



Chancen der Digitalisierung für Ältere eröffnen

# Digitale Gesundheitskompetenzen älterer Menschen stärken

Mit ausführlichen Informationen und Praxisbeispielen für Engagierte



Verlauf - Gewicht

**Gewicht** Muskeln & Fett

Ziel 64 kg Bearbeiten Diagramm

Ihren Messwert verstehen Alle Notizen

Zeit	Gewicht kg	BMI	Ruhestoffwechsel
09. Mär 2024 15:57	64,7	21,9 Normal	1421
Notiz hinzufügen			
09. Mär 2024 07:14	63,3	21,4 Normal	1343
Notiz hinzufügen			
08. Mär 2024 17:18	65	22,0 Normal	1382
Notiz hinzufügen			
08. Mär 2024 08:17	63,3	21,4 Normal	1348
Notiz hinzufügen			
07. Mär 2024 08:42	63,5	21,5 Normal	1361

Wed 14 Thu 15 Fri 16 Sat 17

**65.40**

# Inhalt

1.	Vorwort	4
2.	Digitale Gesundheitskompetenzen älterer Menschen	6
3.	Möglichkeiten des digitalisierten Gesundheitswesens	9
3.1	Internetrecherche von Gesundheitsinformationen	9
3.2	Gesundheits-Apps	11
3.3	Online-Arztterminbuchungsportale	13
3.4	Wearables und smarte Geräte	13
3.5	Telemedizin und Telemonitoring	14
3.6	Digitale Gesundheitsanwendungen im Rahmen der Telematikinfrastruktur	15
4.	Digitalisierung als gemeinsame Aufgabe	18
5.	Ein Blick auf beispielhafte Projekte, Programme und Anwendungen	20
5.1	Gesundheits- und pflegerelevante Technik kennenlernen	20
5.2	Schulungs- und Selbstlernprogramme	24
5.3	Digitale Gesundheitsanwendungen	30
6.	Glossar zur Digitalisierung im Gesundheitswesen	33
	Impressum	38

## 1. Vorwort

Die Digitalisierung verändert unseren Alltag in nahezu allen Lebensbereichen, auch in der Gesundheitsversorgung. Neue digitale Angebote wie das E-Rezept oder die elektronische Patientenakte und Möglichkeiten von Telemedizin, Online-Terminbuchungsportalen oder Apps auf Rezept vom Arzt erreichen uns alle. Und doch nutzen Menschen aller Altersgruppen diese Innovationen nur zögerlich.

Denn die digitalen Kompetenzen sind äußerst unterschiedlich verteilt: Selbst unter den 20 Millionen älteren Menschen in Deutschland gibt es regelrechte Expertinnen und Experten wie auch Anfängerinnen und Anfänger – oder Ältere, die das Internet gar nicht nutzen. Zu den Offlinern gehören insbesondere ältere Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen und Pflegebedarf – also jene Menschen, die auf Gesundheits- und Pflegedienstleistungen konkret angewiesen sind.

Ebenso bestehen Hürden im Bereich der Technologien und Anwendungen: Damit wir zum Beispiel aus der elektronischen Patientenakte echten Nutzen ziehen können, müssen die Vorteile erlebbar und erkennbar sein – und die Erwartung erfüllen, dass die Technik zuverlässig arbeitet, die Datenübertragung sicher erfolgt und die Bedienung benutzerfreundlich gestaltet ist.

Beiden Seiten hat sich der DigitalPakt Alter, eine Initiative der BAGSO und des BMFSFJ, in seinem 3. Themenhalbjahr gewidmet. Er unterstützt Lern- und Erfahrungsorte, in denen ältere Menschen digitale (Gesundheits-)Kompetenzen erwerben können. Und er hat Ärzte und Ärztinnen, Krankenkassen, Entwicklerinnen und Entwickler mit älteren Menschen ins Gespräch gebracht – quasi einen Realitätscheck durchgeführt: Denn nur wenn wir die Digitalisierung als eine gemeinsame Aufgabe verstehen und gestalten, kann sie für alle von Vorteil sein.

Inspiziert durch die 3. Fachtagung des DigitalPakt Alter „Gesundheit auf E-Rezept?“ am 16. Mai 2024 in Berlin ist diese

Broschüre entstanden. Sie richtet den Blick auf die Chancen der Digitalisierung in der Gesundheitsversorgung. Ältere Menschen erhalten einen Einstieg in das Thema. Vereine, Verbände und selbstorganisierte Gruppen finden Informationen und Praxisbeispiele, um älteren Menschen digitale Gesundheitskompetenzen zu vermitteln.

Mein Wunsch ist, dass die digitale Gesundheitsversorgung künftig für alle Menschen zugänglich wird und sie deren Vorteile nutzen können.



Sven Lehmann, Parlamentarischer Staatssekretär, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

## 2. Digitale Gesundheitskompetenz älterer Menschen

In allen Lebensbereichen schreitet die Digitalisierung zügig voran, auch im Gesundheitswesen. Sie eröffnet die Chance, die medizinische Versorgung der Menschen zu verbessern, wenn diese in ihrer digitalen Gesundheitskompetenz gefördert werden und sich die Digitalisierung an den Bedürfnissen und Ansprüchen der Menschen orientiert. Die Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit, relevante Gesundheitsinformationen zu suchen, zu finden, zu verstehen, zu bewerten und anzuwenden. Das bezieht sich auf digitale Quellen und Anwendungen und schließt zudem die Fähigkeit mit ein, mit digitalen Technologien wie Gesundheits-Apps, digitalen Geräten oder Online-Terminvereinbarungen umgehen zu können.

Nur wer diese Kompetenz besitzt, kann sich in der digitalen Gesundheitswelt zurechtfinden, um selbstbestimmt Entscheidungen für die eigene Gesundheit zu treffen, denn die Vielzahl digitaler

Gesundheitsinformationen, Informationskanäle und Anwendungen erfordert ein zunehmend kompetentes Handeln im digitalen Raum.

### Haben ältere Onliner automatisch digitale Gesundheitskompetenz?

In der SIM-Studie 2021<sup>1</sup> gaben insgesamt 66 % der Personen ab 60 Jahren an, täglich oder fast täglich online zu sein, und 38 % waren es sogar mehrfach täglich.

Der D21-Digital-Index 2023/2024 zeigt allerdings, dass gerade bei den fünf digitalen Basiskompetenzen (Fotos und Video mit dem Smartphone versenden, Informationen online finden, Textprogramm nutzen, Smartphone-Funktionen anpassen und starke Passwörter verwenden) ein großer Nachholbedarf besteht. Insbesondere in der Generation, die bis 1945 geboren wurde (78 Jahre und älter),

<sup>1</sup> [https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/SIM/2021/Web\\_SIM-Studie2021\\_final\\_barrierefrei.pdf](https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/SIM/2021/Web_SIM-Studie2021_final_barrierefrei.pdf)

besitzen 58 % keinerlei digitale Basis-kompetenzen und nur 11 % alle fünf. Zwar nimmt die Zahl der Personen, die alle fünf Basiskompetenzen besitzen, bis zur Generation der „Babyboomer“ (58 bis 67 Jahre) schnell auf 49 % zu, trotzdem bleiben Lücken, in geringerem Maß selbst in den jüngeren Generationen.<sup>2</sup>

### Viele Onlineanwendungen, zum Beispiel Gesundheits-Apps oder smarte Geräte im Gesundheitswesen, finden besonders unter älteren Menschen wenig Anwendung.

Die Studie „Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland vor und während der Corona Pandemie“<sup>3</sup> aus dem Jahr 2021 zeigt, dass zwar 40 % der über 65-Jährigen Befragten Internet-seiten zum Thema Gesundheit nutzen, Gesundheits-Apps aber nur von 6 % verwendet werden. Die Studie zeigt auch, dass über 75 %

aller Befragten über 65 Jahre die eigene Gesundheitskompetenz als nur eingeschränkt einschätzen. Betrachtet man die digitale Gesundheitskompetenz, sind es sogar 86 %!

Es scheint also nicht so zu sein, dass ältere Onliner generell entsprechende digitale Gesundheitskompetenz besitzen – sie muss somit erlernt werden; auch sehr aktive Onliner haben diese Fähigkeiten oft nicht. Noch schwieriger wird es für die sogenannten Offliner oder die „Wenig-Nutzer“, die digitalen Angebote im Gesundheitswesen zu nutzen. Laut D21 Digital Index 2023–2024<sup>4</sup> sind ein Drittel der Nachkriegsgeneration Offliner, unter den 60- bis 69-Jährigen sind nur noch 4 % nicht im Internet.

Die Aufgabe ist klar: Es braucht für viele Menschen eine Unterstützung zum Erwerb digitaler Gesundheitskompetenzen. Zudem müssen aber auch die Anbieter in die Pflicht genommen werden, ihre An-

<sup>2</sup> [https://initiated21.de/uploads/03\\_Studien-Publikationen/D21-Digital-Index/2023-24/D21-Digital-Index-2023-2024\\_Anhang.pdf](https://initiated21.de/uploads/03_Studien-Publikationen/D21-Digital-Index/2023-24/D21-Digital-Index-2023-2024_Anhang.pdf)

<sup>3</sup> [https://pub.uni-bielefeld.de/download/2950305/2950403/HLS-GER%202\\_Ergebnisbericht.pdf](https://pub.uni-bielefeld.de/download/2950305/2950403/HLS-GER%202_Ergebnisbericht.pdf)

<sup>4</sup> [https://initiated21.de/uploads/03\\_Studien-Publikationen/D21-Digital-Index/2023-24/D21-Digital-Index-2023-2024\\_Senior\\_innen.pdf](https://initiated21.de/uploads/03_Studien-Publikationen/D21-Digital-Index/2023-24/D21-Digital-Index-2023-2024_Senior_innen.pdf)

gebote nutzerfreundlich und datensicher zu machen.

Die digitale Gesundheitskompetenz ist besonders für ältere Menschen wichtig, denn nur dann können sie die vielfältigen Möglichkeiten wie eine Video-

sprechstunde mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt im Rahmen der Telemedizin nutzen, Gesundheits-Apps zur Sturzprophylaxe ausprobieren oder ein smartes Blutdruckmessgerät bedienen, um dadurch selbstständiger und unabhängiger zu bleiben.



*„Für ältere Menschen kann die Digitalisierung im Bereich Gesundheit vorteilhaft sein, weil sie hilft, den Weg zur Ärztin oder zum Arzt durch z. B. Telemedizin / E-Health zu verkürzen. Auch stellt die Übertragung eines Rezepts direkt auf die Gesundheitskarte einen Vorteil dar. Das Rezept kann auf diese Weise direkt in einer Apotheke eingelöst werden.“*

Dagmar Vogt-Janssen, Leiterin Fachbereich Senioren, Landeshauptstadt Hannover

## 3. Möglichkeiten des digitalisierten Gesundheitswesens

Die Digitalisierung verändert das Gesundheitswesen. Patientinnen und Patienten können im Internet selbst nach Informationen suchen oder auch digitale Gesundheitsanwendungen nutzen, um zum Beispiel regelmäßige Übungen gegen Rückenschmerzen durchzuführen oder auch neue Diagnose- und Therapieverfahren auszuprobieren. Auch die Kommunikation und der Austausch von Daten innerhalb des Gesundheitswesens verbessern sich. Das alles sorgt für eine sichere Gesundheitsversorgung der Menschen.

Treffer zu vermeiden, sollte man sich genau überlegen, was man sucht und ob sich das, was man sucht, besser oder anders bezeichnen lässt. Zudem ist es wichtig, die Frage möglichst konkret zu stellen. Einfacher ist es, sich in den verschiedenen Gesundheitsportalen im Internet zielgerichtet zu informieren. Es werden dort Fachausdrücke erklärt, man kann Krankheiten nach Symptomen eingrenzen und medizinische Artikel über neuere Forschungsergebnisse finden.

### 3.1 Internetrecherche von Gesundheitsinformationen

Das Internet bietet umfassende Informationen über Gesundheitsthemen, Krankheiten oder Therapieformen. Aber gerade bei der Suche im Rahmen einer Suchmaschine sollte besonders auf die Fragestellung geachtet werden. Um irrelevante

**Tipp: Für die Recherche sollten am besten Portale mit einem gepflegten und guten Allgemeindruck, aktuellen und ausgewogenen Informationen sowie einem vertrauensvollen Betreiber (im Impressum) genutzt werden. Das Ziel einer Webseite sollte zudem klar dargestellt sein, also an wen sie sich richtet und mit welcher Absicht. Seriöse Seiten untermauern ihre Aussagen mit Belegen und Quellenangaben. Zudem sollten Sachverhalte neutral und ohne Wertung formuliert sein. Inhalt und Werbung sind auf vertrauenswürdigen Seiten klar getrennt.**

**Gütesiegel für Internetseiten mit Gesundheitsinformationen zum Beispiel von dem Aktionsforum Gesundheitsinformationssysteme (afgis) e. V. oder der Stiftung Gesundheit können eine Hilfe bei der Auswahl der richtigen Seiten sein.**

**Offizielle Seiten z. B. der Krankenkassen, des Bundesministeriums für Gesundheit, der Bundesärztekammer oder des Robert Koch-Instituts bieten in der Regel verlässliche Informationen zu verschiedenen Themen. Generell sollten immer mehrere Informationsquellen genutzt werden. Zu bedenken ist, dass Recherche im Internet einen Arztbesuch nicht ersetzen kann!**

## 3.2 Gesundheits-App

Der Begriff Gesundheits-App ist im weiteren Sinne ein Oberbegriff für verschiedene Anwendungen und kann in unterschiedliche Bereiche unterteilt werden:

- **„Lifestyle“-Apps** sind zum Beispiel Fitness-, Wellness-, Bewegungs- und Ernährungs-Apps. Mit ihnen lässt sich z. B. ein Diätplan erstellen, das Fitnessstudio ersetzen, sie können für Entspannung sorgen oder einfach zu mehr Bewegung verhelfen. Einige Apps sind bereits auf vielen Smartphones vorinstalliert.
  - **Serviceorientierte Apps** erinnern an die Einnahme von Medikamenten, wichtige Auffrischungsimpfungen oder auch an Früherkennungsuntersuchungen. Zudem dienen sie als Tagebuch der Symptom- oder Verlaufskontrolle bei einer Erkrankung. Immer mehr Krankenkassen bieten als Service auch eigene Apps an, u. a. für die Onlinekommunikation mit der Krankenkasse oder die Verwaltung der eigenen Gesundheitsdaten. Darüber lassen sich
- beispielsweise auch Kosten für Medikamente, die etwa über grüne Rezepte gekauft wurden, schnell und unkompliziert abfotografieren und einreichen.
- **Medizinische Apps** dienen zum Beispiel der Diagnose und/oder Therapie einer Erkrankung, etwa der Auswertung von Blutzuckerwerten. Eine App kann auch zu einer Kassenleistung werden, wenn sie als Medizinprodukt eingestuft wurde und eine CE-Kennzeichnung sowie eine Risikoklassifizierung erhält. Zudem wird sie dann in das DiGA-Verzeichnis aufgenommen und ist somit eine Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA). Ärztinnen und Ärzte können Apps aus dem DiGA-Verzeichnis verordnen. Wer sich einen Überblick verschaffen möchte, findet das DiGA-Verzeichnis online (<https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis>).

**Tipp zur App-Nutzung: Apps sollten nur aus vertrauenswürdigen Quellen (Google Play Store/Apple App Store) installiert werden. Nutzerbewertungen der App und das herstellende Unternehmen können bei der Entscheidung behilflich sein. Ziehen Sie auch externe Testberichte hinzu, wenn es um besonders sensible Gesundheitsdaten geht. Apps fordern immer auch Zugriffsberechtigungen auf bestimmte Bereiche des Smartphones. Diese sollten entweder erklärt werden oder ihnen plausibel sein.**

**Material-Tipp: In der Inforeihe „Digitales kurz und bündig“ des DigitalPakt Alter werden digitale Anwendungen vorgestellt, kurze Erklärungen und hilfreiche Tipps weitergegeben. Auf übersichtlichen Handzetteln werden die unterschiedlichsten Themen wie „Welche Gesundheits-Apps helfen mir im Alltag?“ oder auch „Welche Apps bringen mich in Bewegung?“ aufgegriffen. Diese und alle weiteren Ausgaben sind als barrierefreie PDFs zu finden unter: [www.digitalpakt-alter.de/digitales-kurz-und-buendig](http://www.digitalpakt-alter.de/digitales-kurz-und-buendig). Sie können zudem in gedruckter Form bestellt werden.**



### 3.3 Online-Arztterminbuchungsportale

Bei immer mehr Praxen kann man direkt über die jeweilige Website online einen Termin buchen. Online-Arztterminbuchungsportale oder -Apps gehen einen Schritt weiter und zeigen die verfügbaren Termine von vielen Praxen im angegebenen Umkreis an, um so den nächstmöglichen freien Termin zu finden. In der Eingabemaske muss der Wohnort oder die Postleitzahl angegeben werden, welcher (Facharzt-)Arzt gesucht wird und ggf. auch die Art der Krankenversicherung. Anschließend werden die nächsten verfügbaren Termine angezeigt. Je nach Angebot kann man unter Angabe der E-Mail-Adresse oder der Telefonnummer den Termin buchen und bekommt eine Bestätigung. Teilweise muss man sich auch als Nutzerin oder Nutzer registrieren. Für die Patienten ist das Angebot in der Regel kostenlos, man sollte jedoch genau prüfen, wem die sensiblen medizinischen Daten anvertraut werden.

### 3.4 Wearables und smarte Geräte

Wearables (zu deutsch: Tragbares) sind kleine elektronische Geräte, die direkt am Körper getragen werden, z. B. als Uhr oder Armband am Handgelenk (auch Fitness-tracker oder Smartwatch genannt). Gesteuert werden sie über eine App, mit der gesundheitsrelevante Daten wie Herzfrequenz, Energieumsatz, gelaufene Schritte oder auch der Schlaf aufgezeichnet werden können.

Smarte Geräte wie ein smartes Blutdruckmessgerät unterstützen bei der Kontrolle der Gesundheitswerte. Die Messung funktioniert über einen Sensor, der per App auf einem Smartphone abgelesen werden kann.

Wearables und smarte Geräte können somit helfen, einen Überblick über die eigenen Gesundheitsdaten zu bekommen.

## 3.5 Telemedizin und Telemonitoring

Bei der Telemedizin werden medizinische Leistungen über eine räumliche Distanz hinweg angeboten. Das ist besonders sinnvoll im ländlichen Bereich oder für Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Zur Telemedizin gehört zum Beispiel das Videogespräch zwischen einer

Ärztin oder einem Arzt und der Patientin oder dem Patienten.

Ein Teil der Telemedizin ist auch das Telemonitoring. Darunter versteht man die Fernuntersuchung. Dabei wird die Patientin oder der Patient zu Hause mit Geräten zur Messung von Vitaldaten ausgestattet (z. B. Gewicht, Blutdruck, Herzfrequenz). Diese Gesundheitswerte werden dann digital an ein telemedizinisches Zentrum, ein Krankenhaus oder eine Arztpraxis übermittelt. Auf der Grundlage dieser Daten können gesundheitliche Entwicklungen schneller und besser erkannt werden – von Medizinern oder automatisiert. Bei lebensbedrohlichen Zuständen kann ein automatischer Alarm erfolgen, sodass Hilfe veranlasst werden kann.

Telemedizin und Digital Health bzw. E-Health werden oft synonym verwendet. Digital Health und E-Health sind aber eher Oberbegriffe für alle digitalen Lösungen im Gesundheitssystem; Telemedizin meint hingegen konkretere Anwendungsfälle.

## 3.6 Digitale Gesundheitsanwendungen im Rahmen der Telematikinfrastruktur

Die Telematikinfrastruktur ist ein digitales Netzwerk aller Akteure im Gesundheitswesen. Telematik ist die Verknüpfung von Telekommunikation und Informatik. Durch diese Vernetzung wird gewährleistet, dass medizinische Dokumente sicher digital versendet und abgelegt werden.

Das bedeutet, dass über die Telematikinfrastruktur zum Beispiel Rettungsdienste direkten Zugriff auf den Notfalldatensatz einer Patientin oder eines Patienten haben, dass Ärztinnen und Ärzte die Krankengeschichte einsehen können und so auch wissen, welche Medikamente eingenommen werden. Die einzelnen Gesundheitsberufe können zudem über die Telematikinfrastruktur kommunizieren und Datensätze versenden, zum Beispiel den Abschlussbericht inklusive eines aktuellen Medikationsplans.

Digitale Anwendungen im Rahmen der Telematikinfrastruktur sind zum Beispiel:

### Die elektronische Patientenakte (ePA)

Die elektronische Patientenakte ist eine digitale Akte, in der Gesundheitsdaten und medizinische Befunde einer Patientin oder eines Patienten gespeichert werden. Sie enthält u.a. Informationen zu Medikamenten, aktuellen Blutwerten, Vorerkrankungen oder fachärztliche Untersuchungsberichte.

Die Versicherten können selbst entscheiden, in welchem Umfang sie die elektronische Patientenakte nutzen wollen. Sie haben die Hoheit über ihre Daten – sie bestimmen, welche Daten in der Akte gespeichert werden, wer sie sehen kann und wer Zugriff auf die Akte hat. Zugriffsberechtigungen können entzogen, aber jederzeit auch wieder erteilt werden. Um ihre elektronische Patientenakte zu verwalten, benötigen die Versicherten die kostenfreie ePA-App ihrer Krankenkasse.

Alle gesetzlich Versicherten erhalten 2025 von ihrer Krankenkasse eine elektronische Patientenakte. Bis zum 15. Januar 2025 sollten die Versicherten von ihrer Krankenkasse über den Start der elektronischen Patientenakte informiert worden sein.

Wer keine elektronische Patientenakte möchte, muss der Einrichtung seiner Akte aktiv widersprechen. Gründe für die Entscheidung müssen nicht genannt werden. Dieses Verfahren nennt sich „Opt-out“ und bedeutet so viel wie „sich gegen etwas entscheiden“. Eine befüllte Akte kann auch jederzeit gelöscht werden. Wer die elektronische Patientenakte nicht selbst verwalten kann oder möchte, kann eine Vertretung z. B. aus der Familie oder dem Freundeskreis benennen. Auskünfte

und weitere Unterstützungsmöglichkeiten bieten die Ombudsstellen der Krankenkassen.

### Das E-Rezept

Das Papierrezept wurde am 1. Januar 2024 durch das elektronische Rezept (E-Rezept) abgelöst. Versicherte erhalten verschreibungspflichtige Arzneimittel nur noch per E-Rezept. Dieses können die Versicherten dann mit Hilfe ihrer elektronischen Gesundheitskarte (eGK) oder auch per App in jeder beliebigen Apotheke einlösen. Auch dabei findet der Austausch direkt über die Telematikinfrastruktur statt.

### Datenschutz und Sicherheit

Ein zentraler Aspekt der Telematikinfrastruktur ist der Datenschutz. Es finden Prüfungen der digitalen Systeme statt, um sicherzustellen, dass die sensiblen Daten geschützt sind. Die Daten der elektronischen Patientenakte werden beispielsweise zentral auf Servern in der EU gespeichert und verschlüsselt. Sie sind stark abgesichert und unterliegen den europäischen Datenschutzbestimmungen.

## Die Telematikinfrastruktur

**Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäuser, Rettungsdienste sowie künftig Pflegedienste und ambulant tätige Gesundheitsberufe**

haben mit Heilberufsausweis und gesicherter Verbindung Zugang zu allen freigegebenen Daten und Anwendungen.

**Patientin und Patient**

haben Zugang zu ihrer elektronischen Patientenakte über die ePA-App ihrer Krankenkasse.

### Telematikplattform

- Elektronisches Rezept (E-Rezept)
- Kommunikationsdienst KIM
- Elektronischer Medikationsplan (eMP)
- Notfalldatenmanagement (NFDm)
- Elektronischer Arztbrief (eArztbrief)
- Elektronische Patientenakte (ePA)
- Versichertenstammdatenmanagement (VSDM)
- Elektronische Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (eAU)

**Krankenkassen**

sind verantwortlich für die Bereitstellung, Aktualisierung und Pflege von VSDM, eAU und ePA.

## 4. Digitalisierung als gemeinsame Aufgabe

Die aufgeführten digitalen Gesundheitsanwendungen, zum Beispiel die elektronische Patientenakte, sind komplexe Anwendungen mit hohen Kompetenzanforderungen. Die Aufgabe der Zukunft ist es somit, die digitale Gesundheitskompetenz der Menschen, insbesondere der älteren Generationen, zu verbessern. Die Menschen müssen in der Lage sein, relevante und verlässliche Informationen zu finden, zu beurteilen und anzuwenden – barrierefrei und intuitiv. Nur dann wird die Digitalisierung im Gesundheitswesen Erfolg haben.

- Um die digitale Gesundheitskompetenz zu verbessern muss es niedrigschwellige Bildungs- und Beratungsangebote wie die wohnortnahen Erfahrungsorte des DigitalPakt Alter geben.
- Die Menschen müssen auch über einen längeren Zeitraum durch z. B. Technikvermittlerinnen und -vermittler oder auch geschulte Angehörige begleitet werden.

- Vertreterinnen und Vertreter der Gesundheitsberufe müssen nicht nur selbst digital kompetent sein, sondern auch in die Lage versetzt werden, andere Menschen digital zu unterstützen.
- Die Informationsmaterialien müssen passgenau auf verschiedene Bevölkerungsgruppen zugeschnitten, barrierefrei, verständlich formuliert und zuverlässig sein.
- Zudem sollten auch die Krankenkassen analoge Angebote für Versicherte zum Erwerb digitaler Gesundheitskompetenzen zur Verfügung stellen.
- Alle am Versorgungsprozess Beteiligten wie Arztpraxen, Apotheken, Krankenkassen, aber auch Vereine und Kommunen sind aufgefordert, die Gesundheitskompetenz aller Menschen nachhaltig zu fördern.

Auch die Anbieter und der Gesetzgeber sind gefordert: Die digitalen Anwendungen müssen nutzerfreundlich, barrierefrei, intuitiv bedienbar und sicher sein. Programme, die sperrig und unverständlich sind, werden nicht genutzt und sorgen für Frust und Abneigung. Da sind besonders die Softwareentwickler in der Pflicht, Sorge zu tragen, dass alles funktioniert und alle Menschen mitgenommen werden. Zudem muss der Gesetzgeber allgemein geltende Regeln und Normen festsetzen.



## 5. Ein Blick auf beispielhafte Projekte, Programme und Anwendungen

Ob gesundheitsrelevante Technik zum Ausprobieren, Schulungs- und Selbstlernprogramme oder digitale Lösungen – folgende Ideen und Beispiele ermuntern dazu, das Thema „Digitale Gesundheitskompetenz älterer Menschen“ gemeinsam anzugehen.

### 5.1 Gesundheits- und pflegerelevante Technik kennenlernen

#### Die „Gesundheitsbox digital“ vom Nachbarschaftstreff Wittenberg West

Der Erfahrungsort des DigitalPakt Alter unterstützt mit seiner „Gesundheitsbox digital“ insbesondere ältere Generationen beim Entdecken der digitalen Welt im Bereich Gesundheit. Angeleitet durch engagierte Ehrenamtliche, die vorher geschult

werden, können Interessierte sich in Seminaren und Einzelsprechstunden mit den digitalen Möglichkeiten zu gesundheitsrelevanten Themen beschäftigen, z. B. Arzttermine online buchen, Gesundheits-Apps nutzen, mit der eigenen Krankenkasse online Kontakt aufnehmen, Rezepte online einlösen, die elektronische Patientenakte kennenlernen und digitale Geräte mit Schwerpunkt Gesundheit nutzen (Blutdruck-, Blutzuckermessgerät, Digitales Thermometer usw.).



Regina Brendgen, Ehrenamtliche Mitarbeiterin, Nachbarschaftstreff Wittenberg West c/o Begegnungszentrum Wittenberg West e.V.



*„Die Digitalisierung im Gesundheitswesen wird nur dann erfolgreich von den Menschen angenommen, wenn notwendiges Wissen dazu vermittelt wird. Die Anwender, egal welchen Alters, müssen dort abgeholt werden, wo sie ihrem Wissensstand nach gerade sind. Dazu fehlen leider Angebote, die die breite Masse erreichen.“*

## Digital Health Truck – Vermittlung und Stärkung von Digitaler Gesundheitskompetenz

Der Digital Health Truck tourt durch Baden-Württemberg. An öffentlichen Plätzen bietet er der interessierten Öffentlichkeit die Möglichkeit, verschiedene Gesundheitsanwendungen direkt vor Ort anzuschauen und auszuprobieren. Im Fahrzeug enthalten sind zum Beispiel eine Telemedizin-Ausstattung,

smarte Medizinprodukte für den Heimgebrauch, beispielsweise smarte Blutdruckmessgeräte und Fieberthermometer, Smartwatches oder auch Brustgurte zum Erfassen von Herzfrequenz, Atmung und anderen Vitalwerten. Eine Videosprechstunde zum Ausprobieren wie auch VR-Brillen, mit denen bereits heute verschiedene medizinische Anwendungsfälle trainiert werden können, gehören ebenfalls zum Angebot.



Lena Burg, Translation, Implementierung und Digitalkompetenz Koordinierungsstelle Telemedizin BW (KTBW) – Bosch Digital Innovation Hub (BDIH) Bosch Health Campus, Stuttgart

*„Digitalisierung kann vor allem im ländlichen Raum die medizinische Versorgung unterstützen. Dies ist gerade auch für ältere Menschen, die womöglich nicht mehr gut zu Fuß oder nicht mobil sind, ein relevantes Thema. Hilfreich kann beispielsweise die Einrichtung einer digitalen Sprechstunde sein. Durch die elektronische Patientenakte sind alle medizinischen Daten gebündelt an einem Ort abgelegt und einsehbar. Dies bringt vor allem für chronisch erkrankte Patientinnen und Patienten Vorteile.“*

## Das Berliner Landeskompetenzzentrum Pflege 4.0 zeigt digitale Unterstützung im Pflegealltag

Pflegebedürftige Menschen sollen so lange, wie sie wollen, zu Hause wohnen können – z. B. unterstützt durch sogenannte Assistenzsysteme im Haushalt, die die Selbstständigkeit erhalten und ausbauen. Pflegende Angehörige sollen entlastet werden – z. B. durch direkte Meldungen per App in einem Notfall.

Das Berliner Landeskompetenzzentrum 4.0 informiert kompetent über die verschiedenen technischen Möglichkeiten im Pflegealltag zu Hause. Das Kompetenzzentrum ist unabhängig und klärt kostenlos über Produkte, Finanzierungsmöglichkeiten und Datenschutz auf. „Mein Technik-Finder!“ ist ein weiteres Angebot, das bei der Suche nach passender Technik unterstützt. Er verschafft einen neutralen Überblick über die verfügbaren Produkte, wie sie eingesetzt werden, wer die Hersteller sind und was sie kosten.

## 5.2 Schulungs- und Selbstlernprogramme

### Digitalkompetenzen zu Gesundheitsthemen stärken – Selbstlernkurse als Vermittlungsformat von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen

Mit Blick auf die Digitalisierung des Gesundheitswesens verfolgt die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen das Ziel, die Kompetenzen von Verbraucherinnen und Verbrauchern im Umgang mit

digitalen Dienstleistungen und Anwendungen wie dem E-Rezept oder der elektronischen Patientenakte zu stärken. Im Zentrum steht somit die Kompetenzentwicklung zu einem souveränen, selbstbestimmten und kritischen Umgang mit entsprechenden Dienstleistungen und Anwendungen. Als ein bewährtes Vermittlungsformat haben sich sogenannte Selbstlernkurse etabliert. Der Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv) ist Partner im DigitalPakt Alter.

Dr. Anne Schulze, Referentin Erwachsenenbildung/  
Digitale Bildung, Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e. V., Düsseldorf



*„Mit der Digitalisierung des Gesundheitswesens gehen vielfältige Möglichkeiten für eine bessere Patientenversorgung einher – etwa mehr Transparenz, Patienten- und Behandlungssicherheit und verbesserte Kommunikation im Arzt-Patienten-Verhältnis. Dennoch ist es wichtig, die Menschen mitzunehmen und Alternativen zu den digitalen Services und Anwendungen aufrecht zu erhalten.“*

## Gesund und digital im ländlichen Raum – Landesanstalt für Kommunikation Baden- Württemberg (LFK)

Das Projekt „Gesund und digital im ländlichen Raum“ möchte die bestehenden, lokalen Strukturen der Seniorinnen- und Seniorenarbeit im ländlichen Raum durch den Aufbau lokaler Unterstützungsstrukturen stärken. Ältere Personen werden über digitale Gesundheitsangebote informiert, bei deren Nutzung begleitet und beraten. Dadurch werden Hürden und Vorurteile gegenüber der digitalen Veränderung im Gesundheitswesen abgebaut. Dafür werden eigens an den ländlichen Raum angepasste Informations- und Qualifizierungsangebote erarbeitet. Diese befassen sich u. a. mit den Themen Telemedizin, elektronische Patientenakte (ePA), E-Rezept, digitale Gesundheitsplattformen sowie Buchung digitaler Dienstleistungen, Termine und Lieferdienste. Die LFK Baden-Württemberg ist Partner des DigitalPakt Alter.





*„Die Digitalisierung im Themenbereich Gesundheit bringt für Menschen höheren Alters den Vorteil mit, beispielsweise trotz Einschränkungen in der Mobilität informiert zu bleiben, sich auszutauschen und selbstständig zu bleiben.“*

Markus Haas, Leitung Programmbereich  
Gesundheitsbildung beim Volkshochschul-  
verband Baden-Württemberg

## Smart Surfer Modul 11 „Digitale Gesundheit“ der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz – Selbstlernkurse als Vermittlungsformat

Mit dem Bildungskonzept „Smart Surfer – Fit im digitalen Alltag“ können sich ältere Menschen in elf Modulheften zu Themen wie „Kommunikation im Internet“, „Datensicherheit“, „Nachhaltigkeit“ oder „Digitale Gesundheit“ schlau machen. Im 11. Smart Surfer Modul „Digitale Ge-

sundheit“ geht es darum, wie Digitalisierung das Gesundheitswesen verändert: digitale Anwendungen wie elektronische Patientenakte und E-Rezept, Telemedizin, Onlineapotheken und Gesundheitsinformationen aus dem Netz. Diese und weitere Inhalte werden in der Lernhilfe vorgestellt. Zudem gibt es umfangreiches didaktisches Begleitmaterial dazu. Die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz ist Partner im DigitalPakt Alter.

*„Alle Menschen müssen in diesen Prozessen mitbedacht werden, ihre Sorgen müssen ernstgenommen und ihre Fähigkeiten immer mit einbezogen werden. Gute Informationen von Anfang an können dafür sorgen, dass wir alle gemeinsam in die Digitalisierung unserer Gesundheit hineinwachsen, den Prozess aktiv mitgestalten. Wirklichen Fortschritt und breite Akzeptanz erreichen wir nur so.“*

Franziska Christ, Projektkoordination  
Smart Surfer, Verbraucherzentrale  
Rheinland-Pfalz



## Gemeinsam digitale Barrieren überwinden mit dem Digital-Kompass

Gesellschaftliche Teilhabe setzt digitale Kompetenzen voraus. Dies gilt insbesondere für Menschen, die mit Sinnes- und Mobilitätsbeeinträchtigungen leben: Eine sichere und souveräne Nutzung digitaler Medien und Geräte kann für eine selbstständige

und selbstbestimmte Gestaltung des Lebensalltags sorgen. Um die vielfältigen Chancen der Digitalisierung für Menschen mit Beeinträchtigungen verständlich und erlebbar zu machen, bietet der Digital-Kompass vielfältige Angebote wie Digitale Lern-Tandems in den eigenen vier Wänden oder Beratung durch qualifizierte Engagierte in Treffpunkten vor Ort an.



Marie-Christin Möhring,  
Wissenschaftliche  
Referentin, Projekt Digital-  
Kompass, BAGSO Service,  
Bonn

*„Digitalisierung durchzieht mittlerweile nahezu alle Lebensbereiche. Neuerungen wie die elektronische Patientenakte, das E-Rezept und Ähnliches stellen viele Menschen vor Herausforderungen. Denn wer nicht online ist oder nicht über digitale Kompetenzen verfügt, kann an vielen Prozessen und Entwicklungen nicht mehr teilhaben. Die Bereiche Digitalisierung und Gesundheit miteinander zusammenzubringen, niedrigschwellige Kompetenzen zielgruppengerecht zu vermitteln ist ein großes Handlungsfeld, dem sich die verschiedenen Akteure gemeinsam stellen müssen.“*

## Unterstützungsmöglichkeiten der digitalen Gesundheitsanwendungen mit dem Digitalen Engel

Mit dem Projekt Digitaler Engel unterstützt „Deutschland sicher im Netz“ ältere Menschen bei der Nutzung digitaler Angebote. Es richtet sich an ältere Menschen, die digitale Kompetenzen erwerben wollen, und unterstützt Wissensvermittlerinnen und -vermittler dabei, Angebote

vor Ort zu schaffen. Unter anderem stellt der Digitale Engel in seinen kostenfreien Onlineschulungen die elektronische Patientenakte und das E-Rezept vor. Zudem informiert er über digitale Gesundheitsanwendungen, deren wichtige Funktionen und wie man eine geeignete digitale Gesundheitsanwendung erhalten kann.

*„Digitale Technik kann die Selbstständigkeit von älteren Menschen stärken und ihre Gesundheitsversorgung verbessern, z. B. über digitale Gesundheitsanwendungen (DiGAs). Wir unterstützen ältere Menschen dabei, die Vorteile dieser Technologien kennenzulernen und sie sicher zu nutzen.“*



Katharina Kunze, Projektleitung  
Digitaler Engel, Deutschland sicher  
im Netz e.V., Berlin

## 5.3 Digitale Gesundheitsanwendungen

### Digitale Teilhabe für Senioren über den Fernseher mit family.cards

family.cards ist ein Gerät, das Menschen ohne digitale Kenntnisse einen einfachen Zugriff auf digitale Dienste wie Videotelefonie ermöglicht. Die Benutzung funktioniert über einen handelsüblichen Fernseher, den Nutzerinnen und Nutzer mit einem Kartenleser verbinden. Für jeden Dienst gibt es eine Karte, die auf den Kartenleser gelegt werden kann. Eine Karte z. B. für einen Videoanruf mit der Tochter oder eine Karte für das Betrachten der Familienfotos usw. family.cards ist für alle Menschen geeignet, besonders für Menschen mit motorischen oder kognitiven Beeinträchtigungen. Der Dienst ist auch dafür geeignet, Telesprechstunden oder Rehabilitationen über den Fernseher zu ermöglichen.

### Die elektronische Patientenakte – der Demo-Modus der BARMER Krankenkasse

Mit der elektronischen Patientenakte können Patientinnen und Patienten ihre Gesundheitsdokumente sicher digital organisieren. Versicherte erhalten die elektronische Patientenakte von ihrer Krankenkasse. Die eCare-App der BARMER kann mit dem Demo-Modus unverbindlich ausprobiert werden – ganz ohne Registrierung. Dort kann probeweise ein Dokument hochgeladen oder eine Berechtigung erteilt werden, zudem sind auch die Zusatzfunktionen der eCare-App wie die Behandlungshistorie und der Impfstatus zum Testen verfügbar. Nach dem Download tippt man auf der Login-Seite ganz unten auf „Demo-Modus ausprobieren“.

Bérengère Codjo, BARMER,  
Projektmanagerin elektronische Patientenakte



*„Die BARMER hat sich dem Ziel verpflichtet, die digitale Welt so mitzugestalten, dass die gesamte Gesellschaft teilhaben kann. Verantwortungsvoll zu digitalisieren heißt für uns, dass wir nicht ausschließlich auf digitale Kanäle setzen, sondern auch die Behandlungspfade und Betreuungsabläufe neu gestalten. Durchdachte Digitalisierung ermöglicht Teilhabe und baut Barrieren ab. Wir müssen sie zielgerichtet einsetzen. Dafür braucht es einen klaren ethischen Kompass und Sensibilisierung.“*

### Ada – die App für eine gesündere Zukunft

Die eigene Gesundheit besser verstehen und aktiv erste Schritte in Richtung passender Behandlungsoptionen gehen – dabei unterstützt die Digital Health App „Ada“. Auf künstlicher Intelligenz basierend und mit medizinischem Wissen angereichert, macht Ada über die Eingabe von Symptomen aus einer Datenbank heraus Diagnose- und Therapievorschläge.

Im Rahmen des kostenlosen Symptom-Checks müssen die Nutzenden einfache Fragen zum Gesundheitszustand und zu Symptomen beantworten. Die künstliche Intelligenz der Ada-App gleicht die Antworten mit ihrem medizinischen Wörterbuch ab. Danach erhält die Nutzerin oder der Nutzer einen personalisierten Bewertungsbericht.



Vanessa Volkert, Senior Manager Client & Commercial Operations, Ada Health GmbH, Berlin

*„Durch digitale Gesundheitstools wie Ada, aber auch den Ausbau von Telemedizin und Onlinekonsultationen von Ärzten können ältere Menschen medizinische Beratung und Behandlung von zu Hause aus erhalten, ohne lange Wege zurücklegen zu müssen.“*

## 6. Glossar zur Digitalisierung im Gesundheitswesen

**Ambient Assisted Living (AAL)** – zu deutsch: Altersgerechte Assistenzsysteme. Das sind spezifische Anwendungen oder einzelne Geräte, die Menschen in ihrem Wohnumfeld unterstützen. Das sind zum Beispiel Notrufsysteme und Sturzmelder, aber auch smarte Medikamentenspender oder pflegeunterstützende Anwendungen.

**App** – Kurzform für Applications, zu deutsch: Anwendungen. Das sind Anwendungsprogramme für Smartphones und Tablets.

**Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA)** – eine App kann zu einer Kasernenleistung werden, wenn sie als Medizinprodukt eingestuft wird und eine CE-Kennzeichnung sowie eine Risikoklassifizierung erhält. Zudem wird sie dann in das DiGA-Verzeichnis aufgenommen und ist somit eine Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA). Ärztinnen und Ärzte können Apps aus dem DiGA-Verzeichnis verordnen.

**Digital Health** (digitale Gesundheit) oder auch **E-Health** (auf elektronischer Datenverarbeitung basierende Gesundheit) – sind Sammelbegriffe für das Aufeinandertreffen von Internet und Medizin. Darunter werden alle Dienstleistungen und Hilfsmittel verstanden, bei denen neue Technologien zum Einsatz kommen, die der Vorbeugung, Diagnose, Behandlung, Überwachung und Verwaltung im Gesundheitswesen dienen.

**Digitale Sprechstunde** – ist eine ärztliche Sprechstunde, die per Videochat durchgeführt wird.

**Digitale-Versorgung-Gesetz (DVG)** – hat das Ziel, die Gesundheitsversorgung durch eine bessere Digitalisierung zu fördern. Aufgrund des Gesetzes haben Versicherte z. B. Anspruch auf die Erstattung digitaler Gesundheitsanwendungen (DiGA). Zudem verpflichtet das Gesetz Vertragsärzte und Krankenhäuser, sich an die Telematikinfrastruktur anschließen zu lassen. Auch andere Leistungserbringer wie Hebammen

men, Physiotherapeuten und Pflegeeinrichtungen bekommen nun die Möglichkeit, dies zu tun.

**E-Health** – siehe Digital Health

**Elektronische Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (eAU)** – läuft über die Telematikinfrastruktur. Ärztinnen und Ärzte versenden die Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung digital an die Krankenkassen. Von dort können Arbeitgeber die Daten abrufen.

**Elektronische Gesundheitskarte (eGK)** – ist ein persönlicher Versicherungsnachweis, um Leistungen in Anspruch nehmen zu können. Sie dient auch als Schlüssel zu digitalen Anwendungen im Gesundheitssystem. Mit der elektronischen Gesundheitskarte können auch E-Rezepte in Apotheken eingelöst werden.

**Elektronische Patientenakte (ePA)** – ist eine digitale Akte, in der Gesundheitsdaten und medizinische Befunde einer Patientin oder eines Patienten gespeichert werden. Sie wird von den Versicherten über eine App der jeweiligen Kranken-

kasse verwaltet und ist Teil der Telematikinfrastruktur.

**Elektronische Signatur** – ist eine elektronische Unterschrift. Zur Erstellung der elektronischen Signatur benötigen die Ärztinnen und Ärzte einen elektronischen Heilberufsausweis.

**Elektronischer Arztbrief (eArztbrief)** – ist eine Anwendung der Telematikinfrastruktur. Arztpraxen können elektronische Arztbriefe direkt aus dem sogenannten Praxisverwaltungssystem (PVS) heraus versenden und empfangen. So erreichen wichtige Informationen zur Behandlung einer Patientin oder eines Patienten schnell und sicher andere Praxen.

**Elektronischer Heilberufsausweis (eHBA)** – ist ein personalisierter Ausweis, mit dem sich Ärztinnen und Ärzte, Therapeuten und andere Angehörige der Heilberufe gegenüber der Telematikinfrastruktur ausweisen.

**Elektronischer Medikationsplan (eMP)** – ist eine Übersicht für Patientinnen und Patienten und Ärztinnen und Ärzte über

alle derzeit angewendeten Medikamente. Er gibt genaue Informationen zu Dosierung und Zeitraum der Einnahme. Der elektronische Medikationsplan ist eine Anwendung der Telematikinfrastruktur und voraussichtlich ab Mitte 2025 über die elektronische Patientenakte abrufbar. Der elektronische Medikationsplan ist der bundeseinheitliche Medikationsplan in digitaler Form.

**Elektronisches Rezept (E-Rezept)** – ermöglicht Ärztinnen und Ärzten Rezepte elektronisch zu verordnen. Sie können dann mit der elektronischen Gesundheitskarte in jeder beliebigen Apotheke eingelöst werden. Folgerezepte können ohne erneuten Besuch der Arztpraxis verschrieben werden.

**Fitnesstracker** – werden wie eine Armbanduhr am Handgelenk getragen und dokumentieren die sportliche Leistung und messen körperliche Daten wie z. B. den Puls oder das Schlafverhalten.

**gematik** – ist die Nationale Agentur für Digitale Medizin. Sie hat die Aufgabe, die Telematikinfrastruktur sicher zu stellen,

und definiert rechtsverbindliche Standards und Spezifikationen für alle Komponenten und Dienste, die in der Telematikinfrastruktur verwendet werden.

**KIM** – steht für Kommunikation im Medizinwesen und ist der einheitliche Standard für die elektronische Übermittlung medizinischer Dokumente. Mit KIM können wichtige Dokumente und Nachrichten sicher und bequem per E-Mail versendet werden.

**Notfalldatenmanagement (NFDM)** – ermöglicht es Ärztinnen und Ärzten, in einem medizinischen Notfall wichtige notfallrelevante Informationen direkt über die Telematikinfrastruktur abzurufen.

**Online-Arztterminbuchungsportale** – zeigen verfügbare Termine von Ärzten in einem angegebenen Umkreis, um so den nächstmöglichen freien Termin für die Patientin oder den Patienten zu finden.

**Tele-Ärztin / Tele-Arzt** – erbringt medizinische Leistungen auch mittels moderner Kommunikationsmittel wie Videotelefonie oder Chat.

**Telemedizin** – ermöglicht es, medizinische Leistungen über eine räumliche Distanz hinweg anzubieten, zum Beispiel indem eine Ärztin oder ein Arzt das Videogespräch über ein Smartphone für eine erste Einschätzung des Patienten nutzt. Telemedizin und Digital Health bzw. E-Health werden oft synonym verwendet. Digital Health und E-Health sind aber eher Oberbegriffe für alle digitalen Lösungen im Gesundheitssystem. Telemedizin ist hingegen ein konkreter Anwendungsfall.

**Telematikinfrastuktur (TI)** – ist ein digitales Netzwerk aller Akteure im Gesundheitswesen. Durch diese Vernetzung wird gewährleistet, dass medizinische Dokumente sicher digital versendet und abgelegt werden.

**Telemonitoring** – steht für Fernuntersuchung. Dazu werden Patienten zu Hause mit Geräten zur Messung von Vitaldaten ausgestattet (z. B. Gewicht, Blutdruck, Herzfrequenz). Diese Gesundheitswerte werden dann digital an ein telemedizinisches Zentrum, ein Krankenhaus oder eine Arztpraxis übermittelt.

**Versichertenstammdatenmanagement (VSDM)** – zur Speicherung der Stammdaten der Versicherten (Name, Geburtsdatum, Adresse, Geschlecht, ...) auf der elektronischen Gesundheitskarte. Über die Telematikinfrastuktur kann der jeweils aktuelle Stand der Daten bei Bedarf abgerufen werden.

**Wearables** – sind kleine elektronische Geräte, die direkt am Körper getragen werden, z. B. als Uhr oder Armband am Handgelenk (auch Fitnesstracker oder Smartwatch genannt). Gesteuert werden sie direkt am Gerät oder über eine App.



# Impressum

## Herausgeber

**BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft  
der Seniorenorganisationen e.V.**

Geschäftsführer Dr. Guido Klumpp  
Noeggerathstraße 49  
53111 Bonn

Telefon 0228-249993-0  
Fax 0228-249993-20  
digitalpakt@bagso.de

[www.digitalpakt-alter.de](http://www.digitalpakt-alter.de)  
[www.facebook.com/digitalimalter](https://www.facebook.com/digitalimalter)  
[www.instagram.com/digitalimalter](https://www.instagram.com/digitalimalter)  
[www.youtube.com/@digitalpaktalter](https://www.youtube.com/@digitalpaktalter)

1. Auflage, November 2024

Der DigitalPakt Alter ist eine  
Initiative von

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

## Redaktion

Kerstin Allert, BAGSO  
Stefanie Brandt, BAGSO Service  
Gesellschaft  
Robin Stecken-Dorner, BAGSO

## Layout

vierviertel – Agentur für  
Kommunikationsdesign GmbH

## Druck

Buch- u. Offsetdruckerei Häuser  
GmbH & Co. KG

## Bildnachweise

Cover/S. 1 AdobeStock\_lordn\_682802852,  
S. 2, 8, 19, 22, 27, 32, 37, 40 BAGSO/  
Sachs, S. 5 Bundesregierung/Steffen  
Kugler, S. 20, 21 Nachbarschaftstreff  
Wittenberg West c/o Begegnungs-  
zentrum Wittenberg West e.V./Regina  
Brendgen, S. 24 Verbraucherzentrale  
NRW, S. 26 Markus Haas, S. 28 Alena  
Stalmashonak, S. 29 Daniel Hofer, S. 31  
BARMER/Codjo

## Hinweis zu vorgestellten Apps

In dieser Handreichung werden u. a. konkrete Apps vorgestellt. Da sich diese mit der Zeit ändern können, achten Sie auf Änderungen der Kosten, Datenschutzhinweise und AGBs.

## Die BAGSO – Stimme der Älteren

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen vertritt die Interessen der älteren Generationen in Deutschland.

Sie setzt sich für ein aktives, selbstbestimmtes und möglichst gesundes Älterwerden in sozialer Sicherheit ein. In der BAGSO sind mehr als 120 Vereine und Verbände der Zivilgesellschaft zusammengeschlossen, die von älteren Menschen getragen werden oder die sich für die Belange Älterer engagieren.

Die BAGSO fördert ein differenziertes Bild vom Alter, das die vielfältigen Chancen eines längeren Lebens ebenso einschließt wie Zeiten der Verletzlichkeit und Hilfe- bzw. Pflegebedürftigkeit.

Gegenüber Politik, Gesellschaft und Wirtschaft tritt sie für Rahmenbedingungen ein, die ein gutes und würdevolles Leben im Alter ermöglichen – in Deutschland, in Europa und weltweit.



Die Handreichung „Chancen der Digitalisierung für Ältere eröffnen – Digitale Gesundheitskompetenzen älterer Menschen stärken“ des Digital-Pakt Alter ist im Rahmen des Themenhalbjahrs [Gesundheit auf E-Rezept? Digitale Entwicklungen verstehen und Kompetenzen stärken](#) entstanden. Sie gibt einen Überblick über die Herausforderungen und Möglichkeiten des digitalisierten Gesundheitswesens.