei Viertel der Nonliner haben Probleme, seriöse Quellen zu erkennen
25 Frauen treibt vor allem die Angst vor Panikmache und der Datenschutz um
25 Mit dem Bildungslevel werden wir skeptischer
25 Je älter, desto mehr Vertrauen
26 Gesundheitsauskenner sind besonders misstrauisch

8 App jetzt gesund? Digitale Selbstvermessung in Deutschland

27 Mehr als jeder Vierte ist ein Self-Tracker
29 Mit dem Einkommen steigt die digitale Selbstvermessung
29 Auch Chroniker nutzen Health-Tracking
30 Jeder Zweite möchte die digitale Krankenkasse

9 Gesundheitskompetenz 3.0 – der Patient als Souverän seiner Gesundheit

32 Drei Viertel der Menschen möchten die elektronische Gesundheitsakte
33 Mehr eGA-Fans im Osten
34 Kranke Menschen skeptischer gegenüber elektronischer Datenbündelung

10 Akte X – Was soll in die Akte?

35 Impfstatus, Bonusheft und Organspendeausweis in Papier sind out
35 Patientenakten zum Patienten
36 Der Nächste, bitte! Alle Arzttermine in einer Akte?

11 Elektronische Gesundheitsakte interaktiv – was geht?

38 Fast jeder Vierte möchte in die Videosprechstunde

12 In welchem Hafen soll der Daten-Container eGA anlegen?

40 Jeder Fünfte möchte die eGA selbst verwalten
41 Selbstmanagement braucht Gesundheitskompetenz
42 Zustimmung für Krankenkassenlösung groß

13 Fazit

14 Studienaufbau

44 Region
44 Weitere soziodemografische Daten
44 Umfragemethode

15 Literaturliste

1 Gesundheit + digitale Medienkompetenz = Digitale Gesundheitskompetenz

Gesundheitswissen und Gesundheitswesen werden zunehmend digital. Was bedeutet das für die Versicherten? Welche Kompetenzen brauchen sie, um sich über Gesundheit zu informieren und für sich die richtigen Entscheidungen treffen zu können, sprich: damit sie sich auch künftig um ihre Gesundheit kümmern können?

Informierter Patient dank Dr. Google? Dank des Internets ist der Zugang zu Gesundheitsinformationen in den letzten 20 Jahren wesentlich leichter geworden. Heute kann jeder zu jeder Zeit von nahezu jedem Ort aus im Internet Informationen zu Diagnosen, Krankheitsverläufen, Therapieoptionen und Packungsbeilagen finden.

Studien zeigen, dass viele Patienten vor und nach Arztbesuchen Dr. Google befragen. Gesucht wird in der Suchmaschine vor allem nach Beschwerden, die den Arztbesuch erforderlich machen, wie zum Beispiel Diabetes, und nach sogenannten Tabukrankheiten, bei denen die Betroffenen nicht unmittelbar zum Arzt gehen, wie Magersucht oder Hämorrhoiden.[1] Auch zu Themen wie Schwangerschaft und Ernährung ist der Informationsbedarf offenbar groß.

Patienten möchten heute informiert sein und an Entscheidungen, die ihre Gesundheit betreffen, beteiligt werden. Die Halbgötter in Weiß, deren alleiniges Wissen früher für eine einseitige Kommunikation in Praxen und Kliniken sorgte, danken zunehmend ab und machen den Weg frei für Arzt-Patienten-Gespräche auf Augenhöhe.

Allerdings fällt es vielen Menschen schwer, die für sie passenden Informationen zu filtern und seriöse von unseriösen Quellen zu unterscheiden. Welche Informationen Dr. Google nach welchen Kriterien generiert, ist für den Nutzer kaum nachvollziehbar. Nutzerstatistiken zeigen allerdings, dass meist nur die ersten beiden Suchergebnisseiten angesteuert werden. Der Google-Algorithmus entscheidet also darüber, welche Gesundheitsinformationen die Nutzer erhalten.

Medienkompetenz ist Gesundheitskompetenz Um Informationen zu finden, die zur eigenen gesundheitlichen Situation passen, um Inhalte deuten und Quellen einordnen zu können, müssen die Versicherten medienkompetent sein. Dazu gehört nicht nur der technische Umgang mit digitalen Devices, sondern auch eine qualitative Medienkompetenz.

Dazu kommt, dass das Gesundheitswesen nun auch zunehmend digital wird. Noch in diesem Jahr wird den Versicherten der Techniker bundesweit die elektronische Gesundheitsakte TK-Safe zur Verfügung gestellt, mit der sie ihre Gesundheitsdaten selbst verwalten können. Innerhalb der bereits seit 2017 verfügbaren TK-App können Kunden perspektivisch Informationen abspeichern, zum Beispiel zu Arzneimittelverordnungen und Befunden.

#patientenpower – Elektronische Gesundheitsakte fördert Selbstbestimmung der Patienten Die Elektronische Gesundheitsakte schafft Transparenz und fördert die informationelle Selbstbestimmung der Patienten. Damit wird der Patient zum Souverän seiner eigenen Gesundheit, hat Zugriff auf alle Informationen, die seine Gesundheit betreffen, und entscheidet allein, welcher Arzt oder welche Klinik wann Einsicht auf welche Informationen bekommt. In Zukunft soll die Akte nicht nur Informationen sammeln, sondern den Versicherten auch Services bieten, wie zum Beispiel das Vereinbaren von Arztterminen.

Der Patient ist Souverän seiner eigenen Gesundheit

Die neue digitale Gesundheitswelt bietet den Versicherten also viele neue Möglichkeiten, sich zum Experten ihrer eigenen Gesundheit zu qualifizieren. Sie verlangt ihnen aber auch ein großes Maß an Eigenständigkeit und Digitalaffinität ab. Um sich im digitalen Gesundheitswesen zurechtzufinden, braucht es also auch digitale Gesundheitskompetenz.

Patienten zu Experten ihrer Gesundheit qualifizieren Ärzte, Krankenkassen und staatliche Stellen sind deshalb gefordert, den Menschen Informationsangebote zu machen, die sie dabei unterstützen, sich zu Experten ihrer eigenen Gesundheit zu qualifizieren. Manche Ärzte sehen das Netz eher als unliebsame Konkurrenz und ärgern sich über Patienten, die mit ungefiltertem Halbwissen in die Praxis kommen. Sie verpassen hier eine Chance: die Chance, Patienten den Zugang zu qualifizierten und verständlichen Informationen zu verschaffen und sie damit zu motivieren, selbst mehr Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen.

2 Wissen ist Macht – macht Wissen gesund?

Wissen ist eine Gesundheitsressource „Im 19. Jahrhundert war sauberes Wasser die wichtigste Ressource für Gesundheit, im 21. Jahrhundert ist es sauberes Wissen", wird Günther Jonitz, Präsident der Berliner Ärztekammer, im Januar 2018 in der Süddeutschen Zeitung zitiert.[2] Verlässliche, wissenschaftlich fundierte und vor allem verständliche Gesundheitsinformationen sind demnach heute die wichtigste Voraussetzung für ein gesundes Leben. Patienten können nur dann informierte Entscheidungen für sich treffen, wenn ihnen alle unabhängigen und wissenschaftlich fundierten Informationen vorliegen.

Studien zeigen, dass Patienten, die gut über ihre Diagnose informiert sind, die ihre Therapieoptionen kennen und Entscheidungen gemeinsam mit ihren Ärzten treffen, sich besser an die Therapie halten. Experten sprechen hier von der sogenannten Adhärenz (Therapietreue). Dabei geht es zum Beispiel um die regelmäßige Arzneimitteleinnahme oder das Einhalten einer Diät. Informierte Patienten, die sich zusammen mit ihrem Arzt für eine Therapieoption entschieden haben, halten sich eher an die Therapie als andere. Das Wissen um Wirkungszusammenhänge wirkt positiv auf die Gesundheit beziehungsweise den Krankheitsverlauf. Laut einer Studie der DAK-Gesundheit[3] erwarten knapp 60 Prozent der jüngeren Ärzte, dass digitale Angebote die Therapietreue der Patienten verbessern.

75 %

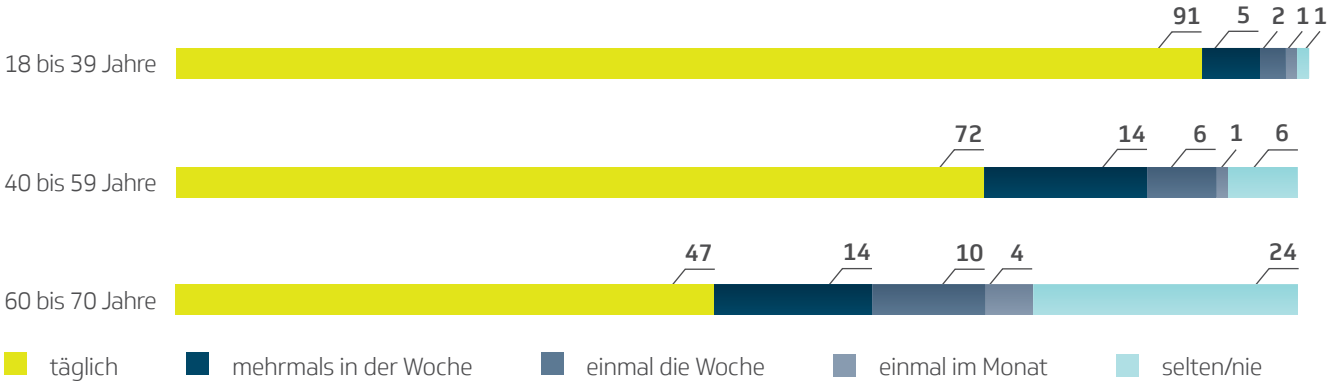
der Erwachsenen zwischen 18 und 70 Jahren sind täglich online

Wie steht es aber derzeit überhaupt um das Gesundheitswissen der Menschen in Deutschland? Wie gut sind sie informiert, wo informieren sie sich und welche Rolle spielen digitale Informationen dabei? Nutzen die Menschen in Deutschland digitale Medien, um sich über Gesundheit zu informieren? Und gelingt es ihnen, dort die für sie relevanten und verständlichen Information zu finden? Wie finden sie die Idee einer elektronischen Gesundheitsakte?

Von Onlinern und Nonlinern – Netzaffinität ist immer noch eine Altersfrage Wir leben in einer digitalen Gesellschaft. Vor allem in der jüngeren Generation geht kaum noch jemand ohne Smartphone vor die Tür. Die Generation „Always on" kommuniziert und organisiert ihr Leben digital. Entsprechend ist es wenig verwunderlich, dass 93 Prozent der Erwachsenen unter 30 angeben, mindestens einmal am Tag online zu sein, zwei Drittel von ihnen mehrmals. Seltener als einmal die Woche ist in dieser Altersgruppe niemand im Netz.

Je älter, desto offline Mit dem Alter sinkt jedoch das Bedürfnis nach „always on". Bei den 40- bis 49-Jährigen sind nur noch 83 Prozent täglich mindestens einmal online, ab 50 nur noch 63 Prozent und ab 60 ist nicht einmal die Hälfte der Befragten täglich im Netz. In dieser Altersgruppe lebt fast ein Fünftel komplett offline und nutzt das Internet gar nicht.

Onliner und Nonliner: Fast die Hälfte der Senioren nutzt das Internet täglich, jeder Vierte selten oder nie.
Internetnutzung nach Alter in Prozent



Gerade in den höheren Altersgruppen ist zwar die Netzaffinität geringer ausgeprägt, es steigt aber bei den meisten Menschen die Zahl der Arztbesuche, das Arzneimittelvolumen und andere medizinische Anwendungen. So zeigt eine Statista-Umfrage, dass 22 Prozent der Senioren ab 65 mindestens einmal im Monat beim Arzt sind.[4] Der Nutzen einer elektronischen Akte, in der alle Gesundheitsdaten und -befunde zentral einsehbar sind, hätte also vor allem für die älteren Patientengruppen großen Nutzen. Dafür müssten aber die Online-Affinität und die digitale Medienkompetenz gerade der älteren Bevölkerung gefördert werden.

Die Einführung digitaler Angebote im Gesundheitswesen sollte daher immer mit einem Informationsangebot zur technischen und inhaltlichen Nutzung einhergehen, um die Akzeptanz insbesondere bei weniger digital affinen Kundengruppen zu fördern.

Trotz Flatrate – Online-Nutzung steigt mit dem Einkommen

Auch wenn das Alter der Faktor ist, der am deutlichsten in Korrelation mit der Online-Nutzung steht, zeigen die Studiendaten weitere Verbindungen. Obwohl die Internetnutzung heute kaum noch ein Kostenfaktor ist, weil weitestgehend über Flatrates abgerechnet wird und auch die digitalen Endgeräte immer preiswerter erhältlich sind, ist der Anteil der Menschen, die mindestens einmal am Tag online sind, umso höher, je größer das Einkommen ist. In Haushalten mit einem Einkommen unter 1.500 Euro gehen 57 Prozent täglich ins Internet, bei den Haushalten mit 4.000 Euro und mehr sind es fast 90 Prozent. Ebenso deutlich ist die Korrelation zum Faktor Bildung: Knapp die Hälfte der Befragten mit Volks- oder Hauptschulabschluss gibt an, täglich das Internet zu nutzen, bei den Menschen mit Abitur oder Studium liegt der Anteil bei 89 Prozent.

3 Gesundheit! Was wissen wir darüber?

Im nächsten Schritt der Umfrage wurden die Teilnehmer gefragt, wie gut sie sich in Gesundheitsthemen auskennen. Immerhin: 43 Prozent der Befragten sehen sich selbst als Auskenner mit gutem oder sehr gutem Gesundheitswissen.

Weitere 42 Prozent sind mit ihren Kenntnissen zufrieden, nur jeder Siebte kennt sich nach eigener Angabe weniger gut oder schlecht aus, wenn es um Gesundheit geht. Bei diesem Thema gibt es auch kaum signifikante Unterschiede zwischen Altersgruppen und Geschlechtern. Bei den Männern liegt der Anteil derer, die sich kaum oder gar nicht auskennen, mit 19 Prozent allerdings höher als bei den Frauen mit zehn Prozent.

Ins Auge fällt, dass sich bei den Erwerbstätigen elf Prozent beste Kenntnisse bescheinigen – gut doppelt so viele wie bei den Erwerbslosen (fünf Prozent).

Nord-Süd-Gefälle bei den Gesundheitsauskennern
Anteil der Befragten, der sich gut oder sehr gut in Gesundheitsthemen auskennt

51 %
Brandenburg (BB)
Berlin (BE)

50 %
Bremen (HB)
Hamburg (HH)
Niedersachsen (NI)
Schleswig-Holstein (SH)
Mecklenburg-Vorpommern (MV)
Sachsen (SN)
Sachsen-Anhalt (ST)
Thüringen (TH)

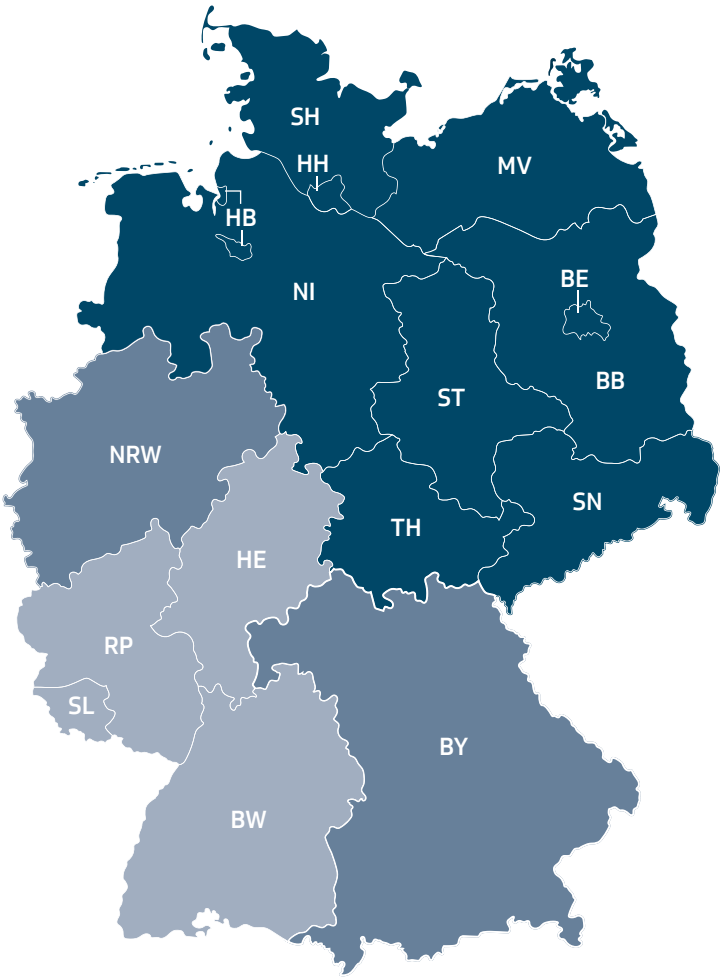
42 %
Nordrhein-Westfalen (NRW)

40 %
Bayern (BY)

35 %
Hessen (HE)
Rheinland-Pfalz (RP)
Saarland (SL)

34 %
Baden-Württemberg (BW)

Ø Bundesdurchschnitt: 43 %



Gesundheitsauskenner im Norden und im Osten Deutliche Unterschiede gibt es zwischen den Regionen. Während sich im Norden und Osten der Republik jeder Zweite gut oder sehr gut in Gesundheitsthemen auskennt, hält sich in Hessen, Rheinland-Pfalz, dem Saarland und Baden-Württemberg gerade mal gut ein Drittel der Befragten für Gesundheitsauskenner. Dies ist vor allem vor dem Hintergrund interessant, dass nach den Krankenstandsdaten der TK[5], in Baden-Württemberg die gesündesten Beschäftigten leben.

Die vorliegende Befragung zeigt eine Verbindung zwischen Gesundheit und Gesundheitswissen: Diejenigen, die bei guter beziehungsweise sehr guter Gesundheit sind, kennen sich auch häufiger in Sachen Gesundheit gut aus. Knapp die Hälfte bescheinigt sich hier gutes oder sehr gutes Wissen. Bei den Befragten, denen es nicht gut geht, sind es 40 Prozent.

Dabei wäre es gerade für kranke Menschen wichtig, sich Gesundheitswissen anzueignen, um zu erfahren, was sie für sich tun und wie sie ihren Krankheitsverlauf positiv beeinflussen können. Initiativen wie das TK-Angebot „Sport als Therapie“[6] zeigen, wie sich der Lebensstil von Patienten, das heißt zum Beispiel, wie sie sich bewegen, wie sie sich ernähren und wie sie mit Stress umgehen, auf die Therapie auswirken kann. Wer mehr über Gesundheit und die Wirkungszusammenhänge weiß, kann auch direkten Einfluss nehmen. Wissen spielt also auch hier eine entscheidende Rolle.

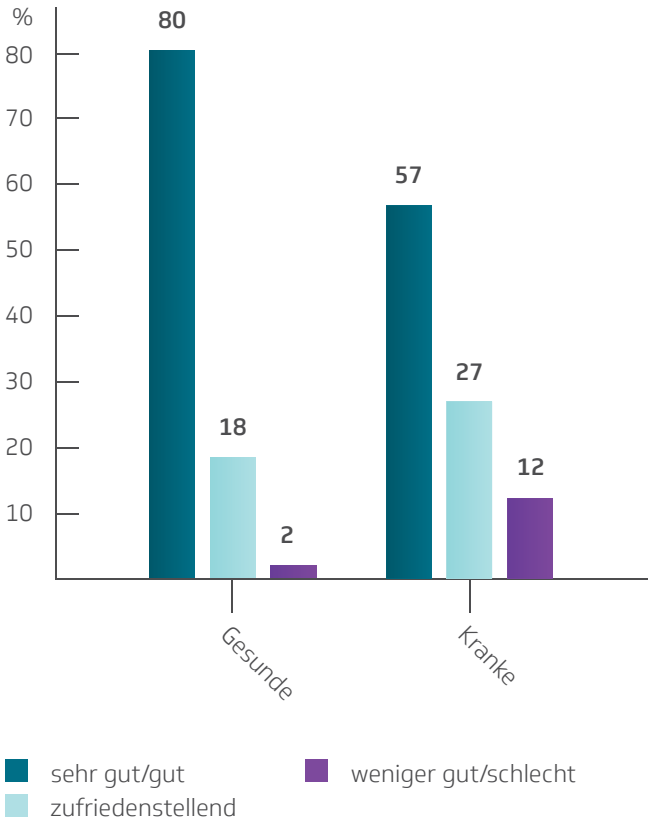
Gesundheitswissen ist auch eine Bildungsfrage Wissen ist in der heutigen Gesellschaft, in der die Wissensvermittlung nicht mehr ausschließlich in Schulen stattfindet, nicht nur eine Frage des Bildungsabschlusses. Die Vermutung liegt nahe, dass diejenigen, die bis zum Abitur zur Schule gegangen sind, mehr Wissen gesammelt und auch mehr Kompetenzen erlangt haben, Informationen zu finden und zu deuten.

Gesundheit ist – entgegen einigen Forderungen aus der Politik – kein Schulfach und wird bisher kaum in Schulen vermittelt. Die vorliegende Studie zeigt beim Thema Gesundheitswissen einen sichtbaren Unterschied zwischen den Bildungsabschlüssen. Bei den Befragten mit Volks-, Hauptschul- oder mittlerem Bildungsabschluss geben jeweils gut 40 Prozent an, sich in Sachen Gesundheit gut oder sehr gut auszukennen, in der Gruppe mit Abitur oder Studium bescheinigt sich die Hälfte gutes Gesundheitswissen.

4 Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker oder Dr. Google?

Der Zugang zu Wissen ist in einer digitalen Gesellschaft einfacher – auch in Sachen Gesundheit.

Vor allem kranken Menschen fällt es schwer, an gute Gesundheitsinformationen zu kommen
Wie gut gelingt es Ihnen, sich die Gesundheitsinformationen zu beschaffen, die Sie brauchen?



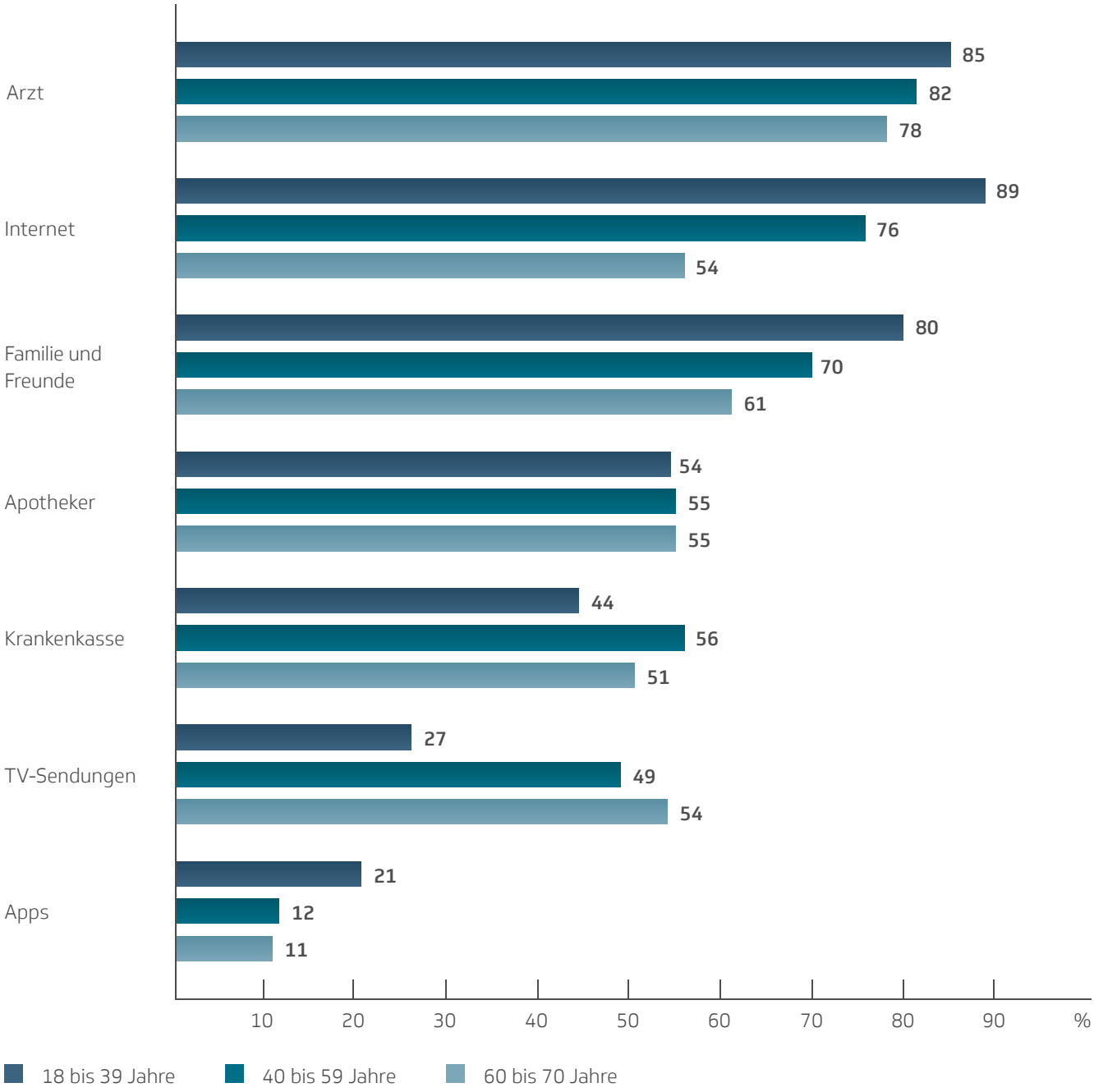
4 % weiß nicht/keine Angabe

Drei Viertel wissen, wie sie an Informationen kommen Drei von vier Befragten geben an, dass sie gut oder sehr gut in der Lage sind, an Gesundheitsinformationen zu kommen. Gut ein Fünftel bewertet die eigenen Fähigkeiten zur Informationsbeschaffung immer noch als zufriedenstellend. Nur vier Prozent sind also nach eigener Einschätzung kaum oder gar nicht in der Lage, an Informationen zu gelangen.

Allerdings fällt auf, dass es kranken Menschen offenbar schwerer fällt, gute Informationen zu finden. Während bei den gesunden Befragten vier von fünf Menschen angeben, dass sie guten Zugang zu Gesundheitsinformationen haben, stimmen dem nur 57 Prozent der Menschen zu, die bei schlechter Gesundheit sind.

Sprechstunde bei Dr. Net Wichtigste Quelle und Anlaufstelle wenn es um Gesundheitsinformationen geht, ist immer noch der Arzt: 82 Prozent der Befragten geben an, sich beim Medizinexperten über Gesundheit zu informieren. Auffällig ist, dass die Ärzte für Menschen im urbanen Raum offenbar als Ratgeber wichtiger sind. 84 Prozent der Stadtbevölkerung benennen sie als wichtige Informationsquelle, in ländlichen Gebieten geben nur sieben von zehn Befragten ihren Arzt an.

Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker oder Dr. Google?
Anteil der Befragten, der beim Thema Gesundheit folgende Informationsquelle nutzt



Mehrfachnennungen möglich

Knapp dahinter, auf Platz zwei, rangiert das Internet. 77 Prozent recherchieren hier bei Gesundheitsfragen. Überdurchschnittlich häufig wird das Netz von Versicherten der TK und der Betriebskrankenkassen als Informationsquelle angegeben, am seltensten von AOK-Kunden (69 Prozent).

Der dritte Platz geht an Familie und Freunde, die von 73 Prozent der Menschen zu Rate gezogen werden. Auf den weiteren Plätzen folgen Apotheken und Krankenkassen, die jeder Zweite in Anspruch nimmt.

Klassische Informationsmedien verlieren an Bedeutung

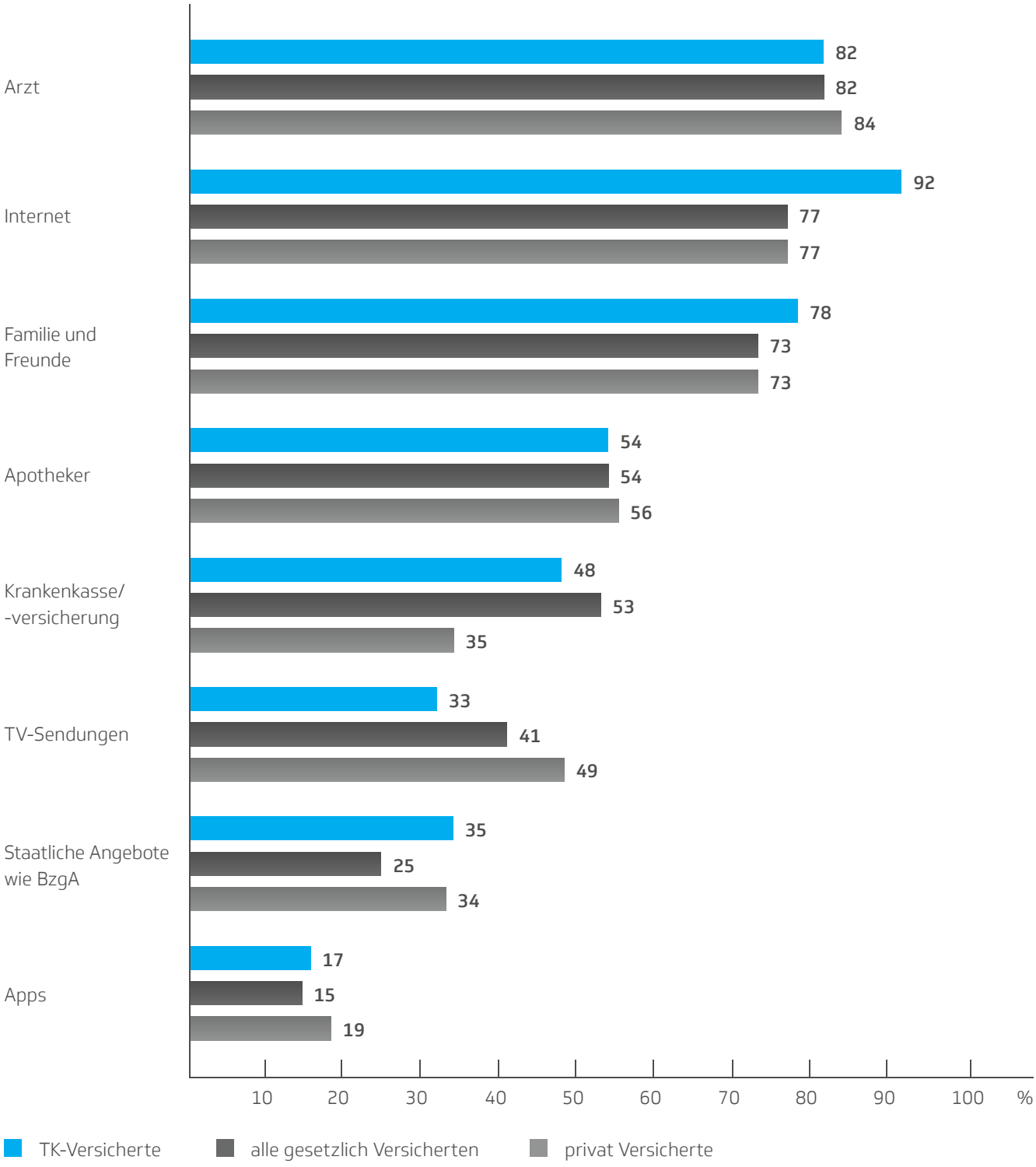
Jeweils 40 Prozent – die Älteren mehr als die Jüngeren – informieren sich in Broschüren oder TV, etwas weniger genutzt werden Zeitschriften (36 Prozent), Bücher (35 Prozent) und Tageszeitungen (34 Prozent). Knapp dahinter auf Platz elf folgt das Radio (30 Prozent), und ein Viertel der Erwachsenen nutzt staatliche Informationsangebote wie zum Beispiel die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). 15 Prozent informieren sich in digitalen Apps. Hier ist die Nutzung bei den jungen Erwachsenen deutlich verbreiteter. Verbraucherzentralen (acht Prozent) und Selbsthilfegruppen (vier Prozent) werden deutlich seltener genannt - vermutlich, weil sie eher anlassbezogen zu spezifischen Fragen kontaktiert werden.

Gesetzlich Versicherte nutzen überdurchschnittlich oft Informationsangebote ihrer Versicherung

Auffällig ist, dass Versicherte der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) deutlich stärker die Informationsangebote ihrer Krankenkasse in Anspruch nehmen als die Privatversicherten. Dies hängt vermutlich vor allem damit zusammen, dass große Krankenkassen wie die TK, die allein mehr Menschen versichert als die private Krankenversicherung (PKV) insgesamt, umfangreiche Online-Informationen und -services zur Verfügung stellen.

Bei den Privatversicherten genießen TV-Sendungen, Apps und staatliche Informationsangebote einen größeren Stellenwert als im GKV-Durchschnitt.

Arzt und Internet sind die wichtigsten Gesundheitsratgeber



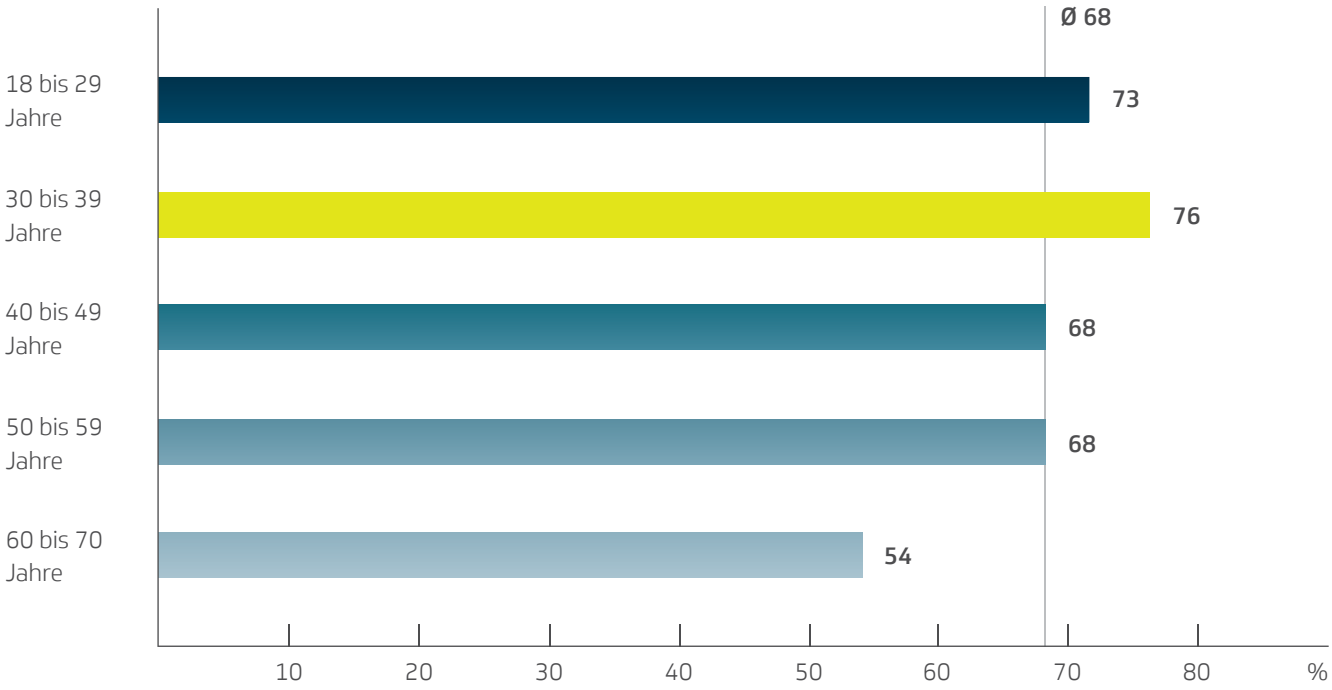
5 Nachrichten aus Digitalien – das Netz als (Des-)Informationsquelle

„Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!" – wer außerhalb von Fachkreisen für Heilmittel wirbt, muss diesen Text angeben, deutlich abgesetzt von den Werbeaussagen. So will es das Heilmittelwerbegesetz[7].

Der Gesetzgeber legt Wert darauf, dass die Werbetreibenden neutrale Patienteninformation für den Verbraucher klar erkennbar von interessegeleiteten Werbebotschaften abgrenzen. Im Internet ist der Unterschied zwischen werblichen und wissenschaftlich fundierten Inhalten für den Nutzer nicht immer klar. Umso wichtiger daher die Frage, welchen Stellenwert das Internet als Informationsquelle für Gesundheit hat und wie kompetent sich die Menschen hierzulande fühlen, Online-Informationen zu finden und einzuordnen.

Für 68 Prozent der Befragten ist das Internet mittlerweile eine wichtige oder sehr wichtige Informationsquelle, wenn sie sich zum Thema Gesundheit informieren möchten. Wenig überraschend hat das Netz in den jüngeren Altersgruppen eine größere Relevanz. Während bei den Unter-30-Jährigen 73 Prozent sagen, das Netz sei wichtig oder sehr wichtig, sind es bei den Befragten ab 60 Jahren nur noch 54 Prozent.

Internet vor allem für die Sandwich-Generation wichtige Quelle
Anteil der Befragten, der das Netz als Quelle für Gesundheitsinformationen sehr wichtig oder wichtig findet



Gesundheitsinfos aus dem Netz für die Sandwich-Generation besonders relevant In der Generation X zwischen 30 und 39 Jahren hat das Internet beim Thema Gesundheit einen hohen Stellenwert – mehr als drei Viertel finden Online-Informationen wichtig oder sehr wichtig.

Hier lässt sich vermuten, dass die sogenannte Sandwich-Generation besonders empfänglich für die beiden wesentlichen Vorteile des Internets ist: Online-Informationen sind jederzeit verfügbar und bieten zu jeder Tages- und Nachtzeit Antworten auf nahezu alle Fragen des Lebens. Denn diese Lebensphase, die auch als „Rushhour des Lebens" bezeichnet wird, fordert den Betroffenen durch Mehrfachbelastungen wie Job, Kinder, Hausbau, Pflege und Ähnliches oft tatsächlich viel ab. Die TK-Stressstudie 2016[8] zeigt, dass das Stresslevel in dieser Generation besonders hoch ist. Auch Gesundheit wird in dieser Lebensphase oft erstmals ein Thema: Schwangerschaft, Kindergesundheit, Vorsorge und Pflege sind Themen, mit denen viele erstmals in Kontakt kommen. Im Netz suchen sie nach schneller Hilfe.

Jeder fünfte Senior findet das Netz irrelevant Entsprechend ist der Anteil derer, die das Internet nicht als relevante Gesundheitsinformationsquelle ansehen, in dieser Generation mit fünf Prozent besonders klein. Ab 60 sagen 20 Prozent, dass das Internet für sie als Quelle unwichtig ist.

Die Studie zeigt zudem, dass diejenigen, die sich grundsätzlich in Gesundheitsthemen gut auskennen, auch öfter das Internet als wichtiges Informationsmedium angeben. Drei von vier Befragten, die sich als gesundheitskompetent erachten, informieren sich online über Gesundheitsthemen. Bei denen, die sich wenig oder gar nicht auskennen, sind es nur 55 Prozent.

Digitalien liegt im Südwesten Auch wenn das Netz immer und überall verfügbar ist, ist man nicht überall gleichermaßen im Netz. Das gilt zumindest für das Thema Gesundheit. Während der Südwesten, das heißt Hessen, Rheinland-Pfalz und das Saarland, zuvor noch als die Region mit den wenigsten Gesundheitsauskennern auffiel (siehe Kapitel 3), zeigt sich nun, dass gerade dort das Internet die größte Relevanz als Informationsquelle hat. Fast acht von zehn Befragten geben an, dass ihnen das Internet bei Gesundheitsfragen wichtig oder sehr wichtig ist. Ebenso hoch ist der Anteil in Berlin und Brandenburg mit 77 Prozent. Den geringsten Stellenwert haben Online-Gesundheitsinformationen für die Menschen in Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen. Dort informieren sich nur knapp 60 Prozent online.

Signifikante Unterschiede bei der Bewertung des Internets als Gesundheitsinformationsportal ergeben sich auch zwischen den Kundengruppen der verschiedenen Krankenversicherungen. So finden acht von zehn Versicherten der TK das Internet wichtig oder sehr wichtig, bei den PKV-Versicherten sind es 72 Prozent, bei AOK und BKK sehen nur sechs von zehn Kunden digitale Informationsangebote als wichtige Quelle.

Netz ist wichtige Informationsquelle wenn es um Gesundheit geht
Anteil der Befragten, der das Netz als Quelle für Gesundheitsinformationen sehr wichtig oder wichtig findet

78 %
Hessen (HE)
Rheinland-Pfalz (RP)
Saarland (SL)

77 %
Brandenburg (BB)
Berlin (BE)

73 %
Nordrhein-Westfalen (NRW)

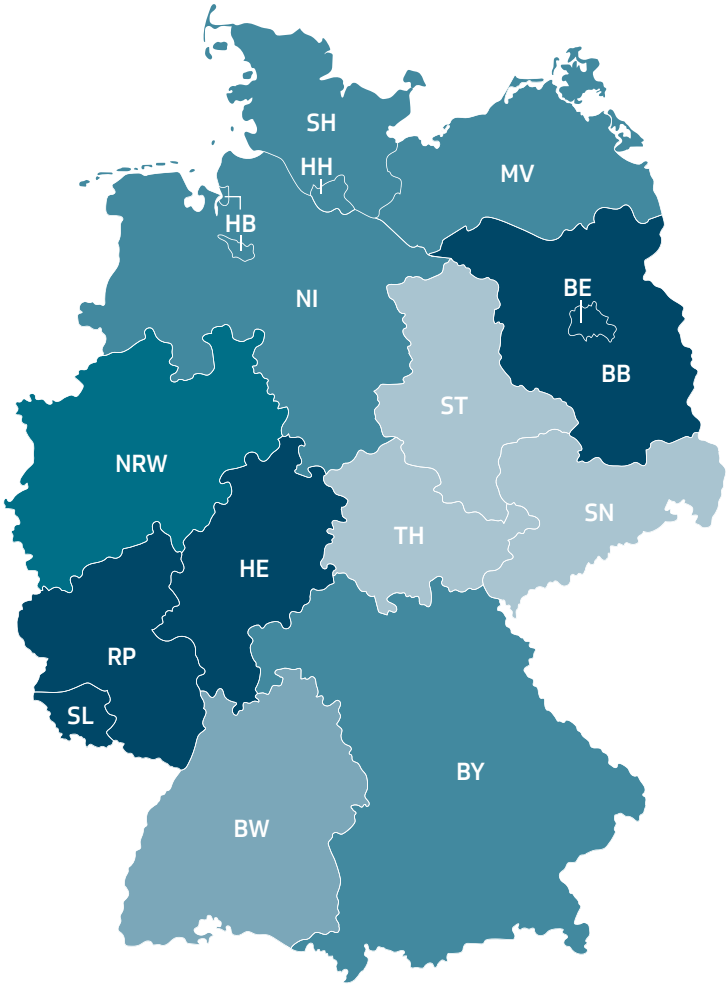
66 %
Bayern (BY)

65 %
Bremen (HB)
Hamburg (HH)
Niedersachsen (NI)
Schleswig-Holstein (SH)
Mecklenburg-Vorpommern (MV)

61 %
Baden-Württemberg (BW)

58%
Sachsen (SN)
Sachsen-Anhalt (ST)
Thüringen (TH)

Ø Bundesdurchschnitt: 68 %



Inwiefern das Netz zum Thema Gesundheit befragt wird, scheint zudem auch einkommensabhängig zu sein. Für 40 Prozent der Befragten in Haushalten mit weniger als 1.500 Euro im Monat ist das Internet beim Thema Gesundheit unwichtig, bis 3.000 Euro sagt das noch ein Drittel. Ab 3.000 Euro Haushaltseinkommen findet nur noch knapp jeder Vierte, dass das Netz weniger oder unwichtig ist.

6 Gute Seiten, schlechte Seiten – wo informiert sich Deutschland im Netz?

Diejenigen, die in der bisherigen Befragung angaben, dass das Internet eine wichtige Quelle für Gesundheitsinformationen ist, wurden im nächsten Schritt der Studie nach ihren Hauptanlaufstellen im Internet gefragt.

Dr. Google auf Platz 1 Wenig überraschend stehen Suchmaschinen wie Google hier an vorderster Stelle. Mit 95 Prozent, in den jüngeren Altersgruppen bis zu 98 Prozent, geben nahezu alle Menschen bei der Informationssuche zunächst einen Suchbegriff in die Maske einer Suchmaschine ein.

Zu welchen Inhalten die Nutzer gelangen, ist dem Algorithmus einer Suchmaschine geschuldet. Die digitalen Prozesse, die hinter der Suchmaschine alle Webseiten zu einem Suchbegriff durchforsten und die gefundenen Inhalte in einer bestimmten Reihenfolge als Trefferliste auswerfen, steuern also, welche Informationen dem Suchenden angeboten werden.

Dabei spielen viele Kriterien eine Rolle – beispielsweise wie oft ein Schlüsselbegriff auf einer Seite vorkommt, wie oft eine Seite geklickt wird, wie oft andere Seiten zu ihr verlinken und wie gut die Seiten für Mobilgeräte optimiert sind. Die Frage des Absenders oder die Qualifikation des Autors spielen hier also keine Rolle.

Suchmaschinenalgorithmus erfordert Medienkompetenz Studien zeigen, dass gut die Hälfte der Suchmaschinennutzer den ersten Treffer der Ergebnisliste anklickt. Etwa 99 Prozent entfallen auf die Ergebnisse eins bis zehn der ersten Seite. Gesundheitsinformationen auf der zweiten Ergebnisseite – seien sie noch so gut – haben also nur eine sehr geringe Chance, gelesen zu werden.[9]

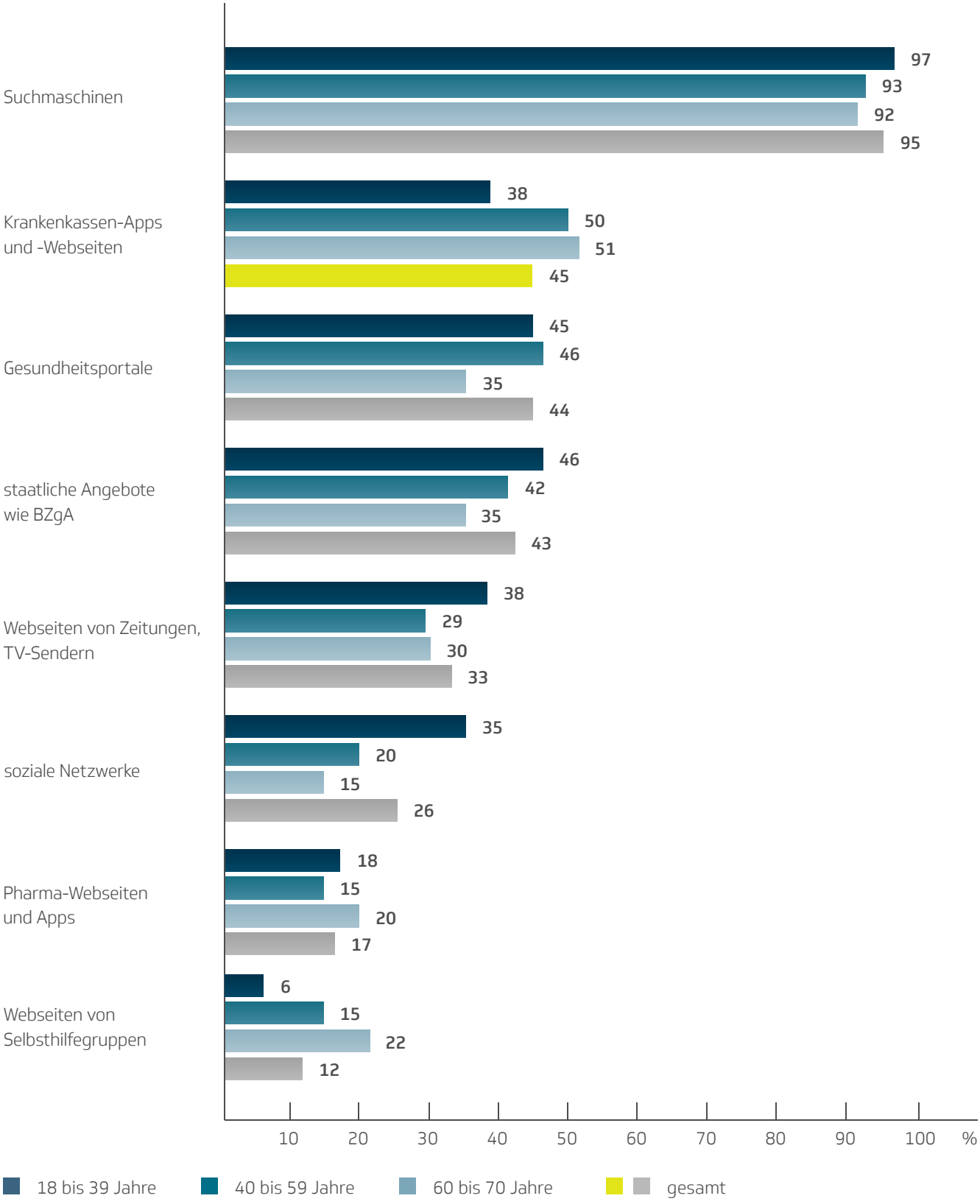
Gute Gesundheitsinformationen müssen heute also nicht nur seriös und verständlich, sondern auch suchmaschinenoptimiert (SEO) sein. Und: Wenn Suchmaschinen und die dahinter liegenden Algorithmen so starken Einfluss auf die Meinungsbildung haben, ist es umso wichtiger, den Verbrauchern digitale Medienkompetenz zu vermitteln, damit sie Quellen für sich richtig einordnen und seriöse von unseriösen Informationen trennen können.

Gesundheitsexperten im Netz Nach den Suchmaschinen sind die auf Gesundheit spezialisierten Informationsanbieter die beliebtesten Quellen. 45 Prozent der Befragten geben an, dass die Online-Angebote oder Apps ihrer Krankenversicherung wichtige Anlaufstellen sind. Das geben überdurchschnittlich häufig Versicherte der TK und der AOK mit 54 beziehungsweise 53 Prozent an. Bei den PKV-Kunden nutzen nur drei von zehn Befragten die Websiten ihrer Versicherung.

44 Prozent nutzen Gesundheitsportale wie netdoktor oder Onmeda. Die Inanspruchnahme der Portale steigt übrigens mit dem Haushaltseinkommen. PKV-Versicherte geben mit 54 Prozent überdurchschnittlich häufig an, sich hier zu informieren.

Die Online-Informationen von staatlichen Einrichtungen wie der BzGA oder des Gesundheitsamts nutzen ebenfalls über 40 Prozent der Befragten.

Gesundheit: Krankenkasse nach Google zweitwichtigste Anlaufstelle im Netz
Welche Online-Informationsangebote nutzen Sie für das Thema Gesundheit?



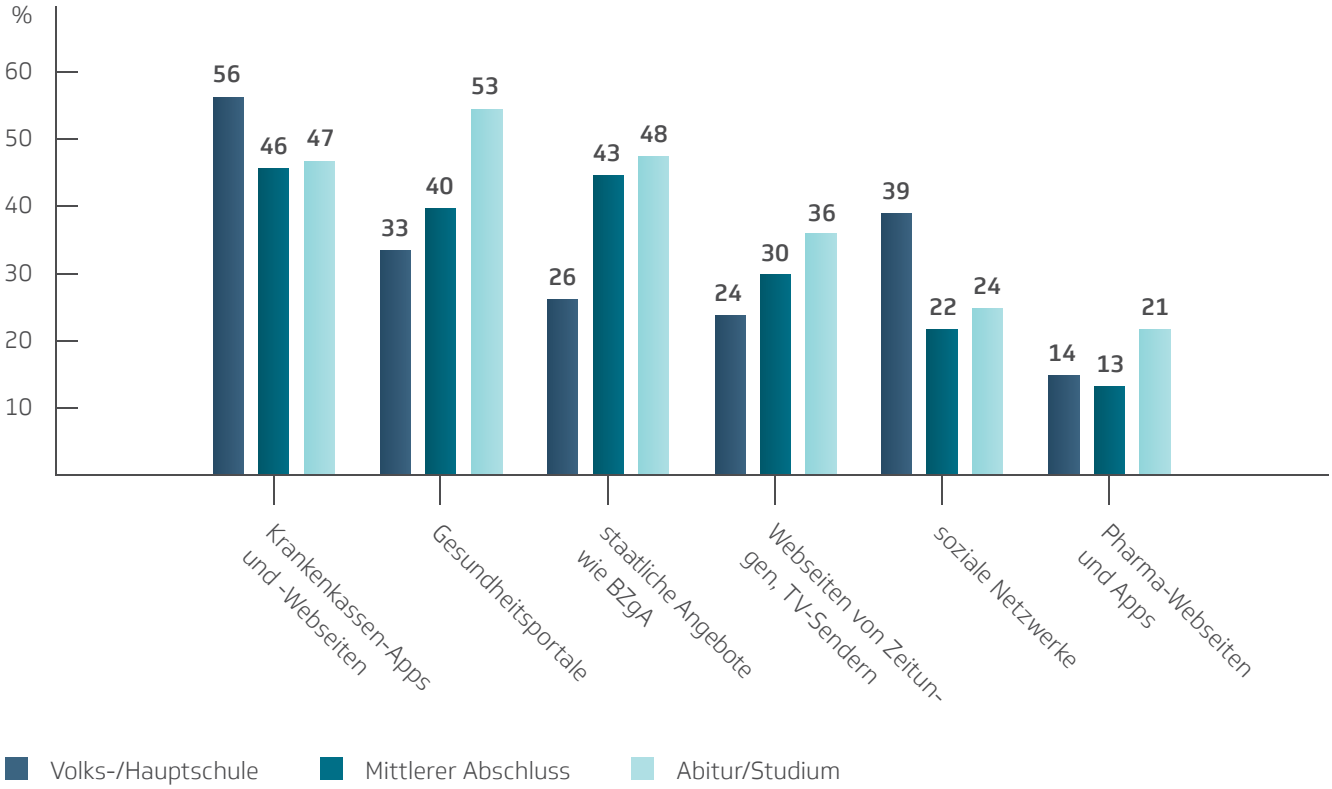
Basis: Befragte, für die das Internet bei Gesundheitsthemen wichtig/sehr wichtig ist

Meinung bilden ist auch eine Bildungsfrage Auffällig ist, dass höhere Bildungsabschlüsse mit der Nutzung offizieller Online-Informationsangebote korrelieren. Während knapp die Hälfte der Akademiker angibt, dass staatliche Webseiten wichtig oder sehr wichtig für ihre Gesundheitsinformation sind, ist der Anteil bei Befragten mit Volks- oder Hauptschulabschluss nur halb so groß. Im Gegenzug erachten diese soziale Netzwerke als wichtige oder sehr wichtige Quellen. Bei den Akademikern recherchiert nur knapp ein Viertel in Social-Media-Kanälen wie Facebook.

Die Relevanz sozialer Netzwerke als Informationsmedium sinkt mit dem Alter. Bei den Unter-40-Jährigen benennen 35 Prozent Facebook oder Twitter als wichtige Quellen, bei den 40- bis 59-Jährigen sagt das nur noch jeder Fünfte und ab 60 nur noch 15 Prozent. Für Senioren ab 60 sind dagegen Online-Informationen und Apps der Pharmaindustrie wichtiger. 22 Prozent sehen diese als relevante Quellen an, bei den Jüngeren unter 40 sagen das nur sechs Prozent. Im Schnitt sind Pharma-Webseiten für 17 Prozent der Befragten eine relevante Quelle.

Akademiker suchen Gesundheitsinformationen häufiger in staatlichen Informationsangeboten und seltener in sozialen Netzwerken

Nutzung digitaler Informationsangebote nach Bildungsabschluss



Selbsthilfeinformationen vor allem für Frauen wichtig Etwa jeder Achte nutzt Informationen von Selbsthilfegruppen, um sich in Gesundheitsfragen zu informieren. Der Anteil liegt bei Frauen mit 15 Prozent doppelt so hoch wie bei Männern. Zudem steigt die Bedeutung von Selbsthilfeangeboten mit dem Alter. Da mit dem Älterwerden oftmals auch eine Zunahme gesundheitlicher Beschwerden einhergeht, verwundert die parallel steigende Relevanz von Selbsthilfeangeboten nicht. Mit 22 Prozent sind die Selbsthilfeseiten für mehr als jeden Fünften über 60 eine wichtige Anlaufstelle, bei den Unter-40-Jährigen nutzen nur sechs Prozent diese Angebote.

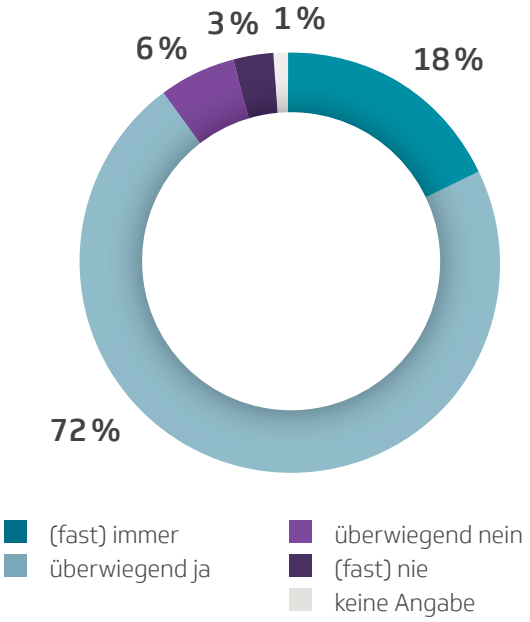
Das Internet, Dein Freund und Helfer? Ebenso wichtig wie die Frage „Wo findet man Gesundheitsinformationen im Netz?" ist die Frage, ob die Informationen eigentlich hilfreich sind. Einige Online-Angebote verunsichern eher, als dass sie den Usern Rat oder Hilfestellung geben. In Foren schildern Menschen ihre gesundheitlichen Beschwerden und selbsternannte Gesundheitsexperten diagnostizieren aus der Ferne oftmals Dramatisches. In anderen Fällen sind die Informationen entweder nicht ausreichend oder wiederum so fachlich, dass sie für den Laien unverständlich sind.

Oftmals finden Patienten im Netz aber auch Gleichgesinnte mit ähnlichen gesundheitlichen Beschwerden. Sie bieten die Unterstützung, die über das Medizinische hinausgeht, zum Beispiel wenn sich Eltern kranker Kinder darüber austauschen, welche staatlichen Hilfen es gibt oder was ihnen im Alltag hilft. Deshalb wurden diejenigen, denen das Internet als Informationsquelle wichtig ist, gefragt, ob die recherchierten Informationen auch hilfreich waren.

18 Prozent der Teilnehmer geben an, dass ihnen die Gesundheitsinformationen aus dem Netz fast immer weitergeholfen haben. Weitere 72 Prozent haben immerhin meistens Hilfe gefunden, jedem Zehnten ist das Netz keine Hilfe.

Frauen sind mit dem Internet als Gesundheitsratgeber offenbar zufriedener als Männer. Jede Vierte gibt an, fast immer Hilfe zu finden, bei den Männern sagen das nur 13 Prozent.

Das Netz, der Freund und Helfer
Wie oft helfen Gesundheitsinformationen aus dem Netz weiter?



Basis: Befragte, für die das Internet bei Gesundheitsthemen wichtig/sehr wichtig ist

Je größer Gesundheits- und Medienkompetenz, desto hilfreicher die Online-Informationen Die Studie zeigt, dass diejenigen, die sich mit Gesundheit gut auskennen, Informationen aus dem Netz besser beurteilen, als diejenigen, die in Sachen Gesundheit nicht so gut Bescheid wissen: Neun von zehn Gesundheitsauskennern geben an, dass sie im Internet überwiegend oder immer Hilfe finden. Bei denen, die sich weniger gut oder gar nicht auskennen, sagt dagegen jeder Fünfte, dass das Internet meist keine Hilfe ist.

Eine ähnliche Korrelation zeigt sich in Bezug auf die Souveränität der Befragten bei der Informationsbeschaffung. Wer sich kompetent fühlt, gute Informationen zu finden, bewertet diese erwartungsgemäß auch als hilfreicher. Neun von zehn Befragten, die sich eine hohe Medienkompetenz bescheinigen, bewerten die Informationen aus dem Netz als nützlich. Mit sinkender Recherchekompetenz sinkt auch die Zufriedenheit mit den Suchergebnissen.

Auch an dieser Stelle zeigt sich, dass der Zugang zu guten und verständlichen Informationsangeboten Medienkompetenz voraussetzt.

7 Nie-Health statt E-Health – was spricht gegen Online-Gesundheitsinformationen?

Für sieben von zehn Befragten ist das Internet eine wichtige Informationsquelle beim Thema Gesundheit (siehe Kapitel 5). Warum ist das Internet für die übrigen 30 Prozent nicht relevant?

Drei Viertel der Nonliner haben Probleme, seriöse Quellen zu erkennen Häufigster Grund: 95 Prozent der Befragten vertrauen lieber persönlichen Informationen, zum Beispiel von ihrem Hausarzt. Mit einigem Abstand räumen hier noch drei Viertel der Nonliner ein, dass es ihnen schwer fällt, seriöse von unseriösen Quellen zu unterscheiden.

Weiter genannt werden vor allem mangelndes Vertrauen, die Schwierigkeit, verständliche Informationen zu finden und mangelnder Informationsbedarf.

42 %

informieren sich nicht online, weil sie Angst vor Panikmache im Netz haben

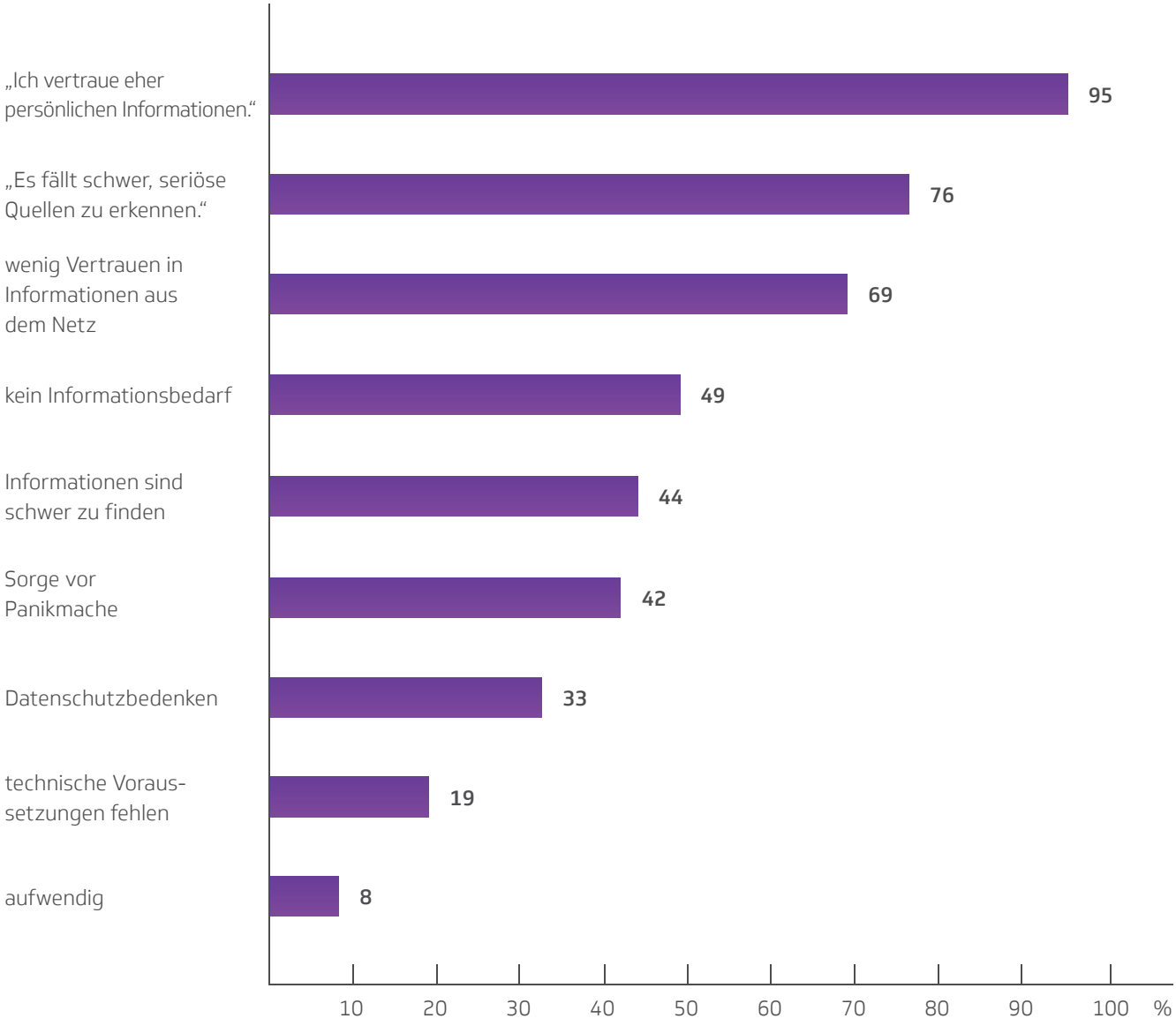
Frauen treibt vor allem die Angst vor Panikmache und der Datenschutz um 42 Prozent der Menschen informieren sich nicht online über Gesundheit, weil sie Angst vor Panikmache im Netz haben, vor irreführenden oder falschen Informationen. Das betrifft überdurchschnittlich Frauen: Mehr als jede Zweite befürchtet, unnötig verunsichert zu werden, bei den Männern treibt diese Sorge nur jeden Dritten um.

Datenschutzbedenken haben ebenfalls häufiger Frauen. 43 Prozent möchten nicht, dass nachvollziehbar ist, auf welchen Webseiten sie unterwegs waren. Bei den Männern haben nur 23 Prozent in diesem Punkt Bedenken. Auch für mehr als die Hälfte der Menschen in Ostdeutschland, für die das Netz keine relevante Quelle darstellt, ist das ein Grund. In den alten Bundesländern führen dieses Argument nur knapp drei von zehn Befragten an.

Mit höherem Bildungslevel werden wir skeptischer Auffällig ist zudem, dass mit steigendem Bildungsabschluss die Skepsis gegenüber Gesundheitsinformationen aus dem Netz steigt. Während nur 44 Prozent der Menschen mit Volks- oder Hauptschulabschluss sagen, sie vertrauen den Online-Inhalten nicht, sind es bei den Befragten mit mittlerem Abschluss drei Viertel und bei denen mit Abitur oder Studium sogar 80 Prozent.

Je älter, desto mehr Vertrauen Mit dem Alter steigt offenbar nicht die Nutzung, aber das Vertrauen in Netzinhalte wächst. Die jungen Erwachsenen unter 30 sind besonders kritisch: 87 Prozent geben an, dass sie Gesundheitsinformationen aus dem Netz nicht trauen, ab 30 Jahren sagen das nur noch drei Viertel der Befragten. Ab 40 sind nur noch zwei von drei Menschen kritisch, und ab 60 geben nur noch 54 Prozent an, dass ihnen das Vertrauen fehlt.

Vertrauen und Transparenz in Online-Informationen fehlen
Gründe, warum das Netz nicht für Gesundheitsinformationen genutzt wird



Mehrfachnennungen möglich; Basis: Befragte, für die das Internet bei Gesundheitsthemen weniger wichtig/unwichtig ist

Gesundheitsauskenner sind besonders misstrauisch Und noch eine Zahl fällt auf: Befragte, die sich selbst eine gute oder sehr gute Gesundheitskompetenz bescheinigen, sind überdurchschnittlich misstrauisch gegenüber Gesundheitsinformationen aus dem Internet. Acht von zehn sagen, sie nutzen das Internet nicht, um sich über Gesundheit zu informieren, weil sie wenig Vertrauen in Online-Inhalte haben. Bei denen, die sich in Sachen Gesundheit nicht gut auskennen, sagen das gerade einmal 53 Prozent. Mit der Gesundheitskompetenz steigt also offenbar auch der kritische Umgang mit digitalen Informationen.

8 App jetzt gesund? Digitale Selbstvermessung in Deutschland

Sie zählen Schritte, protokollieren den Schlaf oder die Herzfrequenz: Fitness-Armbänder, Aktivitäts-Tracker und Gesundheits-Apps für das Smartphone boomen. Bei wem eigentlich?

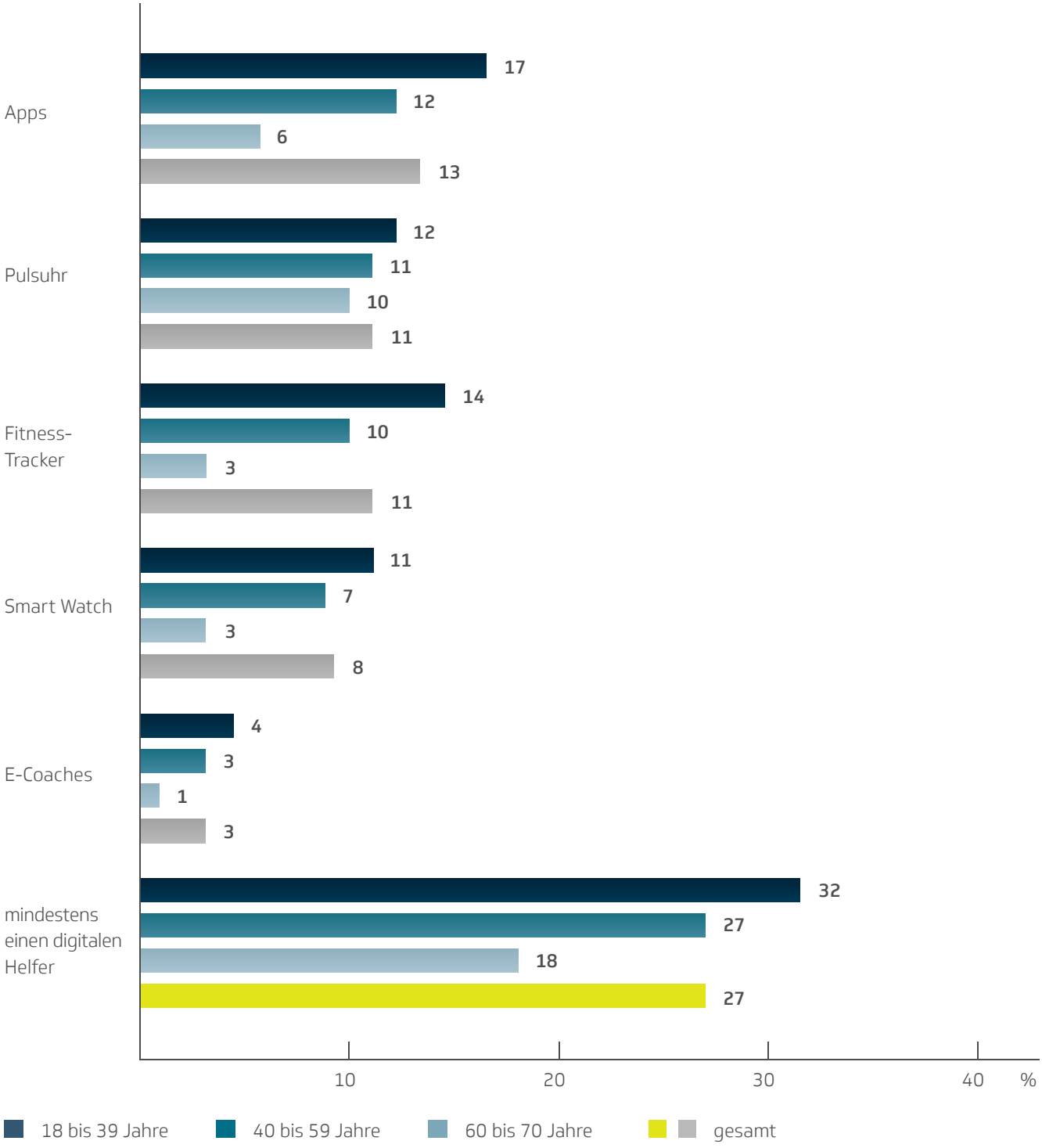
Viele Menschen in Deutschland nutzen das Netz nicht nur, um sich über Gesundheit zu informieren. Immer mehr messen auch ihre Gesundheit via Smartphone oder Fitness-Tracker. Das Angebot an sogenannten Health Apps und Self-Tracking-Angeboten ist riesig – Schritte, Sporteinheiten, Ernährung, Stresslevel, Schlafverhalten – es gibt kaum einen Lebensbereich, der sich nicht digital vermessen lässt.

Mehr als jeder Vierte ist ein Self-Tracker In der vorliegenden Umfrage geben mit 27 Prozent mehr als ein Viertel der Befragten an, dass sie mindestens eine digitale Anwendung – eine Gesundheits-App, eine Pulsuhr, Fitness-Tracker, E-Coach oder Smart Watch nutzen, um ihre Gesundheit im Auge zu behalten.

Wenig überraschend: Diejenigen, die zuvor angaben, dass sie verstärkt Online-Informationen nutzen, um sich über Gesundheit zur informieren, haben auch eine größere Affinität zu digitalen Gesundheitsgadgets. Jeder Dritte hat hier mindestens ein Tracking Device. Gesundheits-Apps sind bei jedem Fünften auf dem Smartphone, 15 Prozent haben eine Smart Watch.

In der Gesamtbevölkerung am verbreitetsten sind ebenfalls die Gesundheits-Apps: Mehr als jeder Achte hat mindestens eine auf dem Handy. Bei den 30- bis 39-Jährigen ist der Anteil am größten. Fast jeder Fünfte trackt seine Gesundheit mit einer App, bei den 60- bis 70-Jähringen sind es nur noch sechs Prozent.

App jetzt gesund: Mehr als jeder Vierte nutzt digitale Gesundheitsgadgets
Anteil der Befragten, der digitale Helfer nutzt



Mehrfachnennungen möglich

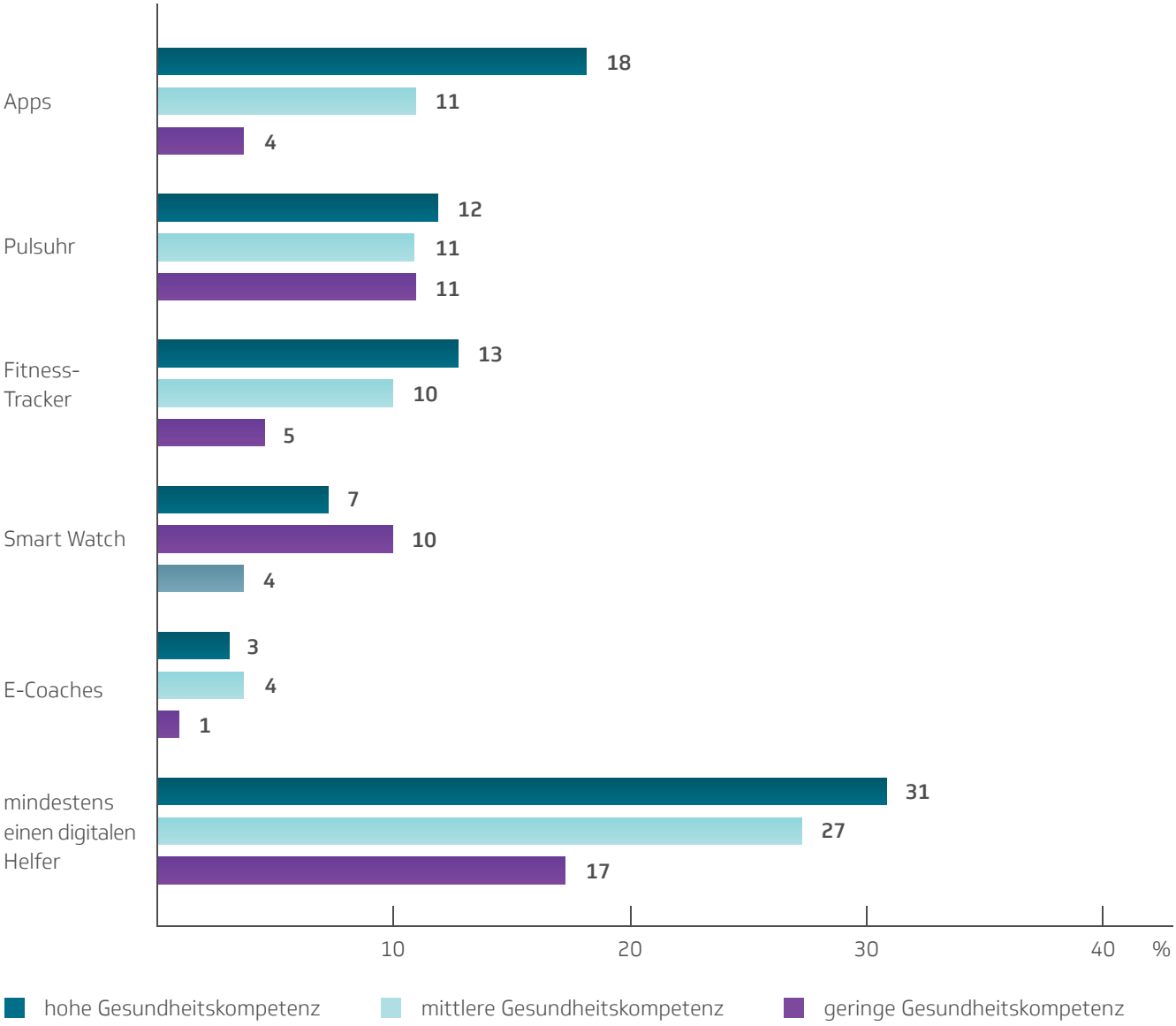
Mit dem Einkommen steigt die Nutzung Mit dem Einkommen steigt auch das Nutzungsverhalten: In der niedrigsten Einkommensklasse bis 1.500 Euro nutzt nur jeder Zehnte regelmäßig Gesundheits-Apps. Allerdings ist hier auch der Anteil derer, die überhaupt keine digitalen Gadgets nutzen, mit 83 Prozent am Höchsten.

Ab 4.000 Euro Haushaltseinkommen haben mit 18 Prozent fast doppelt so viele Menschen Gesundheits-Apps auf dem Smartphone. Insgesamt nutzen in dieser Gruppe 36 Prozent irgendeine Form des Self-Trackings.

Auch Chroniker nutzen Health-Tracking Die Studiendaten zeigen zudem, dass sämtliche Instrumente, das heißt Apps, Pulsuhren, Fitness-Tracker, E-Coaches und Smart Watches unter den Befragten mit chronischen Erkrankungen ebenso verbreitet sind, wie in der Gruppe der gesunden Befragten.

Der Vorwurf, Gesundheits-Apps und Wearables dienten nur dem Drang der Gesunden nach Selbstoptimierung, lässt sich hier also nicht bestätigen. 13 Prozent der Chroniker geben an, digitale Gesundheits-Tracker zu nutzen. Damit liegen sie genau im Bundestrend.

Mehr Self-Tracker unter den Gesundheitsauskennern
Nutzung von digitalen Gesundheitsgadgets nach Gesundheitskompetenz



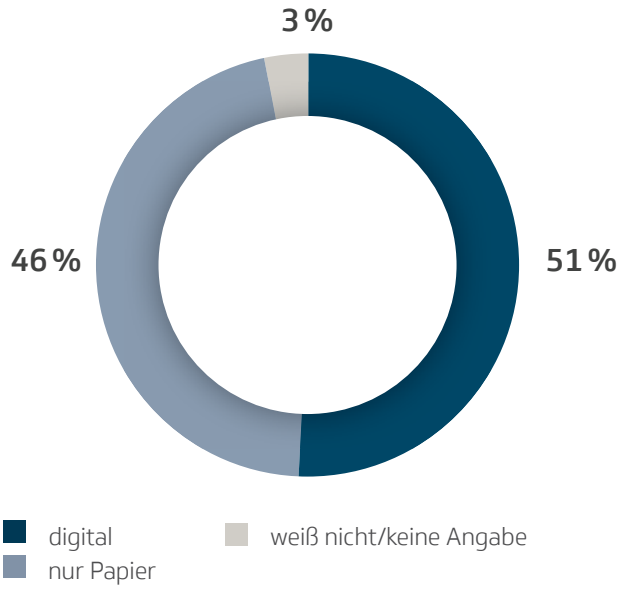
Die einzige Auffälligkeit zeigt sich beim Thema Fitness-Tracker. Bei den Befragten, die ihren Gesundheitszustand als gut oder sehr gut bezeichnen, ist der Anteil der Nutzer mit 14 Prozent überdurchschnittlich hoch. Bei Menschen, die ihre Gesundheit als zufriedenstellend, weniger gut oder schlecht bezeichnen, tracken nur jeweils fünf Prozent ihr Fitnesslevel.

Auch das Thema Gesundheitskompetenz korreliert mit der Affinität zu Self-Trackern. Wer angibt, sich gut in Sachen Gesundheit auszukennen, nutzt auch überdurchschnittlich oft Gesundheits-Apps und Fitness-Tracker.

Jeder Zweite möchte die digitale Krankenkasse Menschen informieren sich also digital über Gesundheitsthemen, sie tracken ihre Gesundheit mit Health Apps und Fitness-Trackern. Viele erledigen auch ihre Krankenkassenangelegenheiten wie den Upload der Krankschreibung, Informationen zur Familienversicherung und so weiter bereits online. In der Studie gab gut die Hälfte der Befragten an, dass sie lieber digital mit der Krankenkasse kommunizieren möchte.

Vor allem bei den jungen Erwachsenen unter 40 Jahren wünschen sich sechs von zehn den digitalen Kontakt mit der Krankenkasse, bei den 40- bis 59-Jährigen sind es mit 48 Prozent noch knapp die Hälfte und bei den 60- bis 70-Jährigen nur noch vier von zehn Befragten.

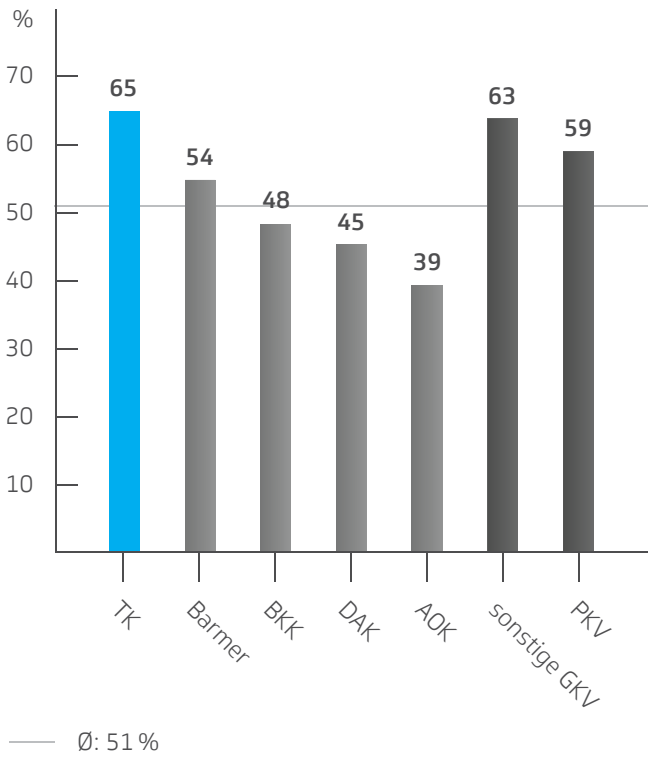
Jeder Zweite möchte die digitale Krankenkasse
Papier oder digital? Wie möchten Sie Ihre Krankenversicherungsangelegenheiten regeln?



Und offenbar ist dies eine Bildungsfrage: Nur ein Drittel der Befragten mit Volks- oder Hauptschulabschluss möchte die Services der Krankenkasse digital nutzen, bei denen mit Abitur oder Studium wünschen sich das mit 63 Prozent fast doppelt so viele. Eine ähnliche Verbindung gibt es zwischen

dem Einkommen und dem Wunsch nach einer digitalen Krankenkasse. Nur 36 Prozent mit einem Haushaltseinkommen unter 1.500 Euro möchten digital mit ihrer Versicherung kommunizieren, bei den Haushalten ab 4.000 Euro sind es sieben von zehn Menschen.

Die meisten Onliner sind bei der größten und den kleinsten Krankenkassen
Anteil der Versicherten, der Krankenkassenangelegenheiten online regeln möchte



Ob Menschen lieber digital oder auf Papier mit ihrer Krankenkasse kommunizieren möchten, hängt auch davon ab, wo sie versichert sind. Vermutlich ist dies auch sehr davon abhängig, wie viele digitale Services ihre Versicherung bereits anbietet und wie viele sie bereits nutzen.

Der größte Anteil an Versicherten, der gerne digital mit der Krankenkasse kommuniziert, ist bei der TK versichert. Zwei von drei TK-Versicherten präferieren die Online-Kommunikation. Am geringsten ist der Anteil bei den Versicherten der AOK, bei der nur vier von zehn Kunden Wert darauf legen. Im Schnitt wünschen sich 63 Prozent der gesetzlich Versicherten und 59 Prozent der Privatversicherten die digitale Krankenkasse.

Der nächste logische Schritt ist daher, die zunehmende Digitalisierung im Gesundheitswesen zu nutzen, um den Versicherten auch etwas an die Hand zu geben, womit sie ihre persönlichen Gesundheitsdaten, wie medizinische Befunde oder Arzneimittel, an einem Ort zusammenführen können.

9 Gesundheitskompetenz 3.0 – der Patient als Souverän seiner Gesundheit

Bisher haben Patienten in Deutschland kaum Zugriff auf ihre eigenen Patientendaten. Viele Routinedaten, wie Arzneimittelverordnungen und Krankschreibungen, liegen bei den Krankenkassen, Befunde, Röntgenbilder und so weiter in Arztpraxen und Kliniken. Nur der Impfpass, das Bonusheft für den Zahnarzt sowie der Organspendeausweis liegen als analoge Papiertiger bei den meisten zu Hause.

Die Folge: Im akuten Fall ist es oftmals schwierig, Informationen parat zu haben, die für eine optimale Versorgung notwendig sind. Notfalldaten, Allergien, welche Arzneimittel werden gerade eingenommen? Und wo sind die Werte der letzten Untersuchung? Ideal wäre daher, die Daten an einer Stelle zu bündeln und dem Versicherten den Schlüssel zu seinem eigenen Datentresor zu geben. So könnten beispielsweise Doppeluntersuchungen und Arzneimittelunverträglichkeiten vermieden werden.

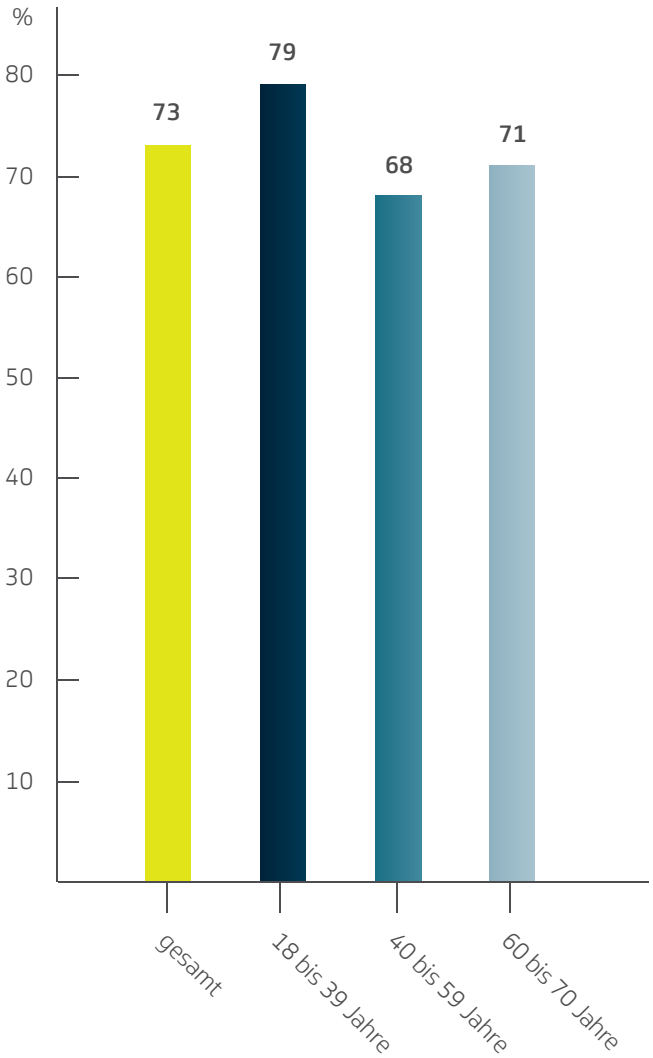
Gesundheitsdaten in einem digitalen Datentresor zu bündeln, vermeidet Doppeluntersuchungen

Mit TK-Safe wird den Versicherten eine elektronische Gesundheitsakte (eGA) zur Verfügung gestellt, die den Versicherten die Chance bietet, nicht nur selbst getrackte Daten digital zu sammeln, sondern alle Informationen, die die eigene Gesundheit betreffen.

Für die vorliegende Studie wurden die Teilnehmer nach ihrer Meinung zur Idee der elektronischen Gesundheitsakte gefragt.

Drei Viertel der Menschen möchten die elektronische Gesundheitsakte Drei von vier Befragten befürworten die elektronische Gesundheitsakte (eGA). Am größten ist der Zuspruch bei den 30- bis 39-Jährigen. In dieser Altersgruppe zeigte sich zuvor bereits (siehe Kapitel 5), dass die Digitalaffinität überdurchschnittlich hoch ist. 40 Prozent sagen, dass das Internet für sie eine wichtige Quelle ist. Auch das Thema Gesundheit bekommt in dieser Lebensphase bei vielen eine wichtigere Rolle. Viele gründen eine Familie, Schwangerschaft, Geburt und Vorsorge werden neue Themen. Dazu kommt, dass viele sich auch mit dem Thema Pflege befassen (müssen). Sie versprechen sich berechtigterweise von der eGA eine deutliche Entlastung im Alltag. Die Informationsübersicht an einem Ort und digitale Services, die Wege sparen, spielen in dieser Generation eine besonders große Rolle. Entsprechend wird ein Angebot wie die eGA bei den 30ern von 82 Prozent der Menschen befürwortet. Am geringsten fällt die Begeisterung bei den 50- bis 59-Jährigen aus.

Drei von vier Versicherten halten die elektronische Gesundheitsakte für eine gute Idee
Anteil der Befragten, der die Idee einer elektronischen Gesundheitsakte gut oder sehr gut findet



Mehr eGA-Fans im Osten Auch regional ist die Begeisterung für die elektronische Gesundheitsakte unterschiedlich ausgeprägt. Am meisten Zuspruch findet die Idee im Osten. In Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen finden 85 Prozent der Befragten die Idee gut oder sehr gut, in Nordrhein-Westfalen sind es nur 65 Prozent.

Zudem zeigen die Umfragedaten, dass Menschen mit schlechterem Gesundheitszustand und chronisch kranke Patienten der elektronischen Gesundheitsakte skeptischer gegenüber stehen. Während die Befragten, die ihren Gesundheitszustand als gut, sehr gut oder zufriedenstellend bezeichnen, zu drei Vierteln auch die eGA sehr positiv bewerten, ist es in der Gruppe derer, die bei weniger guter oder schlechter Gesundheit sind, gerade einmal gut die Hälfte. Auch unter den Chronikern liegt die Skepsis höher als im Bundesschnitt. Jeder Dritte von ihnen findet das Konzept wenig bis gar nicht überzeugend.

Zustimmung zur elektronischen Gesundheitsakte ist im Osten größer
Anteil der Befragten, der die Idee einer elektronischen Gesundheitsakte gut oder sehr gut findet

85 %
Thüringen (TH)
Sachsen (SN)
Sachsen-Anhalt (ST)

79 %
Brandenburg (BB)
Berlin (BE)

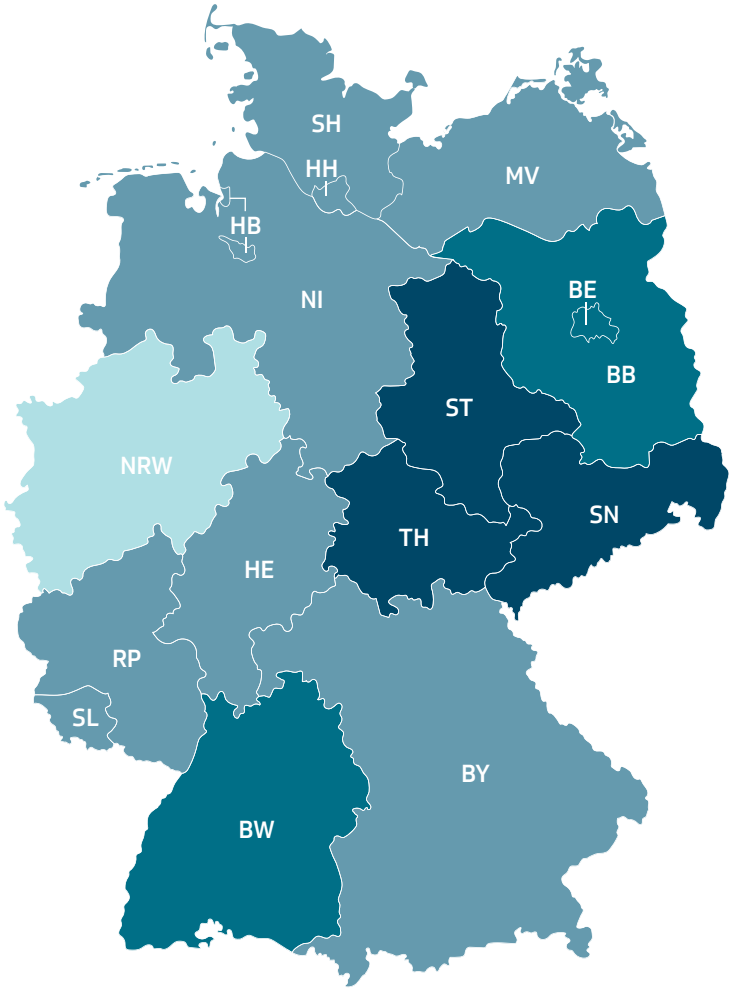
76 %
Baden-Württemberg (BW)

73 %
Bremen (HB)
Hamburg (HH)
Niedersachsen (NI)
Schleswig-Holstein (SH)
Mecklenburg-Vorpommern (MV)
Hessen (HE)
Rheinland-Pfalz (RP)
Saarland (SL)

72 %
Bayern (BY)

65 %
Nordrhein-Westfalen (NRW)

Ø Bundesdurchschnitt 73 %



Kranke Menschen skeptischer gegenüber elektronischer Datenbündelung Obwohl gerade chronisch kranke Menschen, die viele Arzttermine haben oder häufig Arzneimittelrezepte einlösen, besonders von einer eGA profitieren, überwiegt bei ihnen vermutlich die Sorge, dass ihre Gesundheitsdaten gegen sie verwendet werden könnten. Öffentliche Diskussionen darüber, ob Daten missbräuchlich für Risikobewertungen bei Versicherungstarifen genutzt werden könnten, und Berichte über Hackerangriffe auf Bundeseinrichtungen tragen zu dieser Verunsicherung bei.

Umso mehr wird der Aufklärungsbedarf deutlich. Krankenkassen als Anbieter der eGA sind hier gefordert, Transparenz zu schaffen und den Versicherten zu erläutern, wie die Organisation der Daten funktioniert. Das heißt: Wie kommen die Informationen in die Akte? Wer kann darauf zugreifen? Und wo werden sie unter welchen Datenschutzbedingungen geschützt? Denn zur Gesundheitskompetenz gehört auch das Wissen, was mit den eigenen Daten passiert, welche Nutzungsmöglichkeiten es gibt und wie sie geschützt werden. Damit Menschen digitalen Anwendungen vertrauen, braucht es auch ein umfangreiches Informationsangebot zur Datensicherheit.

10 Akte X – Was soll in die Akte?

Allergien, Befunde, Rezepte – die Möglichkeiten, Gesundheitsinformationen in der elektronischen Gesundheitsakte abzulegen, sind groß.

In der Umfrage wurden die Teilnehmer im nächsten Schritt befragt, welche Informationen sie in der eGA ablegen möchten. Am wichtigsten ist den Befragten, dass ihre Notfalldaten und Informationen zu Allergien abgelegt sind. Jeweils knapp neun von zehn Menschen in Deutschland möchten diese Informationen zentral speichern.

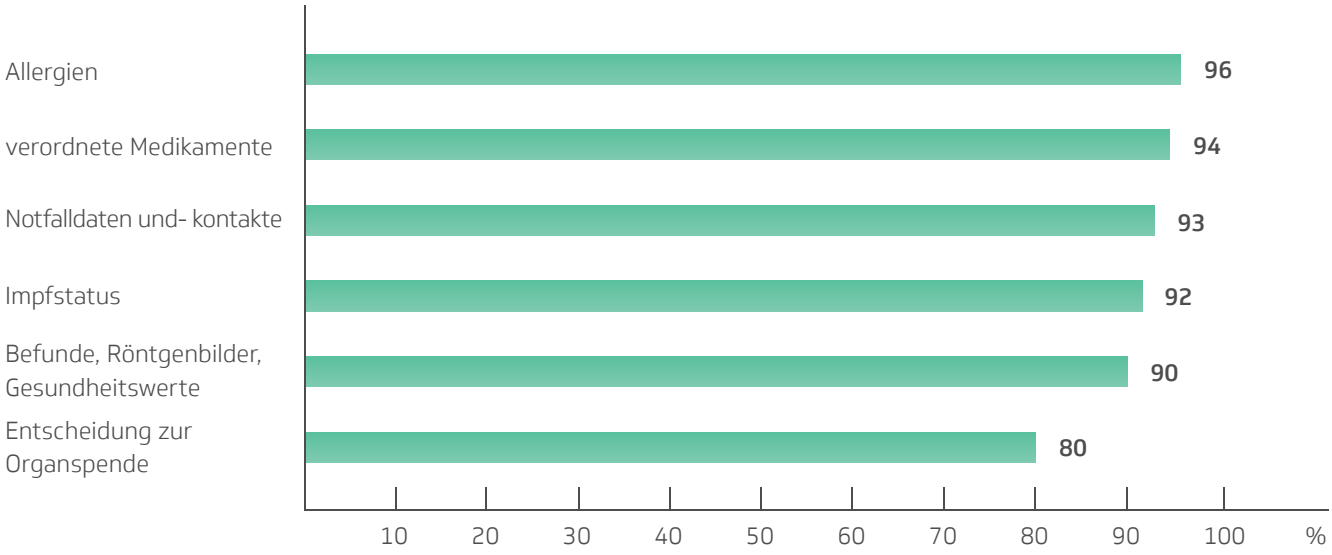
Impfstatus, Bonusheft und Organspendeausweis in Papier sind out Auf dem dritten Platz, priorisiert von 85 Prozent der Teilnehmer, steht der Impfstatus. Obwohl er selten gebraucht wird, da zwischen den Impfungen meist Jahre oder Jahrzehnte liegen, scheinen hier die meisten erkannt zu haben, dass die analoge Impfpasshaltung, die oft in einer Impfpasssuche endet, nicht mehr zeitgemäß ist. Gleiches gilt für die Entscheidung zur Organspende, die drei Viertel der Befragten lieber digital als in Papier dokumentieren möchten. 61 Prozent sprechen sich zudem dafür aus, das Zahnarzt-Bonusheft zum Nachweis der jährlichen Kontrolle beim Zahnarzt in der eGA zu digitalisieren.

Je nach Krankenkasse ist die Zustimmung zu einem digitalen Bonusheft allerdings sehr unterschiedlich. Während sich sieben von zehn TK-Versicherten dafür aussprechen, legt bei DAK- und BKK-Versicherten immer noch die Hälfte Wert auf den jährlichen Stempel.

Patientenakten zum Patienten Ebenfalls drei von vier Menschen möchten ihre medizinischen Befunde, Röntgenbilder und Gesundheitswerte wie zum Beispiel den Blutdruck digital einsehbar machen. Bisher sind diese Informationen in der Regel bei den Leistungserbringern in Praxen und Kliniken in den Patientenakten hinterlegt. Bei Bedarf müssen sie analog verschickt werden, oder Patienten tragen sie selbst von einem Behandlungsort zum nächsten. Verständlicherweise ist daher die Nachfrage hier groß. Die Mehrheit der Menschen möchte Gesundheitsdaten selbst verwalten. Zudem lassen sich so Informationsverluste und Doppeluntersuchungen vermeiden.

Knapp zwei Drittel der Befragten möchten Vorsorgetermine und Nachweise der Vorsorgeteilnahme in der eGA speichern. Viele Krankenkassen wie die TK bieten schon heute einen digitalen Erinnerungsservice für Vorsorgeuntersuchungen an. Die Fortführung dessen an zentraler Stelle ist daher auch aus Sicht der meisten Befragten die logische Konsequenz.

Allergien, Notfalldaten Arzneimittel – das soll in die eGA
Was soll in der eGA gespeichert werden?



Basis: Befragte, die die eGA für eine gute/sehr gute Idee halten. Mehrfachnennungen möglich

Der Nächste, bitte! Alle Arzttermine in einer Akte? Schon heute bieten einige Praxen einen Online-Terminservice an. Statt lange in der Telefonwarteschleife zu warten, können Patienten online freie Termine einsehen und selbst buchen. Die Praxisorganisation wird entlastet und man kann sich mehr um die Patienten kümmern. Auch Krankenkassen wie die TK bieten einen Online-Terminservice an und unterstützen ihre Kunden dabei, Facharzttermine zu vereinbaren.

Wäre es nicht perspektivisch sinnvoll, auch Arzttermine aus der eGA heraus organisieren zu können? So können Versicherte ihre Arzttermine mit anderen Verpflichtungen koordinieren und mit anderen Kalenderdaten synchronisieren – Daten, die die meisten auch heute auf ihrem Smartphone pflegen.

Die Terminkoordination aus der eGA heraus wünscht sich laut Umfrage derzeit mehr als jeder Dritte. Im Osten ist der Bedarf offenbar deutlich größer. Hier möchten 43 Prozent der Menschen ihre Arzttermine in der Gesundheitsakte verwalten. Auch in Baden-Württemberg hat die Terminverwaltung via Gesundheitsakte mit 42 Prozent überdurchschnittlich viele Sympathisanten. Am geringsten ist der Bedarf offenbar in Nordrhein-Westfalen. Hier möchten nur 27 Prozent die eGA nutzen, um Arzttermine zu organisieren.

Gesundheitliche Belastungen scheinen hier keine Rolle zu spielen. Auch Befragte mit chronischen Erkrankungen oder schlechtem Gesundheitszustand wünschen sich die digitale Terminorganisation per eGA nicht öfter als der Durchschnitt.

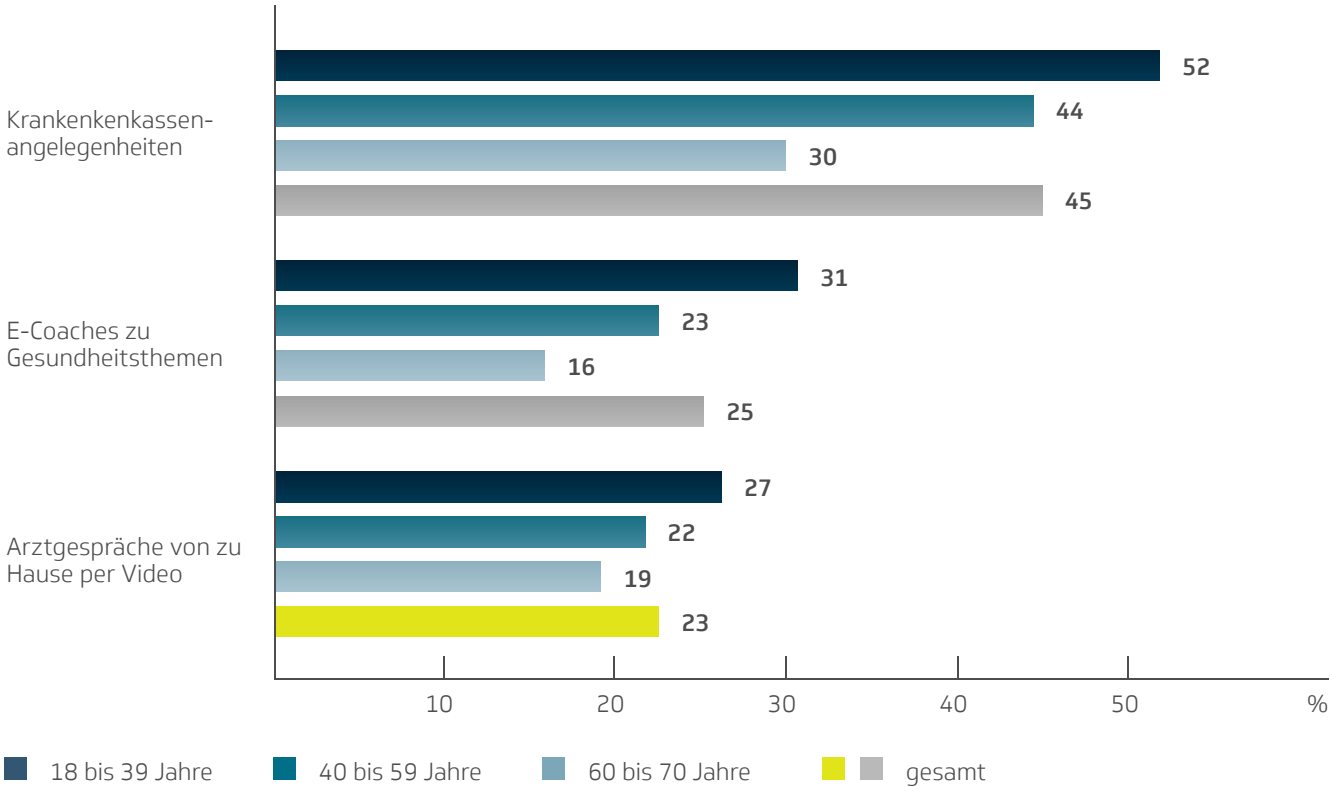
11 Elektronische Gesundheitsakte interaktiv – was geht?

Schon heute bieten viele Krankenkassen ihren Kunden ein digitales Serviceangebot. Neben umfangreichen Informationsangeboten, von Auslandskrankenversicherung bis Zahnersatz, können viele Services in einem geschützen Login-Bereich bereits digital genutzt werden.

Knapp die Hälfte der Menschen möchte derzeit ihre Krankenkassenangelegenheiten digital erledigen, das heißt Krankschreibungen hochladen, Anträge einreichen oder Informationen zur Familienversicherung. Auch hier ist der Zuspruch bei den Unter-40-Jährigen, die auch die größte Digitalaffinität haben, am größten.

Der Wunsch, Krankenkassenkontakte digital zu erledigen, steigt mit dem Haushaltseinkommen und dem Bildungsniveau. Das heißt, dass mit dem Vermitteln der entsprechenden Medienkompetenz vermutlich auch die Motivation wächst, digitale Services zu nutzen.

Fast jeder Vierte möchte die Videosprechstunde
Welche Services würden Sie gern über die eGA nutzen?



Mehrfachnennungen möglich

Digitale Angebote mit den individuellen Gesundheitsdaten der Versicherten an einer Stelle zu bündeln, so dass diese selbst Zugriff darauf haben, ist daher der nächste logische Schritt. Der Begriff der Gesundheits-„Akte", wie er in Politik und Gesundheitswesen derzeit verwendet wird, ist eigentlich irreführend. Geht es nach den technischen Möglichkeiten und Krankenkassen wie der TK, die ihren Versicherten gerne ein großes Serviceangebot zur Organisation ihrer Gesundheitsinformationen zur Verfügung stellen möchten, gehen die Nutzungsmöglichkeiten einer Gesundheitsakte weit über das reine Archivieren hinaus.

Bei der TK wird die eGA innerhalb der bereits seit 2017 etablierten TK-App über das Smartphone angeboten. Diese könnte den Versicherten künftig ermöglichen, nicht nur Daten zu verwalten, sondern auch interaktive Services wie Videosprechstunden zu nutzen. Andere Tools wie zum Beispiel das E-Coaching, mit dem Versicherte individuelle Trainingspläne, Ernährungs- und Entspannungsprogramme nutzen können oder ihre Krankschreibungen per Upload an die Krankenkasse geben, gibt es schon heute, wenn auch an anderer Stelle.

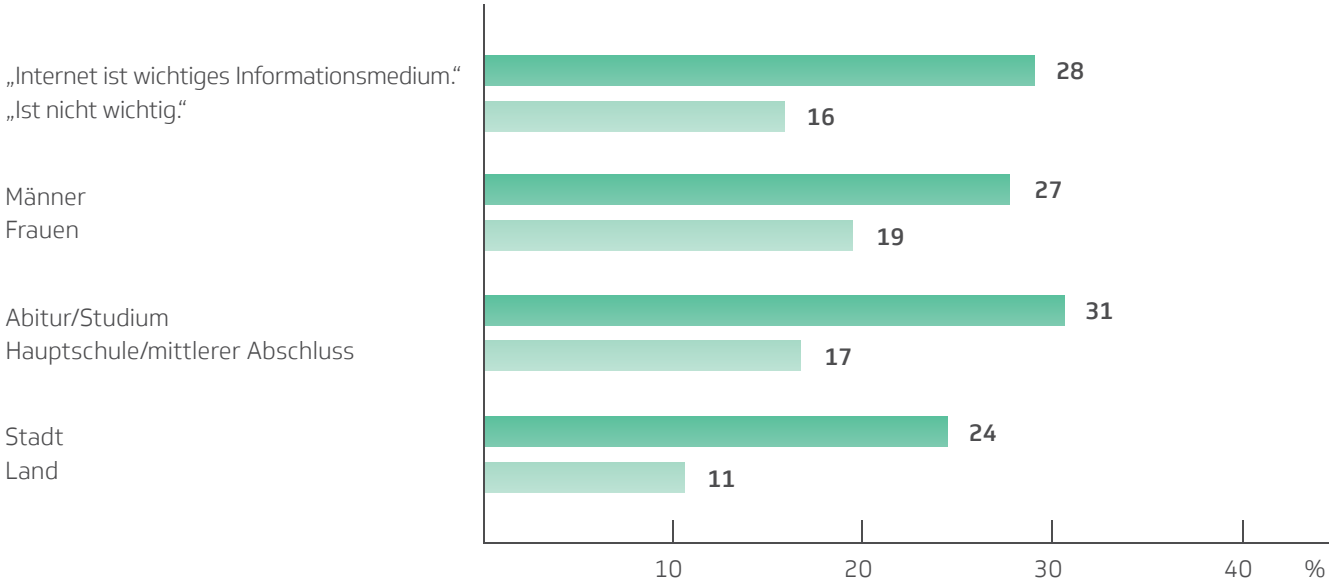
Für die Studie wurden die Teilnehmer daher befragt, welche Funktionen die eGA zusätzlich haben sollte, wenn sie über das Smartphone abrufbar ist.

Fast jeder Vierte möchte in die Videosprechstunde Knapp ein Viertel der Befragten möchte in die virtuelle Arztpraxis. Bei Männern ist der Anteil der Befürworter mit 27 Prozent höher als bei Frauen, von denen sich nur 19 Prozent den virtuellen Arztbesuch wünschen.

Bisher schränkt das Fernbehandlungsverbot in Deutschland die Möglichkeiten ein, das Gespräch mit dem Arzt via Videosprechstunde zu führen. Die künftigen Regierungsparteien haben aber in ihrem Koalitionsvertrag angekündigt, dieses Verbot auf den Prüfstand zu stellen. So könnte die Videosprechstunde bereits in diesem Jahr nicht nur für digitalaffine junge Menschen, die sie sich vor allem aus Zeit- und Komfortgründen wünschen, Realität werden. Auch in Seniorenheimen, in denen die Begleitung zu Arztbesuchen sehr personalintensiv und vor allem für kranke oder gebrechliche Menschen beschwerlich ist, kann der virtuelle Praxisbesuch eine große Hilfe sein.

Das gilt auch für den ländlichen Raum, wo die Wege zum nächsten Arzt oft sehr lang sind. Der Zuspruch ist jedoch gerade dort derzeit noch unterdurchschnittlich. Während sich im urbanen Raum fast ein Viertel der Befragten die Videosprechstunde in der eGA wünscht, sind es auf dem Land nur elf Prozent.

Patienten der digitalen Sprechstunde: online, männlich, gebildet, urban?
Anteil der Befragten, der Arztgespräche per Video von Zuhause führen möchte



Je nach Krankenkasse fällt der Anteil der Befragten, der die Videosprechstunde nutzen möchte, sehr unterschiedlich aus. Bei der TK, die das virtuelle Arztgespräch bereits in der Erprobung hat, möchte jeder Dritte von zu Hause aus mit dem Arzt sprechen. Bei Barmer- und BKK-Versicherten ist das Interesse mit 14 beziehungsweise 17 Prozent am geringsten.

Die Videosprechstunde findet bei denen mehr Anklang, die das Internet auch sonst als wichtige Quelle für Gesundheitsinformationen ansehen. Drei von zehn Befragten, die das Netz in Sachen Gesundheit nutzen, möchten ihren Arztbesuch digitalisieren. Bei denen, für die das Netz kaum relevant ist, möchte auch nur jeder Siebte die Videosprechstunde.

Ebenso verhält es sich bei den Befürwortern und Gegnern der eGA. Wer die eGA grundsätzlich gut findet, möchte überdurchschnittlich oft auch das Arztgespräch von zu Hause per Video (28 Prozent), während unter den Befragten, welche die eGA skeptisch sehen, auch der Anteil derer, die damit gern die Videosprechstunde nutzen möchten, mit elf Prozent sehr klein ausfällt.

12 In welchem Hafen soll der Daten-Container eGA anlegen?

Wenn personenbezogene digitale Daten an einer Stelle gebündelt werden, müssen bestimmte Qualitätskriterien sichergestellt sein, zum Beispiel hinsichtlich des Datenschutzes. Einig sind sich sämtliche Akteure des Gesundheitswesens, dass die Souveränität für eine elektronische Gesundheitsakte bei den Patienten liegen muss.

Trotzdem muss ein solcher Daten-Container auch geschützt werden. Krankenkassen scheinen für diese Aufgabe prädestiniert. Als Körperschaft öffentlichen Rechts arbeiten sie ohne Gewinninteresse, unterliegen den deutschen Datenschutzgesetzen und stellen sicher, dass sich auch die technischen Kooperationspartner an die hohen Sicherheitsstandards halten.

Dennoch verunsichern Berichte aus dem In- und Ausland über die kommerzielle Nutzung von Daten und Datenlecks Patienten. Die Sorge, dass Informationen zu ihrer Gesundheit und ihrem Lebensstil in falsche Hände geraten und gegen sie verwendet werden, – zum Beispiel durch höhere Versicherungsbeiträge –, sorgt bei einigen für Skepsis gegenüber digitalen Angeboten wie der eGA und ihren Betreibern.

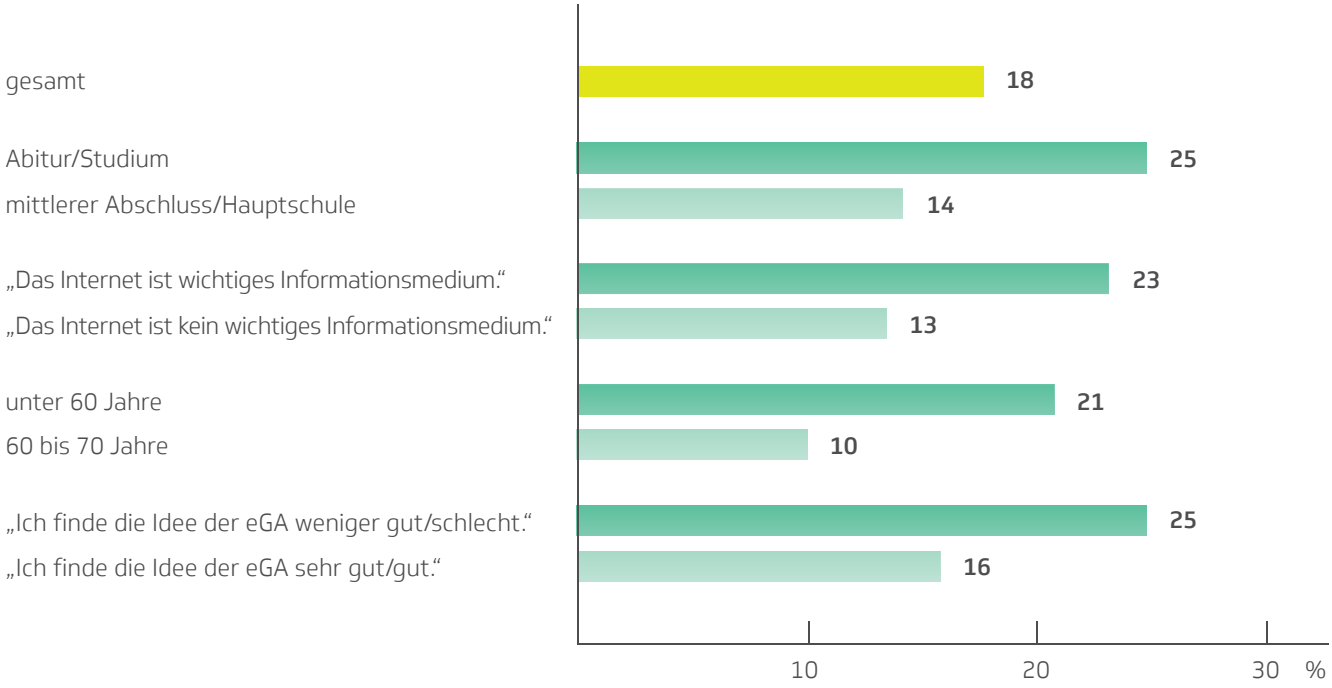
18 %

möchten ihre eGA heute schon selbst verwalten.

Die große Mehrheit der Befragten steht dem jedoch positiv gegenüber: Drei Viertel der Befragten finden die Idee einer elektronischen Gesundheitsakte gut (siehe Kapitel 8). In der Akte sollen die Daten der Krankenkassen, die Daten der medizinischen Leistungserbringer, wie Ärzte und Kliniken, sowie die Daten, welche die Patienten selbst gemessen haben, gesammelt werden.

Jeder Fünfte möchte die eGA selbst verwalten Knapp jeder fünfte Versicherte (18 Prozent) möchte die elektronische Gesundheitsakte selbst verwalten. Ab 60 Jahren halbiert sich der Anteil: Nur jeder Zehnte möchte seine Gesundheitsdaten online selbst pflegen. Besonders groß ist der Anteil in Metropolregionen mit mindestens 500.000 Einwohnern. Dort möchte jeder Vierte selbst verwalten. Vielleicht sind an dieser Stelle auch rein technische Faktoren wie Netzausbau und Netzabdeckung relevant.

#patientenpower: Jeder Fünfte möchte seine eGA heute schon selbst verwalten
Anteil der Versicherten, der Gesundheitsdaten am liebsten selbst pflegen möchte



Selbstmanagement braucht Gesundheitskompetenz Bei diesem Thema spielt das Thema Bildung beziehungsweise Kompetenz offenbar eine große Rolle. Bei den Befragten mit Abitur oder Studium ist der Wunsch, ihre eGA selbst zu verwalten, mit 25 Prozent doppelt so stark wie in der Gruppe mit Volks- oder Hauptschulabschluss (13 Prozent).

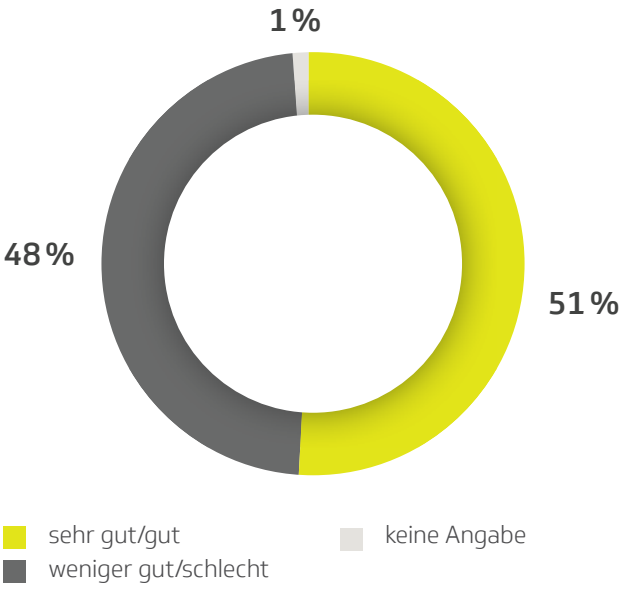
Auch die Gesundheitskompetenz ist ein wichtiger Faktor, wenn es darum geht, ob man die Gesundheitsdaten gerne selbst verwalten oder in fremde Hände geben möchte. Bei den Gesundheitsauskennern sieht sich jeder Fünfte selbst am Zug. Bei denen, die sich weniger gut oder gar nicht mit Gesundheit auskennen, sind es 15 Prozent.

Ein ähnliches Bild zeigt sich bei der digitalen Gesundheitskompetenz. Von denen, die sich vor allem online über Gesundheit informieren, möchte fast jeder Vierte auch seine eGA am liebsten selbst verwalten. Bei denen, die sich eher offline mit Gesundheit befassen, möchten das nur 13 Prozent.

Wenn Krankenkassen und Staat die Gesundheitskompetenz fördern, wie es unter anderem gerade der Nationale Aktionsplan Gesundheitskompetenz angekündigt hat[10], stärkt dies auch die Bereitschaft der Menschen, mehr Verantwortung für ihre eigene Gesundheit zu übernehmen.

Zustimmung für Krankenkassenlösung groß Mehr als die Hälfte der Befragten (51 Prozent), die die Idee der eGA grundsätzlich gut finden, möchten auch, dass die Akte von ihrer Krankenkasse angeboten wird.

Knappe Mehrheit der eGA-Befürworter für Krankenkassenlösung
Ich finde es gut, wenn meine Krankenkasse die eGA anbietet.



Basis: Befragte, welche die eGA sehr gut/gut finden

Ebenfalls überdurchschnittlich hoch ist der Anteil bei der Sandwich-Generation. Ein Fünftel der 30- bis 39-Jährigen sieht die eGA am liebsten bei seiner Krankenversicherung. Bei den 60- bis 70-Jährigen ist der Anteil nur halb so hoch.

Zwischen den Versicherten der verschiedenen Krankenkassen gibt es an dieser Stelle keine signifikanten Unterschiede, wohl aber bei den Einkommensverhältnissen. Mit steigendem Einkommen setzen immer mehr Menschen auf die Versicherung. Während in Haushalten mit bis zu 1.500 Euro Einkommen nur acht Prozent ihre Gesundheitsdaten von der Krankenkasse gehostet sehen möchten, sind es ab einem Einkommen von 3.000 Euro mit 22 Prozent mehr als ein Fünftel.

13 Fazit

Gesundheitskompetenz ist eine Schlüsselqualifikation, um sich im Gesundheitswesen souverän bewegen zu können. Das gilt umso mehr in einem digitalen Gesundheitswesen, in dem die Versicherten in einer elektronischen Gesundheitsakte Transparenz über alle sie betreffenden Informationen erhalten und diese dort selbst verwalten können.

Dies setzt aber voraus, dass die Patienten auch dazu befähigt sind (patient empowerment). Die Studie zeigt, dass viele Menschen sich noch nicht fit fühlen – weder im Thema Gesundheit noch in der Recherche von Gesundheitsinformationen und -daten. Deshalb sind alle Beteiligten im Gesundheitswesen gleichermaßen gefordert, in Gesundheitskompetenz zu investieren.

Dabei geht es zum einen um das Wissen zur Gesundheit, das heißt um verständliche Informationen zu dem, was Gesundheit ausmacht: zu Prävention, Diagnosen und Therapieoptionen. Das Internet ist inzwischen für die meisten Menschen eine wichtige Informationsquelle, auch in Sachen Gesundheit. Vielen fällt es jedoch schwer, seriöse Quellen zu erkennen und die für sie relevanten Informationen aus dem großen Angebot zu filtern. Mediziner sollten Dr. Google nicht als unliebsame Konkurrenz wahrnehmen, sondern ihren Patienten zeigen, wo sie gute Informationen finden. Dann ist das Internet ein Werkzeug, um Adhärenz zu fördern. Der informierte Patient wirkt besser an seiner Genesung mit, wenn er alle Therapieoptionen kennt, versteht und mitentscheidet. Der Zugang zu sauberen Informationen ist deshalb eine wichtige Voraussetzung für Gesundheit. Das Bundesgesundheitsministerium hat den Bedarf erkannt und gerade einen „Nationalen Aktionsplan Gesundheitskompetenz“ veröffentlicht.

Darüber hinaus geht es aber auch um Medienkompetenz, darum, die gewonnenen Erkenntnisse digital zu nutzen. Wenn Krankenkassen möchten, dass ihre Versicherten digitale Angebote wie die eGA nutzen, müssen sie sie auch zu Experten ihrer digitalen Gesundheit qualifizieren.

Vertrauen spielt dabei eine wichtige Rolle: Patienten müssen sicher sein, dass die Digitalisierung aus ihnen keine gläsernen Patienten macht. Dafür müssen sie die Organisationsstrukturen verstehen. Aus rechtlichen Gründen dürfen die Krankenkassen die elektronische Gesundheitsakte nicht selbst anbieten, sondern kooperieren mit Technikanbietern. Die TK entwickelt die eGA deshalb gemeinsam mit IBM Deutschland. Dabei ist sichergestellt, dass sich IBM Deutschland an die europäischen Datenschutzgesetze hält und die Versichertendaten ausschließlich auf deutschen Servern hinterlegt werden. Eine sichere Verschlüsselung sorgt dafür, dass keiner der Akteure – weder Ärzte, noch Krankenhäuser oder -kassen – ohne Einverständnis des Patienten darauf zugreifen kann.

Informationen darüber, wie Daten gesichert sind und wie Datenströme verlaufen, sind wichtig, damit die Versicherten Vertrauen in das System bekommen. Nur dann werden sie mitgenommen.

Die vorliegende Studie zeigt, dass sich viele Menschen noch nicht ausreichend informiert fühlen, um die Rolle als Experte ihrer eigenen Gesundheit auszufüllen. Dazu kommt, dass das Internet offenbar gerade bei der älteren Generation, in der das Thema Gesundheit immer präsenter wird, längst nicht die Verbreitung hat, die es bräuchte, um das Gesundheitswesen flächendeckend zu digitalisieren.

Digitale Angebote erfordern gute Gesundheitskompetenz.

Aber die Studie zeigt auch, dass drei von vier Menschen die elektronische Gesundheitsakte schon jetzt, bevor sie überhaupt zur Verfügung steht, für eine gute Idee halten, und gut die Mehrheit wünscht sich eine papierlose digitale Krankenkasse. Das ist ein guter Anfang.

Für die einzelnen Akteure ist noch viel zu tun. Die Investitionen in patientenorientierte digitale Angebote in der Gesundheitsversorgung lohnen aber, da sie dabei helfen, auch künftig ein für alle bezahlbares Gesundheitswesen zu sichern, und die Patientenzufriedenheit erhöhen.

Und last but not least: Gesundheitskompetenz ist auch wirtschaftlich. Die Weltgesundheitsorganisation WHO schätzt, dass drei bis fünf Prozent der Kosten im Gesundheitswesen – das entspräche in Deutschland etwa elf bis 18 Millionen Euro – durch mangelnde Gesundheitskompetenz entstehen.

14 Studienaufbau

Im Januar 2018 befragte das Meinungsforschungsinstitut Forsa für die vorliegende Untersuchung 1.002 deutschsprachige Erwachsene zu ihrer Gesundheitskompetenz und ihrer Haltung zur elektronischen Gesundheitsakte. Die Befragten repräsentieren den Querschnitt der volljährigen Wohnbevölkerung von 18 bis 70 Jahren in Deutschland. Gewichtet wurde die Personenstichprobe nach Geschlecht, Alter, Bildung und Region.

Region Die Bundesländer wurden teilweise in Gruppen zusammengefasst. Zur norddeutschen Ländergruppe gehören Bremen, Hamburg, Niedersachsen, Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern. Außerdem zählt der Südwesten der Republik, also Hessen, Rheinland-Pfalz und das Saarland, als eine Einheit. Berlin und Brandenburg wurden ebenfalls gruppiert sowie die süd-östlichen Länder Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen. Die restlichen Bundesländer, also Nordrhein-Westfalen, Bayern und Baden-Württemberg blieben als Einzeleinheiten bestehen.

Weitere soziodemografische Daten Zusätzlich erhobene Daten waren die Haushaltsgröße sowie die Frage, ob Kinder im Haushalt leben, das monatliche Haushaltseinkommen, die Ortsgröße (nach Einwohnerzahl und nach den Verflechtungsräumen „eher urban“ und „eher ländlich“) sowie die Frage, ob eine Erwerbstätigkeit vorliegt oder nicht.

Umfragemethode Die Umfrage erfolgte durch computergestützte Telefoninterviews (Computer-Aided Telephone Interviewing oder “CATI-Methode“) anhand eines strukturierten Fragebogens.

15 Literaturliste

1. Studie der Central „Praxis Dr. Internet“ (Nach diesen Krankheiten googelt Deutschland), 2015. Web. Zuletzt aufgerufen am 28.2.2018. **https://www.central.de/presse/praxis-dr-internet/**

2. „Sauberes Wissen für die Medizin“ in: Süddeutsche Zeitung, 28.1.2018, Zuletzt aufgerufen am 31.1.2018. **http://www.sueddeutsche.de/gesundheit/patientensicherheit-sauberes-wissen-fuer-die-medizin-1.3840308**

3. DAK-Digitalisierungsreport 2018. „So denken Ärzte über E-Health-Lösungen“, 2018. Web. Zuletzt abgerufen am 22.2.2018. **https://www.dak.de/dak/gesundheit/dak-digitalisierungsreport-2018-1959532.html**

4. Statista, Umfrage „Wie oft waren Sie in den letzten 12 Monaten bei einem Arzt?“ (nach Altersgruppen), 2018. Web. Zuletzt abgerufen am 31.1.2018. **https://de.statista.com/statistik/daten/studie/167383/umfrage/arztbesuch-haeufigkeit-in-den-letzten-12-monaten-nach-alter/**

5. Techniker Krankenkasse. Gesundheitsreport 2017. Gesundheit von Auszubildenden. Hamburg: Techniker Krankenkasse 2017. Print.

6. Techniker Krankenkasse. Sport als Therapie. Mit Bewegung zu mehr Gesundheit. Hamburg: Techniker Krankenkasse 2016. Online-Broschüre zum Download. **Webcode 2015310**

7. Heilmittelwerbegesetz (HWG) § 4, Absatz 3, 1994.

8. Entspann Dich, Deutschland! TK-Studie zur Stresslage der Nation, Hamburg: Techniker Krankenkasse, 2016. Print.

9. „SEO: So oft klicken Nutzer auf die ersten Positionen der Suchergebnisse“ in t3N, 26.10.2015, zuletzt aufgerufen am 6.2.2018. **https://t3n.de/news/seo-nutzer-suchergebnisse-650974/**

10. „Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz“ **https://www.nap-gesundheitskompetenz.de/,** zuletzt aufgerufen am 21.3.2018.

Homo Digivitalis – TK-Studie zur Digitalen Gesundheitskompetenz 2018, Herausgeber: Techniker Krankenkasse, Unternehmenszentrale, Bramfelder Straße 140, 22305 Hamburg, **tk.de**; Geschäftsbereich Politik und Kommunikation, Unternehmenskommunikation, Inga Laboga (verantwortlich);
Autorin: Michaela Hombrecher; Redaktion: Michaela Hombrecher, Gabriele Baron, Silvia Wirth, Laura Krüger; fachliche Beratung: Susanne Ozegowski, Peter Wendt;
Gestaltung: The Ad Store GmbH, Hamburg; Art Director: Dennis Maibom; Beratung: Micaela Berger, Johannes Kröger; Produktion: Nicole Klüver;
Litho: Hirte GmbH und Co. KG; Foto: Getty; Druck: TK-Hausdruckerei

© Techniker Krankenkasse. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Einwilligung der TK. Die enthaltenen Informationen wurden sorgfältig recherchiert. Für eventuelle Änderungen kann keine Gewähr übernommen werden. Stand: April 2018

Hier erfahren Sie mehr

Presseinformationen, Positionen und Infografiken finden Sie unter **www.presse.tk.de.**

Folgen Sie uns unter @TK_Presse auf Twitter.

Für Rückfragen:
Techniker Krankenkasse
Unternehmenskommunikation
Telefon: 040 - 69 09 17 83
pressestelle@tk.de

Besuchen Sie uns auch auf:

800709 4/2018