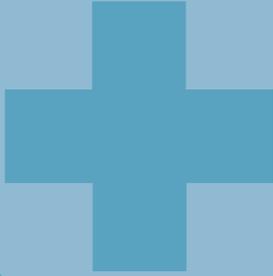


MEIN WISSEN. MEINE MÖGLICHKEITEN.
MEIN LEBEN MIT KREBS!



Ein Leitfaden
für Krebs-
betroffene und
Angehörige

DIGITALE GESUNDHEITS- KOMPETENZ

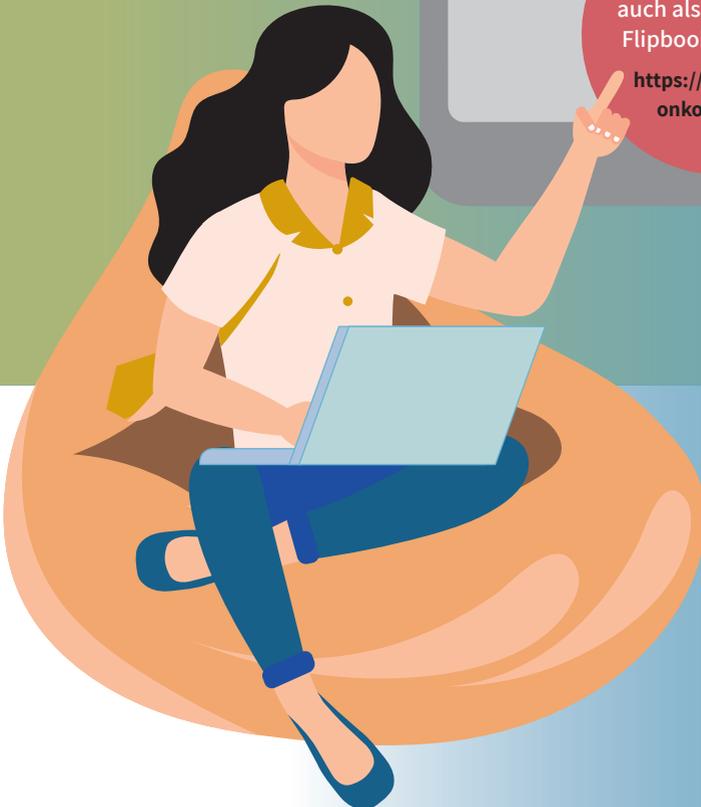


Wo immer Sie in dieser Broschüre einen QR Code finden, aktivieren Sie bitte ihre Handycamera und halten Sie das Handy mit ca. 5 bis 10 cm Abstand auf den QR Code. So gelangen Sie direkt und einfach mit ihrem Handy auf die Internetseiten.



Dieser Leitfaden ist auch als interaktives Flipbook erhältlich:

<https://forum-gyn-onkologie.de/>



INHALT

VORWORT

6

1

**DIGITALE
GESUNDHEITS-
KOMPETENZ –
WELCHE GRUNDLAGEN
SOLLTE ICH
KENNEN?**

- 10 EINE KURZE EINFÜHRUNG INS THEMA –
WAS IST DIGITALE GESUNDHEITSKOMPETENZ?
- 10 DIE GRUNDPRINZIPIEN GUTER KOMMUNIKATION
- 11 DER PROAKTIVE UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN
- 13 WELCHES MEDIUM PASST ZU MEINEM ANLIEGEN?
- 13 KOMMUNIKATION MIT DER ÄRZTIN ODER DEM ARZT –
WANN DIGITAL, WANN PERSÖNLICH?

2

**TECHNISCHE
VORAUSSETZUNGEN –
SO BIN ICH FÜR
DIE DIGITALE
KOMMUNIKATION GUT
GERÜSTET**

- 16 WICHTIGE BEGRIFFE ERKLÄRT:
WLAN, NOTEBOOK, BROWSER & CO
- 18 SO FUNKTIONIERT EIN SMARTPHONE
- 19 WICHTIGES ZU COOKIES UND DATENSCHUTZ
- 21 ANGESAGT UND NÜTZLICH: APPS, ZOOM
UND QR-CODES

3

**EIN BLICK IN DIE
ÄRZTLICHE PRAXIS –
WIE KANN ICH MIT
MEINEM BEHAND-
LUNGSTEAM DIGITAL
KOMMUNIZIEREN
UND INFORMATIONEN
AUSTAUSCHEN?**

- 24 DIE VIDEO-SPRECHSTUNDE
- 24 DIE ELEKTRONISCHE PATIENTENAKTE (EPA)
- 25 DIE ELEKTRONISCHE GESUNDHEITSAKTE (EGA)

4

**DIE APP AUF REZEPT –
WAS SOLLTE ICH ÜBER
DIGITALE GESUND-
HEITSANWENDUNGEN
WISSEN?**

- 28 WAS SIND DIGITALE GESUNDHEITSANWENDUNGEN
(DIGAS)?

5

DIGITALE ANGEBOTE VERSTEHEN – WIE KANN ICH GUT INFORMIERT ENTSCHEIDEN?

- 34** E-HEALTH: SICHERE DIGITALE
KOMMUNIKATION IM GESUNDHEITSWESEN
- 34** VERTRAUENSWÜRDIGE GESUNDHEITS-
INFORMATIONEN ERKENNEN
- 36** QUALITÄTSSIEGEL FÜR INTERNETSEITEN
- 36** VERTRAUENSWÜRDIGE INTERNETSEITEN
FÜR PATIENT:INNEN

6

SOCIAL MEDIA IN DER GESUNDHEITS- KOMMUNIKATION – WIE SICHER SIND FACEBOOK, WHATSAPP & CO?

- 40** SOCIAL MEDIA VERSTEHEN
- 40** FACEBOOK
- 40** TWITTER
- 40** INSTAGRAMM
- 41** WHATSAPP
- 41** SIND SOCIAL MEDIA DIENSTE FÜR
DEN AUSTAUSCH MEDIZINISCHER DATEN
GEEIGNET?

7

DIGITAL BEGLEITET DURCH DIE KREBS- THERAPIE – HIER FINDE ICH INFORMATIONEN UND ANLAUFSTELLEN IM INTERNET

- 44** WIE FINDE ICH MEDIZINISCHE
INFORMATIONEN ONLINE?
- 44** ZERTIFIZIERTE KOMPETENZ- UND
SPITZENZENTREN
- 44** ALLGEMEINE INFORMATIONEN ÜBER KREBS
- 45** KLASSIFIKATION VON TUMOREN
- 45** ARZNEIMITTEL-SUCHE
- 45** LEITLINIEN-SUCHE: INFORMATIONEN ZUR
KREBSTHERAPIE
- 45** KLINISCHE STUDIEN: STUDIENSUCHE UND
ALLGEMEINE INFORMATIONEN
- 46** WEITERE HILFREICHE ANGEBOTE UND
SERVICES FÜR PATIENT:INNEN

8

NEBENWIRKUNGS- MANAGEMENT – WELCHE DIGITALEN BEGLEITER VERHELFFEN MIR ZU MEHR LEBENS- QUALITÄT?

- 50 LEBENSQUALITÄT DURCH DIGITALE ANGEBOTE WAHREN
- 50 DIGITALE PATIENTENTAGEBUCH
- 50 GESUNDHEITSAPPS FÜR KREBSPATIENT:INNEN
- 51 SELBSTHILFE UND COMMUNITY
- 51 ONLINE-PATIENTENKONGRESSE
- 51 ONLINE-VERANSTALTUNGEN UND -WORKSHOPS
- 52 PODCASTS RUND UM DAS THEMA KREBS
- 52 ONLINE-PATIENTENMAGAZINE (FLIPBOOKS)

9

GEZIELT INFORMIERT – FÜR MEINE INDIVI- DUELLE KRANKHEITS- SITUATION GIBT ES PASSENDE DIGITALE ANGEBOTE

- 54 FÜR PATIENTINNEN MIT GYNÄKOLOGISCHEN KREBSERKRANKUNGEN

- 58 QUELLENNACHWEISE
- 59 IMPRESSUM

GEZIELT INFORMIERT:

Für meine individuelle Krankheits-situation gibt es passende digitale Angebote. Eine Auflistung von Apps und Internetseiten, praktische Tutorials und wertvolle Links zu anderen Tumorerkrankungen finden Sie unter

www.digital-broschuere-krebs.de



VORWORT



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

digitale Medien sind aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Auch im Gesundheitswesen spielen sie eine immer größer werdende Rolle. Richtig eingesetzt können Online-Anwendungen eine bedeutsame Hilfestellung und Entlastung für Sie als Patient:in, für Ihre Angehörigen sowie für Ihre Ärztinnen und Ärzte oder das medizinische Fachpersonal bieten. Verschiedene Untersuchungen zeigen jedoch, dass die Beteiligten aller Seiten noch nicht optimal darauf vorbereitet sind.

Deshalb haben wir diesen Leitfaden konzipiert, um Sie bei der Nutzung digitaler Medien und dem Austausch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt zu unterstützen. Ob Videosprechstunde, App, Gesundheitswebsites oder elektronische Rezepte – wir erläutern wichtiges Hintergrundwissen und beleuchten die besonderen Aspekte digitaler Helfer im Rahmen der Gesundheitskommunikation.

Am Ende dieses Heftes haben wir zahlreiche digitale Angebote für unterschiedlichste Erkrankungssituationen für Sie zusammengestellt. Unser Appell: Nutzen Sie die vielfältigen Möglichkeiten, die Ihnen die Digitalisierung bietet, auch für Ihre persönliche Gesundheitsvorsorge in punkto Information, Aufklärung und Kommunikation.

Wir hoffen, dass diese interprofessionell erarbeiteten Informationen für Sie wertvoll sind und freuen uns sehr über Ihr Feedback und weitere Anregungen.

Herzlichst,

Ihr
Professor Jalid Sehoul



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

Vor rund 1,7 Millionen Jahren begannen die Urmenschen, um ihr Wissen weiterzugeben, mit Gesten und Laute zu kommunizieren.

Heute, im 21. Jahrhundert haben wir nicht nur unsere Sprache weiterentwickelt und angepasst, sondern wir haben auch digitale Kommunikationswege erschlossen. Via E-Mail können wir innerhalb kürzester Zeit, Texte und Bilder von A nach B versenden. Und über soziale Plattformen, wie z.B. Facebook, sprechen wir mit der ganzen Welt.

Auch im Gesundheitswesen schreitet die Digitalisierung (e-health) voran. Insbesondere im Umgang miteinander, stellen die digitalen Medien, den Behandlungsprozess und die damit verbundene stationäre und ambulante Patientenbetreuung vor neue Herausforderungen.

Um diese Herausforderungen zu meistern, wie z.B. die Förderung einer gemeinsamen „Sprache“ zwischen Arzt, Patient:in und Angehörigen, als auch die Patienten:innen aktiver und selbstbestimmter in den digitalen Behandlungsprozess zu integrieren, haben wir diesen Ratgeber entwickelt.

Der Ratgeber soll Ihnen helfen, sich über sichere Kanäle, bestehende Angebote und über medizinischen Anwendungen zu informieren. Ich hoffe, dass Sie viele nützliche Hinweise finden.

In diesem Sinne, herzliche Grüße

Nicole Weider

1



DIGITALE
GESUNDHEITS-
KOMPETENZ –
WELCHE GRUNDLAGEN
SOLLTE ICH KENNEN?



EINE KURZE EINFÜHRUNG INS THEMA – WAS IST DIGITALE GESUNDHEITSKOMPETENZ?

Unter digitaler Gesundheitskompetenz versteht man die Fähigkeit, gesundheitsrelevante Informationen online zu finden, zu verstehen, einzuschätzen und anzuwenden.

Für Sie als Krebspatient:in sowie für Ihre Angehörigen ist eine fundierte digitale Gesundheitskompetenz eine Chance, sich vor Fehlinformationen und Angstspiralen zu schützen, sich fachgerecht zu informieren, mit dem Ärzteteam auf Augenhöhe zu kommunizieren und die eigene Lebensqualität durch unterstützende Angebote zu wahren.

Und nicht zu vergessen: Digitale Gesundheitskompetenz bedeutet auch, die vielfältigen Angebote, von denen Sie als Patient:in profitieren können, sicher und datenschutzkonform zu erschließen und zu nutzen.

DIE GRUNDPRINZIPIEN GUTER KOMMUNIKATION

Kommunikation ist das zentrale Thema im Arzt-Patienten-Verhältnis. Durch den Einsatz digitaler Medien entstehen zusätzliche Herausforderungen für die Zusammenarbeit zwischen Patient:in und Behandlungsteam. Um die Besonderheiten, Chancen und Herausforderungen der neuen Medien besser einschätzen zu können, ist es wichtig, die Grundsätze guter Kommunikation zu kennen. Kommunikation dient dem Aufbau und der Intensivierung zwischenmenschlicher Verhältnisse und Beziehungen. Sie besteht aus sogenannten verbalen und non-verbalen Elementen. Zu den verbalen Aspekten zählen die Sprache, Sprachmelodie, Sprachtempo und der Inhalt. Non-verbal sind die Körpersprache, der Augenkontakt sowie die Haltung.



Gesundheit

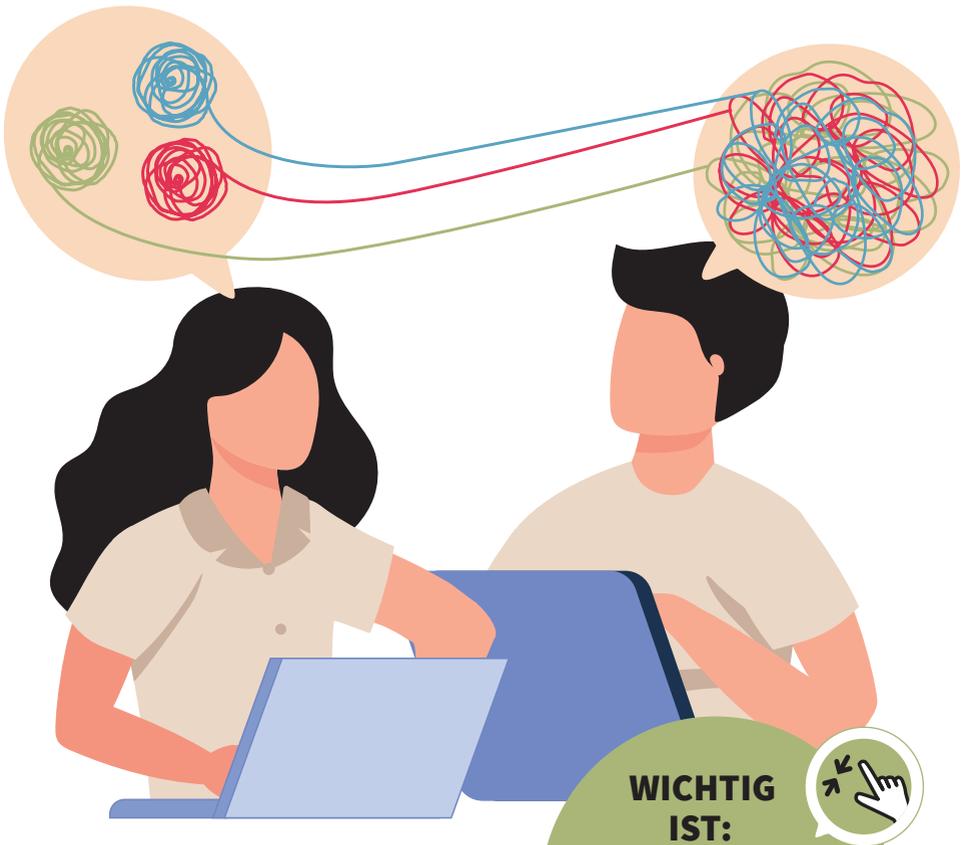
Körperliches, geistiges und soziales Wohlergehen (WHO)

Gesundheitskompetenz

Fähigkeit, gesundheitsrelevante Informationen zu finden und zu verstehen, sowie einschätzen und anwenden zu können (Wikipedia)

Digitale Gesundheitskompetenz

Gesundheitskompetenz in Bezug auf digitale Gesundheits- und Informationsangebote (Wikipedia)



Untersuchungen zeigen, dass nach einem Gespräch mit der Ärztin oder dem Arzt insbesondere der Anfang und das Ende bei den Betroffenen in nachhaltiger Erinnerung bleiben. In lebensverändernden Situationen, wie nach einer Krebsdiagnose, kann es passieren, dass Ängste und Sorgen die Aufnahme und das Verstehen von Informationen einschränken. Dann kann es hilfreich sein, eine Begleitperson zum Arzttermin mitzunehmen und die Ärztin beziehungsweise den Arzt um eine schriftliche Zusammenfassung des Gespräches zu bitten. Bei der Überbringung schlechter oder belastender Nachrichten ist auf allen Seiten eine besondere Aufmerksamkeit und Achtsamkeit gefordert.

WICHTIG IST:

Ob analog oder digital – Kommunikation sollte immer mit Empathie, Ehrlichkeit und Wertschätzung einhergehen!

DER PROAKTIVE UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN

Sprechen Sie bei Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder dem medizinischen Personal das Thema digitale Medien proaktiv an. Die folgenden Fragen können Ihnen dafür eine erste Orientierung bieten:



Checkliste

Diese Fragen zum Thema digitale Medien kann ich meinem Behandlungsteam stellen

- Wie soll ich Sie kontaktieren, wenn ich ein akutes oder dringendes medizinisches Problem habe?
- Wann und mit welchen Themen kann ich Sie per E-Mail kontaktieren?
- Bieten Sie eine Video-Sprechstunde an? Welche technischen Voraussetzungen gibt es dafür?
- Wie soll ich Sie kontaktieren, wenn ich noch weitere Fragen habe?
- Welche Informationen können für mich hilfreich sein und welche Website können Sie mir dazu empfehlen?
- Haben Sie weitere Materialien (z. B. Broschüren) oder können Sie mir welche empfehlen?
- Können Sie mir nützliche Apps empfehlen?
- Was ich sonst noch wissen möchte:

SCHON GEWUSST?



Auch bei Videosprechstunden können Sie nach einer schriftlichen Gesprächszusammenfassung fragen.

WELCHES MEDIUM PASST ZU MEINEM ANLIEGEN?

Bevor Sie den Computer oder das Smartphone zur Hand nehmen, sollten Sie abwägen, ob das von Ihnen gewählte digitale Hilfsmittel zu Ihrem jeweiligen Anliegen passt.

Eine Kontaktaufnahme per E-Mail kann bei allgemeinen Fragen passend sein. Für eine aussagefähige Zweitmeinung wird in der Regel eine persönliche Vorstellung empfohlen, weil im Gespräch wichtige Zusatzinformationen für die Anamnese und Diagnosestellung besser erfragt werden können.

Auch bei Notfällen und in kritischen Situationen sollten Sie immer persönlich oder telefonisch mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder deren medizinischen Einrichtungen Kontakt aufnehmen, denn E-Mails werden nicht immer sofort gelesen und bearbeitet.

Wenn Sie sich für Video-Sprechstunden zur Beratung, Nachsorge oder Kontrolle interessieren, können Sie vorab bei Ihrem Behandlungsteam erfragen, welche technischen Voraussetzungen und Rahmenbedingungen Sie dafür beachten müssen.

Falls Sie selbst Schwierigkeiten im Umgang mit der erforderlichen Technik haben, kann Ihnen vielleicht eine Vertrauensperson helfen und die Kommunikation zumindest teilweise für Sie übernehmen. Dies sollten Sie jedoch vorab mit Ihrem Behandlungsteam besprechen, weil dabei bestimmte Datenschutzrichtlinien und Gesetze beachtet werden müssen. Darüber hinaus müssen Sie eine schriftliche Vollmacht ausstellen.

KOMMUNIKATION MIT DER ÄRZTIN ODER DEM ARZT – WANN DIGITAL, WANN PERSÖNLICH?

Kontaktaufnahme per E-Mail

› Allgemeine Fragen

Video-Sprechstunde

› Beratung, Nachsorge, Kontrolle

Persönliches Gespräch

- › Notfälle und kritische Situationen
- › Diagnose, Übermittlung schlechter Nachrichten
- › Aussagekräftige Zweitmeinung

WICHTIG IST: Die digitale Kommunikation kann das persönliche Gespräch nicht ersetzen.

IM NOTFALL

- Patientenservice: Tel: 116117
- Nora App – die offizielle Notruf-App der Bundesländer: [nora-notruf.de](https://www.nora-notruf.de)
Mit der App erreichen Sie Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst im Notfall schnell und einfach. Überall in Deutschland.

2



TECHNISCHE
VORAUSSETZUNGEN –
SO BIN ICH FÜR
DIE DIGITALE
KOMMUNIKATION
GUT GERÜSTET



WICHTIGE BEGRIFFE ERKLÄRT: WLAN, NOTEBOOK, BROWSER & CO



Das **INTERNET** kann als Verbund von Computernetzwerken mit dem Ziel des Datenaustausches beziehungsweise der Datennutzung verstanden werden. Für die Nutzung des Internets und den Aufruf von Webseiten sind ein Computer (Laptop) und eine Internetverbindung (meist über WLAN verfügbar) erforderlich.



WLAN (Wireless Local Area Network) ist das Funknetzwerk (z. B. Vodafone, T-Online) – die Voraussetzung für eine Verbindung zum Internet. In europäischen Ländern wird WLAN auch WI-FI (Wifi) genannt.



SMARTPHONE = Mobiltelefon; Mischung aus Handy, Computer und Spiele-Konsole; praktisch für unterwegs.



Ein **LAPTOP** oder **NOTEBOOK** ist ein tragbarer Personal Computer (PC). Beide Geräte sind mit Schnittstellen, Kamera und Mikrofon ausgestattet – die Voraussetzungen, um digital kommunizieren zu können.



Ein **TABLET** ist ein tragbarer und flacher Computer ohne Maus und Tastatur. Bedient wird das Tablet über einen Touchscreen.



Über einen **BROWSER** (wie Chrome oder Mozilla Firefox) können Websites aufgerufen und E-Mail-Dienste genutzt werden.



Eine **WEBSITE** ist die Internetpräsenz einer Privatperson oder eines Unternehmens.



COOKIES sind Daten, die eine von Ihnen besuchte Webseite auf Ihrem Computer zwischenspeichert. Lesen Sie mehr dazu auf Seite 19.



Per **E-MAIL** („E“ für elektronisch und „Mail“ für Post) können Nachrichten sowie Anhänge (Bilder, Videos, Audio) an Familie, Freunde und fremde Personen digital verschickt werden. Für das Senden und Empfangen von E-Mails ist zunächst die Registrierung einer persönlichen E-Mail-Adresse bei einem E-Mail-Anbieter nötig. Außerdem muss die E-Mail-Adresse des Empfängers bekannt sein.



UNGEEIGNET SIND: klassische Handys und Seniorenhandys.

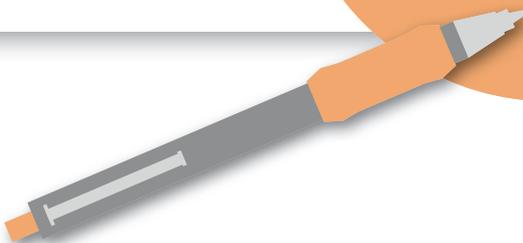


SCHON GEWUSST?

Smartphones können Leben retten!

Auch wenn kein Netzempfang besteht, können Sie die Notruftaste drücken und es wird die 112 angewählt. Darüber hinaus kann man mit dem Smartphone Standortinformationen versenden, um in einer Notsituation gefunden zu werden.

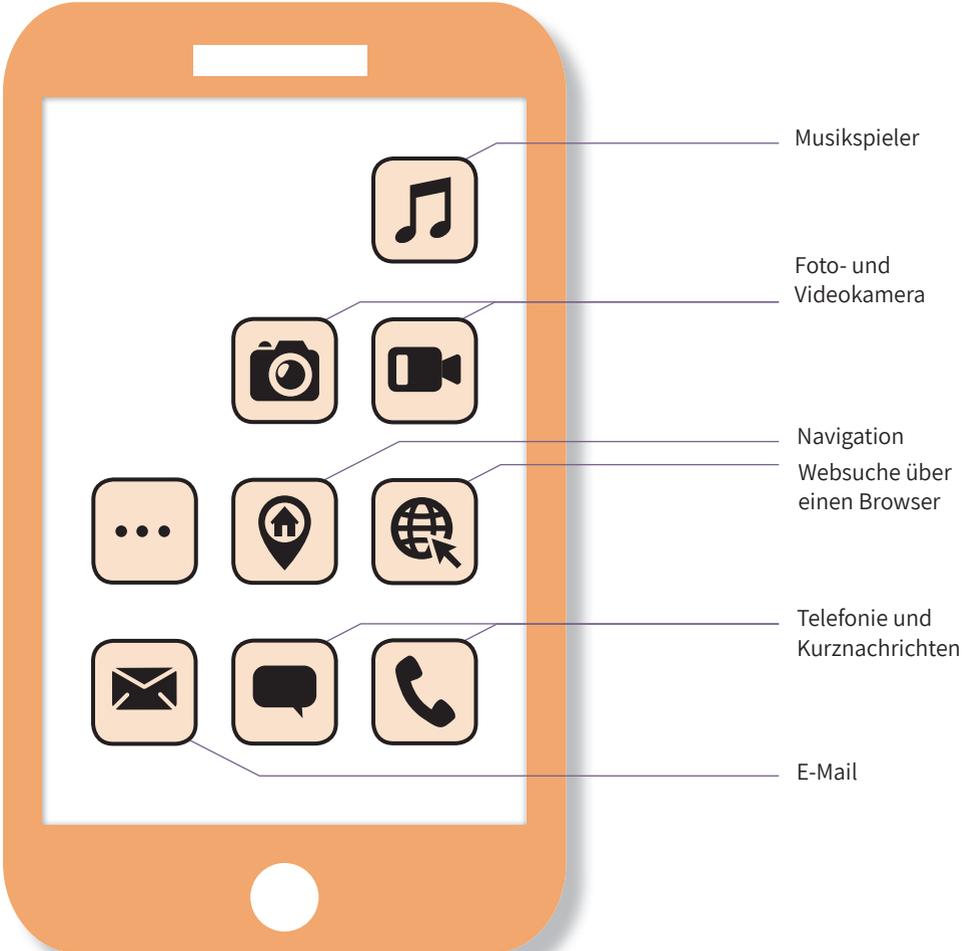
Wichtig dabei ist, das Smartphone eingeschaltet zu lassen.



SO FUNKTIONIERT EIN SMARTPHONE

Das Tolle an einem Smartphone ist, dass man es wie einen kleinen Taschencomputer nutzen kann. Man kann telefonieren, Nachrichten

(zum Beispiel SMS) versenden und viele weitere technische Funktionen nutzen. Und nach der Installation von Apps erweitern Kommunikationsdienste (Social Media) oder auch digitale Gesundheitsanwendungen (kurz DiGA) die vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten.



WICHTIGES ZU COOKIES UND DATENSCHUTZ



Cookies

Bei dem Besuch fast jeder Website werden vom Website-Betreiber oder Dritten personenbezogene Daten über das Nutzerverhalten gespeichert: zum Beispiel Anmeldedaten, die Dauer des Besuches, die IP-Adresse und viele weitere Informationen, in Form sogenannter Cookies auf dem Computer. Cookies sind jedoch keine schädliche Software oder Viren, und temporäre Cookies können nützlich sein. Anhand der gesetzten Cookies erkennt eine Website beim nächsten Besuch, welcher Internetnutzer die Seite aufruft, und kann gezielt Anpassungen vornehmen. Es wird zwischen zwei Arten von Cookies unterschieden:

- 1. technisch notwendige Cookies, die für das Funktionieren der Website erforderlich sind
 - 2. technisch nicht notwendige Cookies
- Die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und das Telekommunikation-Telemediendatenschutz-Gesetz (TTDSG) erfordern für die Anwendung von Cookies die aktive Einwilligung beziehungsweise Zustimmung der Nutzer:innen.

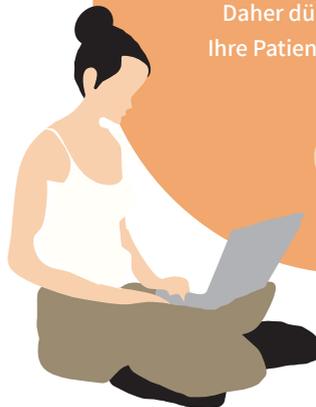
Allgemeine Einstellungen:

- alle Cookies zulassen
- Cookies von Drittanbietern im Incognitomodus blockieren
- Drittanbieter-Cookies blockieren
- Alle Cookies blockieren (nicht empfohlen)



SCHON GEWUSST?

Als Patient:in haben Sie ein Recht darauf, alle Informationen zu erhalten, die für Ihre Gesundheit von Bedeutung sind. Daher dürfen Sie jederzeit Ihre Patientenakte einsehen.





Datenschutz

Der Datenschutz sichert das Grundrecht jeder einzelnen Person, bestimmen zu können, ob und wie persönliche Daten gespeichert, verwendet und weitergegeben werden. Das Bundesdaten-

schutzgesetz (BDSG), die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) sowie die Datenschutzgesetze der Bundesländer bieten die rechtliche Grundlage für den Datenschutz in Deutschland. Damit ist hauptsächlich der Schutz von personenbezogenen Daten gemeint.

PERSONENBEZOGENE DATEN SIND:



BANKDATEN

z. B. Kontonummer, Kreditkartennummer, Kontostand



EIGENTUMSANGABEN

z. B. Grundbucheinträge, Fahrzeuge und Immobilien



IDENTIFIKATIONSNUMMERN

z. B. Personalausweis- oder Sozialversicherungsnummer



ONLINEDATEN

z. B. IP- und E-Mail-Adresse, Cookies, Standort



PHYSISCHE PERSONENMERKMALE

z. B. Geschlecht, Augen- und Hautfarbe, Körpergröße



GESUNDHEITSINFORMATIONEN

z. B. Krankendaten, genetische Informationen



ALLGEMEINE DATEN ZUR PERSON

z. B. Name, Geburtsdatum, Adresse, Familienstand



ZEUGNISSE

z. B. Arbeits- oder Führungszeugnisse, Zertifikate

ANGESAGT UND NÜTZLICH: APPS, ZOOM UND QR-CODES



Apps

Apps sind sogenannte mobile Anwendungsprogramme. Sie können über einen App-Store auf dem Smartphone, Tablet oder Laptop heruntergeladen werden. Apps können als Zusatzprogramme verstanden werden, die Nutzer:innen weitere Funktionen ermöglichen.

Vor dem Herunterladen und der Installation einer App ist es wichtig zu überprüfen, dass der Anbieter vertrauenswürdig ist und keine Datenschutzrechte verletzt. Da einige Apps im Hintergrund Berechtigungen für den Zugriff auf Kontakt- und Standortdaten erfragen, sollten genau diese Berechtigungen überprüft werden.

Viele Apps können kostenfrei installiert werden, während andere nur gegen einen Aufpreis genutzt werden dürfen. Die Kosten von Apps variieren stark und können entweder einmalig oder monatlich abgerechnet werden.

Auch im Gesundheitswesen werden Apps verstärkt genutzt. Beispielsweise hat das Robert Koch Institut zur sicheren digitalen Verahrung des Impfzertifikates nach erfolgter Corona-Impfung die „CovPass-App“ entwickelt, die kostenlos heruntergeladen werden kann.



QR-Code

Dieses für QR-Codes typische Schwarz-Weiß-Muster aus hellen und dunklen Punkten kennen Sie sicherlich. QR-Codes beinhalten unterschiedlichste Informationen auf kleinster Fläche in verschlüsselter Form. Es handelt sich also um kleine Datenspeicher. Heutzutage enthalten die meisten Smartphones integrier-

te QR-Code-Scanner, mit denen die Codes eingelesen und die enthaltenen Informationen übersetzt werden können. Häufig werden QR-Codes zur Speicherung von Website-Adressen (URLs) oder Texten genutzt.



Zoom

Zoom ist eine lizenzierte Plattform für die Durchführung von Video- und Audiokonferenzen der Firma Zoom Video Communications. Seit Beginn der Corona-Pandemie wird Zoom verstärkt für die Durchführung von Lehrveranstaltungen sowie für Videosprechstunden als digitale Alternative zum Arztbesuch genutzt. Die Teilnahme an einer Zoom-Konferenz kann entweder über Endgeräte wie das Smartphone, einen PC oder ein Tablet erfolgen, oder die Teilnehmer:innen wählen sich per Telefon ein. Um über Zoom zu kommunizieren, benötigen Sie ein internetfähiges Gerät (Smartphone, Laptop, Tablet, PC) sowie entweder integriert oder über einen Adapter angebundnen ein Mikrofon und eine Kamera.

SCHON GEWUSST?



Neben Zoom gibt es noch zahlreiche weitere Anbieter von Video-Konferenz-Software: zum Beispiel Skype, Microsoft Teams, Google Meet, GoToMeeting oder Jitsi Meet.

3



EIN BLICK IN DIE
ÄRZTLICHE PRAXIS –
WIE KANN ICH MIT
MEINEM BEHAND-
LUNGSTEAM DIGITAL
KOMMUNIZIEREN
UND INFORMATIONEN
AUSTAUSCHEN?



SCHON GEWUSST?



Studien zeigen, dass durchschnittlich mehr als 50 Prozent der Arztbesuche online durchführbar wären. Sprechen Sie Ihr Behandlungsteam deshalb aktiv auf die Möglichkeit von Video-Sprechstunden an.

DIE VIDEO-SPRECHSTUNDE

Durch Video-Sprechstunden sind Arzttermine in räumlicher Ferne möglich. Sie findet virtuell über die Internetverbindung direkt am Bildschirm statt. Alles, was man dafür braucht, ist ein Smartphone, Tablet oder ein internetfähiger Computer mit Kamera und Mikrofon. Viele Erkrankungen, Beschwerden und Probleme lassen sich auch aus der Ferne beurteilen.

Es gibt jedoch Situationen, in denen die persönliche Vorstellung bei der Ärztin oder dem Arzt nicht durch Videosprechstunden ersetzt werden kann: beispielsweise bei ausführlichen körperlichen Untersuchungen oder ausgeprägten Beschwerden.

DIE ELEKTRONISCHE PATIENTENAKTE (EPA)

Alle gesetzlichen Krankenkassen bieten ihren Versicherten seit Anfang 2021 eine elektronische Patientenakte – auch unter dem Namen „GKV“ bekannt – an. Die Akte ist freiwillig, kein Muss. In Ihrer persönlichen elektronischen Patientenakte können Sie die bislang an verschiedenen Orten vorliegenden Dokumente zu Behandlungen, Therapien oder Befunde an einer Stelle digital zusammenführen, verwalten und für die Behandlung verfügbar machen. Die Krankenkasse hat keinen Zugriff auf die Daten. Sie als Patientin oder Patient entscheiden, welche Behandler:innen Zugang zur Akte bekommen. Diese können mit den Daten und Befunden arbeiten und die Akte mit neuen Untersuchungsdaten ergänzen und aktualisieren. Die elektronische Patientenakte kann über das Smartphone, Tablet oder PC aufgerufen und verwaltet werden.



ICH INFORMIERE MICH



Auf der Internetseite des Bundesgesundheitsministeriums finde ich zahlreiche Informationen zur elektronischen Patientenakte.

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/elektronische-patientenakte.html>

DIE ELEKTRONISCHE GESUNDHEITSAKTE (EGA)

Die elektronische Gesundheitsakte (eGA) ist im Gegensatz zur elektronischen Patientenakte (ePA) ein Angebot – in Form einer App – von Drittanbietern, die die Krankenkasse ihren Versicherten anbieten kann. Die in der App hinterlegten Patientendaten und -Informationen können überall und jederzeit mit dem Smartphone abgerufen werden. Auch hier entscheiden Sie als Patient:in, wer Zugriff zur Akte bekommt.



**DIESE EMPFEHLUNGEN HABE ICH VON MEINEM
BEHANDLUNGSTEAM ZUM THEMA VIDEO-SPRECHSTUNDE,
ELEKTRONISCHE PATIENTENAKTE & CO. ERHALTEN:**

4



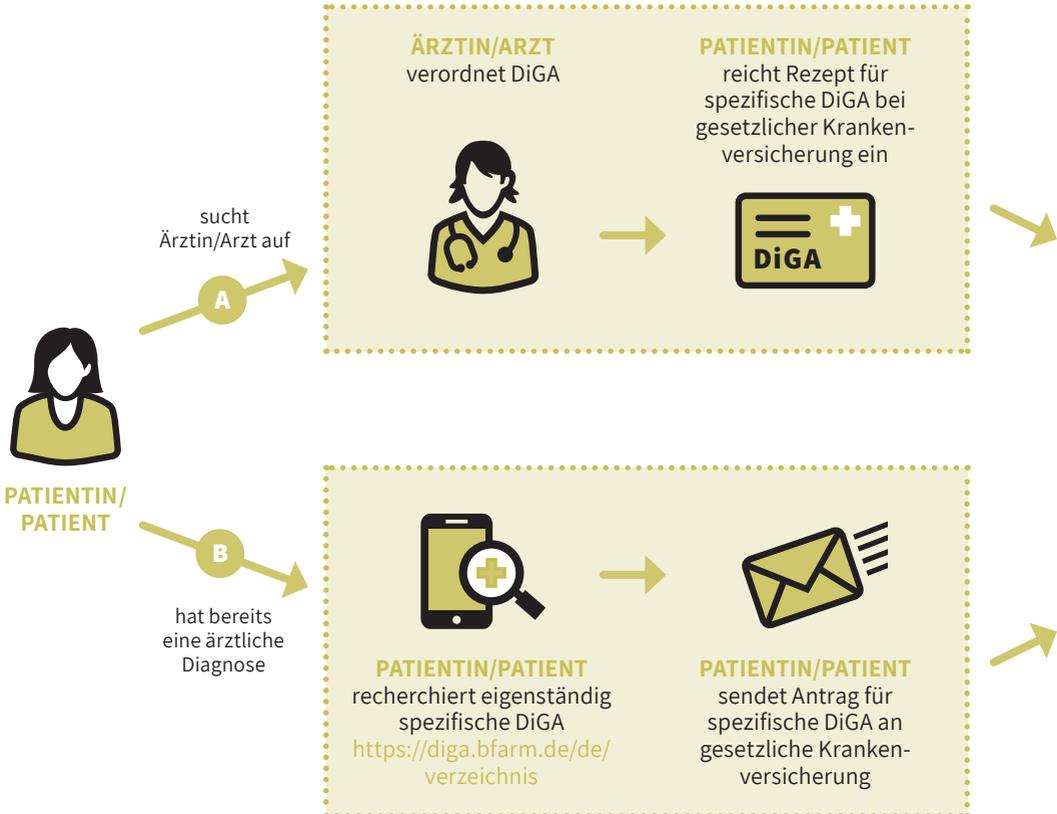
DIE APP AUF REZEPT –
WAS SOLLTE ICH
ÜBER DIGITALE
GESUNDHEITS-
ANWENDUNGEN
WISSEN?



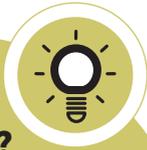
WAS SIND DIGITALE GESUNDHEITSANWENDUNGEN (DiGA)?

Digitale Gesundheitsanwendungen – zu denen auch Gesundheitsapps gehören – sind verschreibungsfähige digitale Helfer. Sie können einen wertvollen Beitrag zur Überwachung, Behandlung und Erkennung von Krankheiten leisten. Sie eröffnen Patient:innen vielfältige Möglichkeiten und unterstützen sie dabei, eine gesunde Lebensführung zu etablieren.

Seit Oktober 2020 können Ärztinnen und Ärzte sowie Therapeut:innen Apps „auf Rezept“ verordnen. Die Kosten übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen. Wichtig zu wissen: Jede App muss zuvor das Prüfverfahren des Bundesinstitutes für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) durchlaufen haben. Erst dann wird sie im Verzeichnis für erstattungsfähige digitale Gesundheitsanwendungen gelistet.



SCHON GEWUSST?



Digitale Helfer können Sie bei Ihrer Therapie unterstützen: Sie können beispielsweise mit einer App oder Webanwendung Ihre Vitalparameter, wie den Blutdruck, täglich digital erfassen und Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem Arzt zur Einsicht bereitstellen.



DiGA ALS APP

Patientin/Patient kann DiGA mit Freischaltcode auf entsprechender Plattform downloaden und aktivieren



DiGA ALS WEBANWENDUNG

Patientin/Patient aktiviert Webanwendung mit Freischaltcode auf entsprechender Website



GESETZLICHE KRANKENVERSICHERUNG
bestätigt

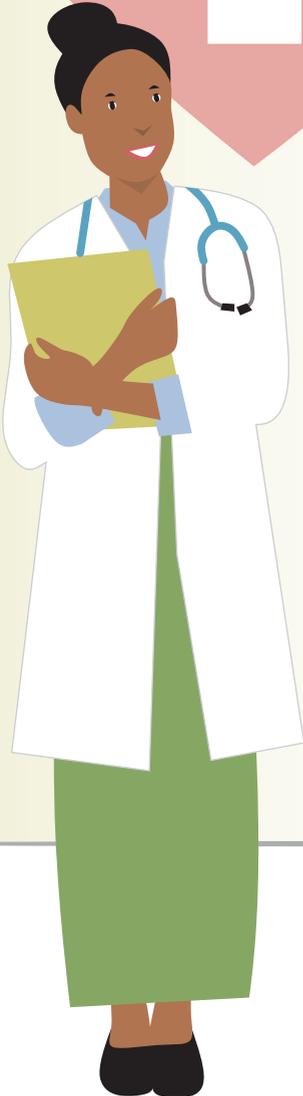
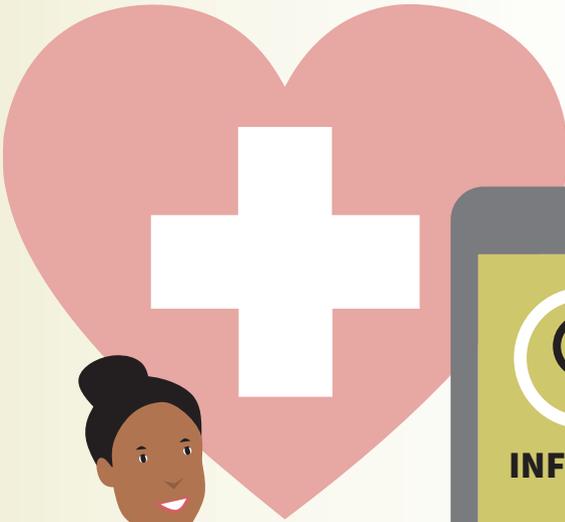
Versicherungsstatus & Leistungsanspruch

Generiert Freischaltcode



**PATIENTIN/
PATIENT**





ICH INFORMIERE MICH

Hier finde ich ein Verzeichnis von Apps und Webanwendungen, die mich in unterschiedlichsten Krankheitssituationen unterstützen:

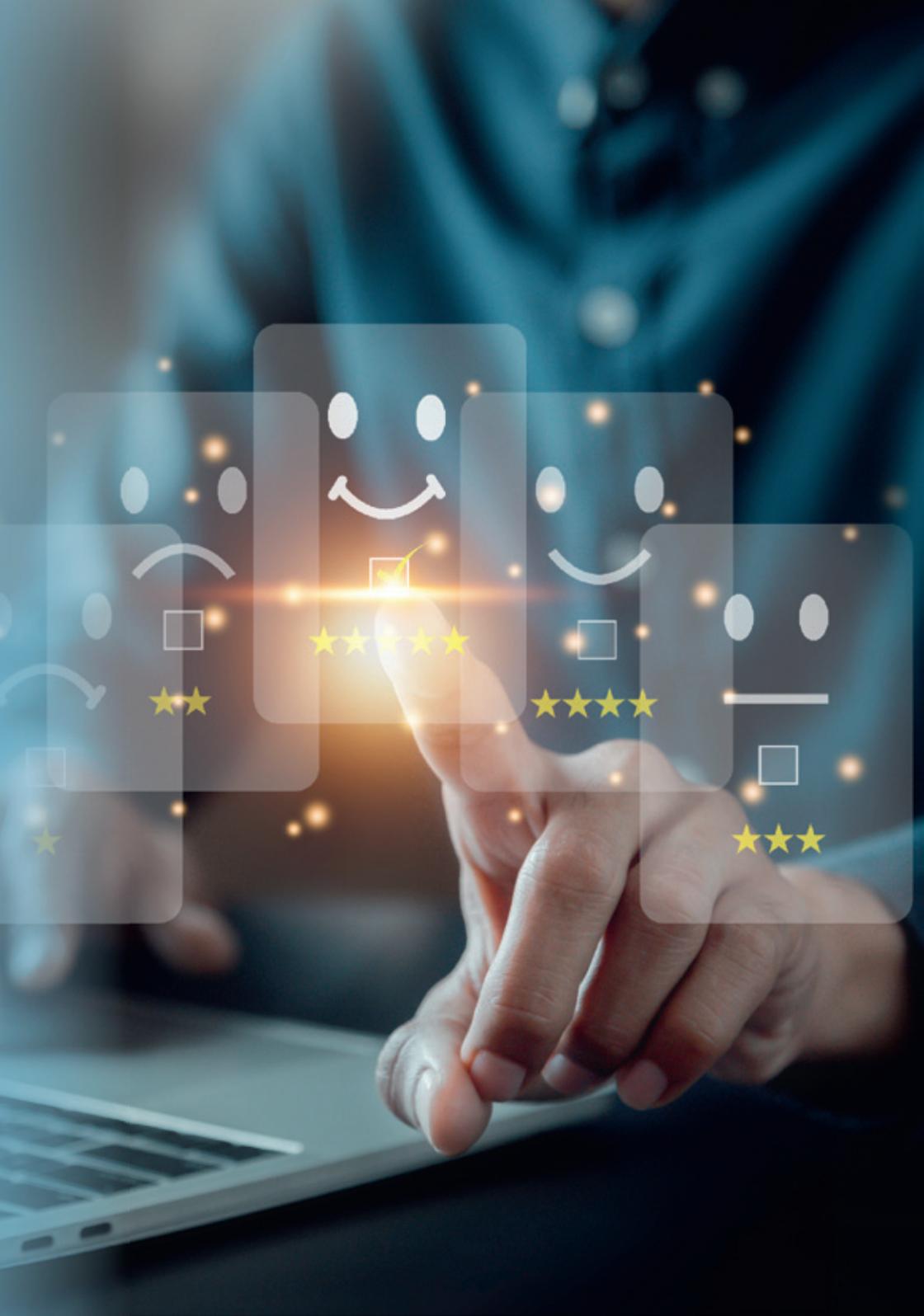
<https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis>



5



DIGITALE ANGEBOTE
VERSTEHEN –
WIE KANN ICH
GUT INFORMIERT
ENTSCHEIDEN?



E-HEALTH: SICHERE DIGITALE KOMMUNIKATION IM GESUNDHEITSWESEN

Im Gesundheitswesen gewinnt die Digitalisierung immer mehr an Bedeutung. Sie sorgt dafür, dass ...

- > ...Versorgungsprozesse optimiert werden
- > ...die Kommunikation und der Austausch von Patientendaten in der ambulanten und stationären Versorgung beschleunigt werden

Die Digitalisierung trägt dazu bei, das Gesundheitswesen zu verbessern – damit wir gesünder, länger und besser leben.

Diesen Prozess in Deutschland voranzutreiben und konstruktiv mitzugestalten, ist Ziel und Aufgabe der Nationalen Agentur für digitale Medizin (gematik): Die gematik vermittelt, moderiert und berät national und international. Auf <https://www.gematik.de> können Sie sich darüber informieren, wie die gematik die Digitalisierung in der Medizin vorantreibt.



**ICH
INFORMIERE
MICH**



Hier kann ich mich darüber informieren, wie die gematik die Digitalisierung in der Medizin vorantreibt.

<https://www.gematik.de>

VERTRAUENSWÜRDIGE GESUNDHEITSINFORMATIONEN ERKENNEN

Oft ist es gar nicht so einfach, hilfreiche und gesicherte Gesundheitsinformationen im Internet zu finden. Die folgende Checkliste soll Ihnen dabei helfen, seriöse von unseriösen Internetseiten zu unterscheiden.





Checkliste

Wann sind Gesundheitsinformationen im Internet vertrauenswürdig?

- Es wird nicht für bestimmte Medikamente oder Produkte geworben.
- Es ist klar ersichtlich, wer die Informationen zusammengestellt hat.
- Es besteht die Möglichkeit, Kontakt zu den inhaltlich verantwortlichen Personen oder Institutionen aufzunehmen.
- Das Datum der Veröffentlichung ist aktuell. So gehe ich sicher, keine veralteten Informationen zu bekommen.
- Die Informationen sind durch wissenschaftliche Quellen sowie durch konkrete Zahlen und Vergleiche belegt.
- Wenn die Wirksamkeit einer Behandlung wissenschaftlich nicht ausreichend nachgewiesen ist, wird darauf hingewiesen.
- Die verwendete Sprache ist neutral, nicht wertend und macht mir keine Angst.
- Es werden nicht nur Vorteile einer Behandlung angesprochen, sondern auch die Nachteile oder Risiken.
- Es werden alternative Behandlungsmöglichkeiten dargestellt.

QUALITÄTSSIEGEL FÜR INTERNETSEITEN

Das „Aktionsforum Gesundheitsinformationssystem (afgis) e.V.“ wurde ist ein Zusammenschluss von Verbänden, Unternehmen und Einzelpersonen. Es wurde 2003 mit dem Ziel gegründet, die Qualität von Gesundheitsinformationen im Internet zu fördern.



VERTRAUENSWÜRDIGE INTERNETSEITEN FÜR PATIENT:INNEN



<https://www.gesundheitsinformation.de/>



<https://www.igel-monitor.de>



<https://www.krebsinformationsdienst.de/>





ICH INFORMIERE MICH



... und höre mir die Podcast-Folge des Rundfunk Berlin-Brandenburg „Fake News und schlechte Nachrichten – Wie informieren wir uns?“ mit Prof. Jalid Sehoui von der Charité Berlin und Prof. Christoph Neuberger von der FU Berlin an.

<https://open.spotify.com/episode/1c44r3AzufAYM9vIZvylit>



<https://www.medizin-transparent.at/>



<https://patienten-information.de>



<https://www.stiftung-gesundheitswissen.de>



<https://daskwort.de/>



6



SOCIAL MEDIA
IN DER GESUNDHEITS-
KOMMUNIKATION –
WIE SICHER SIND
FACEBOOK,
WHATSAPP & CO?



SOCIAL MEDIA VERSTEHEN

Soziale Medien (englisch: „Social Media“) können als digitale Plattformen verstanden werden. Nach der Anmeldung haben Sie dort die Möglichkeit, digital über das Internet mit Ihren Angehörigen, Freunden und sogar gänzlich Unbekannten zu kommunizieren.

Unternehmen nutzen soziale Medien vermehrt, um sich mit Kund:innen und Partner:innen zu vernetzen und Produkte vorzustellen. Soziale Medien werden außerdem zum Wissensaustausch sowie zum gemeinsamen Arbeiten und Lernen genutzt. Zu den aktuell am weitesten verbreiteten Plattformen gehören Facebook und Instagram, Telekommunikationsdienste wie WhatsApp und der Kurznachrichtendienst Twitter.

SCHON GEWUSST?

Vorsicht und Zurückhaltung sind geboten, wenn es um den Austausch sensibler Informationen geht. Dazu gehört alles, was mit der eigenen Gesundheit zu tun hat.



FACEBOOK

Das soziale Netzwerk Facebook hat weltweit 2,94 Mrd. aktive Nutzer (2022). Um Facebook nutzen und sich mit Freund:innen und Bekannten vernetzen zu können, ist die Registrierung und das Anlegen eines persönlichen Profils erforderlich. Auf dem eigenen Profil können

Informationen wie der aktuelle Status, Aktivitäten und berufliche Tätigkeiten, Interessen und Standorte über Formate wie Text, Bild, Video oder Livestream mitgeteilt werden.

Um über Kurznachrichten auf privatere Weise mit Freund:innen kommunizieren zu können, stellt Facebook einen Messenger bereit. Nicht nur Privatpersonen können Facebook-Profile erstellen, auch Unternehmen, Vereine und Organisationen nutzen die Plattform zur Außendarstellung und Präsentation von Produkten.

TWITTER

Twitter ist ein sogenannter Mikro-Blogging-Dienst. Anhand kurzer Textnachrichten, sogenannten Tweets mit maximal 280 Zeichen pro Tweet, können Informationen, Meinungen und Neuigkeiten ausgetauscht werden. Tweets können durch Bilder und Videos ergänzt werden. Anders als bei Facebook vernetzt man sich mit Bekannten nicht über Freundschaftsanfragen, sondern indem man die Nachrichten einer Person als „Follower“ (englisch für „Verfolger“) liest. Tweets können kommentiert oder durch einen „Retweet“ wie ein Zitat erneut mit den eigenen Followern geteilt werden.

INSTAGRAM

Bei dem sozialen Netzwerk Instagram steht die Veröffentlichung von Fotos und Videos im Vordergrund. Die volle Funktionalität des Netzwerkes kann nur über die App genutzt werden. Analog zu den anderen Plattformen erstellt man als Nutzer:in ein Profil („Feed“) und bildet wie bei Twitter ein Kommunikationsnetzwerk mit „Followern“. Das Instagram TV-Format

ermöglicht Nutzer:innen dauerhaft, bis zu 60-minütige Videos in die eigene „Story“ (eine Gruppierung von Videos und/oder Fotos zu bestimmten Themen) hochzuladen. Die Inhalte der Feeds können von anderen Nutzer:innen eingesehen werden.

WHATSAPP

Mit dem App-basierten Kurznachrichtendienst (Messenger) WhatsApp können kostenlos Text- und Audionachrichten, Standorte, Fotos und Videos mit anderen WhatsApp-Nutzer:innen im privaten Chat oder Gruppenchat ausgetauscht werden. Es gibt außerdem

die Möglichkeit der Audio- und Videotelefonie. Sobald man die App installiert und sich registriert hat, erkennt das Programm andere registrierte Kontakte im Telefonbuch auf dem Smartphone. Der Messenger nutzt die Internetverbindung des Smartphones für das Übermitteln von Nachrichten und Anrufen, die Ende-zu-Ende-verschlüsselt sind. Das eigene Profil kann durch das Hochladen eines Profilbildes und Eingabe von Statusnachrichten personalisiert werden.

SCHON GEWUSST?

Es gibt noch viele weitere Messenger-Dienste: zum Beispiel Signal, Threema oder Telegram.



SIND SOCIAL MEDIA DIENSTE FÜR DEN AUSTAUSCH MEDIZINISCHER DATEN GEEIGNET?

KANAL	FUNKTION	GEEIGNET FÜR MEDI-ZINISCHE DATEN?	DATENSCHUTZ-KONFORM?
 Facebook	Soziales Netzwerk	nein	nein
 Instagram	Soziales Netzwerk, foto- und videofokussiert	nein	nein
 WhatsApp	Nachrichten-Sofortversand (Textnachrichten, Sprachnachrichten und Bilder)	nein	nein
 Twitter	Blogging-Dienst, soziales Netzwerk	nein	nein
 SMS (Short Message Service)	Übertragung von Textnachrichten	ja	ja
 Signal	Nachrichten-Sofortversand (Textnachrichten, Sprachnachrichten und Bilder)	ja	ja

7



DIGITAL BEGLEITET
DURCH DIE
KREBSTHERAPIE –
HIER FINDE ICH
INFORMATIONEN UND
ANLAUFSTELLEN
IM INTERNET



WIE FINDE ICH MEDIZINISCHE INFORMATIONEN ONLINE?

Im Internet finden Sie zahlreiche Websites und Portale zu jeder Krebserkrankung. Oft ist es gar nicht so einfach, in dem schier endlosen Angebot die passenden Informationen zu finden. Im Folgenden haben wir qualitätsgesicherte Seiten und Suchportale für Sie zusammengestellt. Hierbei handelt es sich um eine kleine Auswahl, die Ihnen Anregungen und Inspiration für Ihre eigene Recherche bieten soll.



ZERTIFIZIERTE KOMEPTENZ- UND SPITZENZENTREN?

OncoMap Center Suche

Deutsche Krebsgesellschaft (DKG)

<https://www.oncomap.de/centers>



Netzwerk Onkologische Spitzenzentren (CCC-Netzwerk)

Deutsche Krebshilfe

<https://www.ccc-netzwerk.de/spitzenzentren.html>



Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Deutsches Krebsforschungszentrum (dkfz.)

<https://www.dkfz.de/de/nct/index.html>



Zentren für Personalisierte Medizin (ZPM)

ZPM-Verbund

<https://zpm-verbund.de/>



ALLGEMEINE INFORMATIONEN ÜBER KREBS

ONKO-Internetportal

Deutsche Krebsgesellschaft (DKG)

<https://www.krebsgesellschaft.de/basis-informationen-krebs-allgemeine-informationen.html>



Onkologische Spitzenzentren (CCC-Netzwerk)

Deutsche Krebshilfe

<https://www.ccc-netzwerk.de/patienteninformation.html>



Deutsche Krebshilfe

<https://www.krebshilfe.de/informieren/ueber-krebs/>



KLASSIFIKATION VON TUMOREN

ONKO-Internetportal (TNM-Klassifikation)

Deutsche Krebsgesellschaft (DKG)

<https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/basis-informationen-krebs-allgemeine-informationen/klassifikation-von-tumoren-tnm-.html>



ARZNEIMITTEL- SUCHE

Gelbe Liste

Arzneimittelverzeichnis

<https://www.gelbe-liste.de/>



Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM)

Arzneimittel recherchieren

https://www.bfarm.de/DE/Home/_node.html



Paul-Ehrlich-Institut (PEI)

Arzneimittelsuche

<https://www.pei.de/DE/arzneimittel/arzneimittel-node.html>



Stiftung Warentest

Bewertung von Medikamenten auf Basis wissenschaftlicher Fachliteratur, Vergleich des therapeutischen Nutzens, Informationen über Krankheitsursachen und Prävention

www.test.de/medikamente/Medikamente-im-Test-5418254-0/



LEITLINIEN-SUCHE: INFORMATIONEN ZUR KREBSTHERAPIE

Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e.V. (AWMF)

Deutsche Krebsgesellschaft (DKG) und Deutsche Krebshilfe, Leitlinien-Suche für Patient:innen

<https://www.awmf.org/>
<https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/leitlinien/>



KLINISCHE STUDIEN: STUDIENSUCHE UND ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Koordinierungszentren für Klinische Studien (KKS-Netzwerk)

Studien verstehen

<https://www.kks-netzwerk.de/studien/support/patienten/>



Deutsches Krebsforschungs- zentrum (DKFZ)

Klinische Studien bei Krebs

<https://www.krebsinformationsdienst.de/tumorarten/grundlagen/klinische-studien-entscheidungshilfe.php>



ONKO-Internetportal / Deutsche Krebs- gesellschaft (DKG)

Klinische Studien in der
Krebstherapie – Informationen
für Patienten

<https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/basis-informationen-krebs-allgemeine-informationen/klinische-studien.html>



WEITERE HILFREICHE ANGEBOTE UND SERVICES FÜR PATIENT:INNEN

„Die weisse Liste“ – Krankenhaussuche

Suche nach einer passenden
Klinik für jede Krankheits-
situation

<https://www.weisse-liste.de/krankenhaus>



„Die weisse Liste“ – Befunddolmetscher

Dieser hilft dabei, komplizierte
Begriffe aus medizinischen
Befunden in Alltagssprache
zu übersetzen

<https://befunddolmetscher.de/>



Was hab' ich?

Auf der Plattform „Was hab' ich?“
übersetzen Medizinstudenten
Befunde in eine für Patienten
leicht verständliche Sprache

<https://washabich.de/>



Gesundheitsinformation.de

Eine fachlich unabhängige
wissenschaftliche Plattform
zu Krankheiten, Untersuchungs-
verfahren, Therapien; laien-
verständliche Informationen des
Instituts für Qualität und Wirt-
schaftlichkeit im Gesundheits
wesen (IQWiG).

www.gesundheitsinformation.de



Patienten-Information.de

Ein Service von Bundesärzte-
kammer und Kassenärztlicher
Bundesvereinigung mit Patien-
tenleitlinien, Checklisten,
kommentierter Linksammlung

www.patienten-information.de/



8



NEBENWIRKUNGS-
MANAGEMENT –
WELCHE DIGITALEN
BEGLEITER
VERHELFFEN MIR
ZU MEHR
LEBENSQUALITÄT?



LEBENSQUALITÄT DURCH DIGITALE ANGEBOTE WAHREN

Digitale Patiententagebücher, Nachsorgepässe sowie Gesundheitsapps rund um Sport, Bewegung, Ernährung, Selbsthilfe und Community können bei einer Krebserkrankung dazu beitragen, Ihre Lebensqualität zu verbessern. Sie können die Behandlung etwaiger Nebenwirkungen ergänzen und so Ihr Wohlbefinden unterstützen. Für die Installation einer App benötigen Sie ein Smartphone oder Tablet sowie Zugang zum Internet. Apps können Sie bequem von zuhause und jederzeit nutzen. Im Folgenden haben wir eine kleine Auswahl, die Ihnen als Inspiration für Ihre eigene Suche dienen soll, zusammengestellt.



DIGITALES PATIENTENTAGEBUCH

In einem digitalen Patiententagebuch können Sie Ihre Medikamenteneinnahme, Symptome, Beschwerden und Gefühle dokumentieren und diese – teilweise in Echtzeit – an Ihr Ärzteteam übertragen. Vielleicht gefällt Ihnen eine der folgenden Apps:

Mein interaktiver Krebs- assistent – Die MIKA App

<https://www.mitmika.de/>



MyTherapy

<https://www.mytherapyapp.com/de>



GESUNDHEITSSAPPS FÜR KREBSPATIENT:INNEN

Nachsorge, Sport und Ernährung

Onko-NachsorgeAktiv

Nationales Centrum für Tumor
erkrankungen (NCT) Heidelberg

<https://apps.apple.com/de/app/onko-nachsorgeaktiv/id1396468089>

https://play.google.com/store/apps/details?id=de.osp_stuttgart.app&gl=US



Outdoor Against Cancer

<https://www.outdooragainstcancer.de>



Beweg Dich gegen Krebs

Stiftung Leben mit Krebs

<https://apps.apple.com/de/app/beweg-dich-gegen-krebs/id1530742375>
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.bewegdichgegenkrebs.app&gl=DE>



Psychoonkologie, Fatigue und Supportivtherapie

Untire

<https://untire.me/de/>



Supportivtherapie Onkowissen

<https://onkowissen.de/apps/>



SELBSTHILFE UND COMMUNITY

Junges Krebs-Portal – Die App

Deutsche Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs

<https://play.google.com/store/apps/details?id=eu.helloit.jkp.androidJKP&gl=D>



YES!APP

yeswecan!cer

<https://yeswecan-cer.org/>



ONLINE-PATIENTENKONGRESSE

Krebsaktionstag

Berliner Krebsgesellschaft,
Deutsche Krebsgesellschaft,
Deutsche Krebshilfe

<https://www.krebsaktionstag.de/>



YES!CON

Deutschlands größte Krebs-Convention

<https://www.yescon.org/>



ONLINE-VERANSTALTUNGEN UND -WORKSHOPS

Online-Veranstaltungen: Verständlich informiert zu Krebs

Deutsches Krebsforschungs-
zentrum

<https://www.krebsinformationsdienst.de/aktuelles/online-veranstaltungen-zu-krebs.php>



Online-Kurse

Deutsche Krebsstiftung

<https://www.deutsche-krebsstiftung.de/online-kurs/>





PODCASTS RUND UM DAS THEMA KREBS

Krebs. Leben! Im Gespräch mit Expert:innen und Betroffenen

<https://krebs-leben.de/>



Tatort Krebs – Der Forschungs- podcast der Nationalen Dekade gegen Krebs

Bundesforschungsministerium

<https://tatort-krebs-bmbf.podigee.io/>



Podcast Weissbunt

<https://weissbunt.podigee.io/>



ONLINE-PATIENTENMAGAZINE (FLIPBOOKS)

Befund Krebs

Deutsches Magazin für Tumor-
erkrankte

<https://www.gfmk.de/zeitschrift-krebs/>



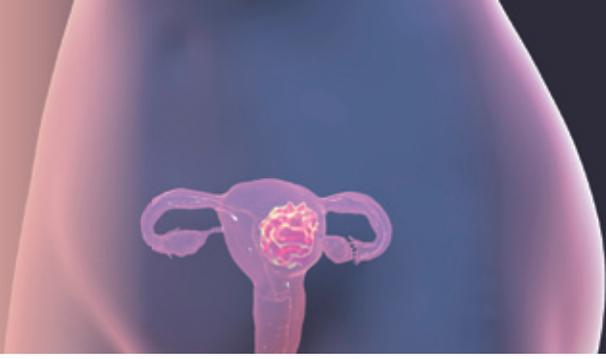
9



GEZIELT INFORMIERT –
FÜR MEINE
INDIVIDUELLE
KRANKHEITSSITUATION
GIBT ES PASSENDE
DIGITALE ANGEBOTE



FÜR PATIENTINNEN MIT GYNÄKOLOGISCHEN KREBSERKRANKUNGEN



INTERNETSEITEN UND INFO-PORTALE

Forum Gynäkologische Onkologie

<https://www.mitmika.de/>



Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

<https://stiftung-eierstockkrebs.de>



Studienportal-Gyn

<https://studienportal-gyn.de>



Gynäkologische Krebserkran- kungen Deutschland

<https://www.eskd.de/>



MAGAZINE UND ONLINE-FLIPBOOKS

Die zweite Stimme – Patienten- magazin Eierstockkrebs

Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

<https://stiftung-eierstockkrebs.de/patientenmagazin/>



Die zweite Stimme – Patientenmagazin Gebärmutterkrebs

Forum Gyn Onkologie

<https://forum-gyn-onkologie.de/projekte/die-zweite-stimme-endometriumkarzinom-ist-erschienen-die-erste-zeitschrift-fuer-frauen-mit-gebaermutterkrebs/>



NEWSLETTER

Newsletter I² „Information & Inspiration“ Deutsche Stiftung Eierstock- krebs

<https://stiftung-eierstockkrebs.de/newsletter/>



PODCASTS

Der Krebs-Podcast

<https://www.krebs-podcast.de/>



Podcast Weissbunt

<https://weissbunt.podigee.io/>





APPS

Thea-App – Therapiebegleiter Eierstockkrebs App

Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

<https://thea-app.com>



EKZE-App – Die Eierstockkrebs App

Europäisches Kompetenzzentrum für Eierstockkrebs/
Frauenklinik der Charité Berlin

<https://eierstockkrebs.app/>



Endometriumkarzinom-App Frauenklinik der Charité Berlin

<https://endometriumkarzinom-app.de/>



FSH-Krebs App

Frauenselbsthilfe Krebs e.V.

<https://www.frauenselbsthilfe.de/>
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.labseven.fshkrebsapp&gl=DE>



FOCUS Me App

Roche Pharma AG

<https://focusme.health/ger/index.html>



ONLINE-VERANSTALTUNGEN FÜR PATIENTINNEN UND ANGEHÖRIGE

Digitaler Studientag

Forum Gyn Onkologie

<https://studienportal-gyn.de>



BRCAplus Themenreise online

Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

<https://www.brca-infotour.de/>



„Ich lebe!“ Fototour – Digitaler Ausstellungsrundgang

Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

<https://www.fototour-ich-lebe.de/digitale-ausstellung/>



Meet the Expert

Online-Gesprächskreise

Gynäkologische Krebserkrankungen
Deutschland e.V.

<https://www.eskd.de/>



Mamma Mia! Digitaler Patientenkongress

<https://kongress.mammamia-online.de/>



Online Gesprächskreise

BRCA-Netzwerk e.V.

<https://www.brca-netzwerk.de/kontakt/online-gespraechskreise/page>



DIESE DIGITALEN ANGEBOTE HABE ICH SELBST RECHERCHIERT:

QUELLENACHWEISE

- > Sehouli J: Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen. 2. Auflage. Auflage Kösel-Verlag 2018, ISBN: 978-3-466-34702-5.
<https://healthcare-in-europe.com/de/news/elektronische-fallakte-verbesserung-behandlungsprozesse.html> (abgerufen am 26.09.2022)
- > <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/elektronische-patientenakte.html>, (abgerufen am 26.09.2022)
- > <https://www.gematik.de/anwendungen/e-patientenakte/> (abgerufen am 26.09.2022)
- > <https://www.fallakte.de/> (abgerufen am 26.09.2022)
- > <https://www.weisse-liste.de/> (abgerufen am 26.09.2022)
- > <https://www.test.de/Diagnosen-verstehen-Dolmetscher-fuer-Aerztelatein-4316488-4316493/> (abgerufen am 26.09.2022)
- > BfArM 2022. <https://diga.bfarm.de/de> (abgerufen am 24.08.2022)
- > BfArM 2022. DiGA, https://www.bfarm.de/DE/Medizinprodukte/Aufgaben/DiGA-und-DiPA/DiGA/_node.html (abgerufen am 24.08.2022)
- > BfArM 2022. Gesetze und Verordnungen, https://www.bfarm.de/DE/Medizinprodukte/Ueberblick/Gesetze-und-Verordnungen/_node.html (abgerufen am 24.08.2022)
- > BfArM 2022. Medical Device Regulation (MDR), <https://www.dimidi.de/dynamic/de/glossar/glossareintrag/Medical-Device-Regulation-MDR/> (abgerufen am 24.08.2022)
- > Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (BMUV). Cookie-Erklärung, <https://www.bmu.de/service/benutzerhinweise/cookie-erklarung>, letzter Aufruf: 24.08.2022.
- > gematik GmbH 2022. Telematikinfrastruktur, [https://www.gematik.de/telematikinfrastruktur#:~:text=Die%20Telematikinfrastruktur%20\(TI\)%20ist%20die,von%20einer%20verbesserten%20medizinischen%20Versorgung,](https://www.gematik.de/telematikinfrastruktur#:~:text=Die%20Telematikinfrastruktur%20(TI)%20ist%20die,von%20einer%20verbesserten%20medizinischen%20Versorgung,) letzter Aufruf: 24.08.2022.
- > KASSENÄRZTLICHE BUNDESVEREINIGUNG (KBV) 2022. Digitale Gesundheitsanwendungen, <https://www.kbv.de/html/diga.php> (abgerufen am 24.08.2022)
- > KASSENÄRZTLICHE BUNDESVEREINIGUNG (KBV) 2022. Telematikinfrastruktur, <https://www.kbv.de/html/telematikinfrastruktur.php> (abgerufen am 24.08.2022)
- > KASSENÄRZTLICHE BUNDESVEREINIGUNG (KBV) 2022. Medizinische Informationsobjekte (MIO), <https://www.kbv.de/html/mio.php> (abgerufen am 24.08.2022)
- > Kassenärztliche Vereinigung Berlin. Telematikinfrastruktur, <https://www.kvberlin.de/fuer-praxen/alles-fuer-den-praxisalltag/telematikinfrastruktur> (abgerufen am 24.08.2022)
- > gematik GmbH 2022. Medizinische Informationsobjekte, <https://www.ina.gematik.de/themenbereiche/medizinische-informationsobjekte> (abgerufen am 24.08.2022)
- > Verbraucherzentrale NRW e.V. 2021. Cookies kontrollieren und verwalten, <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/digitale-welt/datenschutz/cookies-kontrollieren-und-verwalten-11996> (abgerufen am 24.08.2022)
- > Das Internet: technische Grundlagen und die Domain. In: Handbuch des Fernabsatzrechts. Springers Handbücher der Rechtswissenschaft. Springer, Vienna. https://doi.org/10.1007/3-211-29399-X_2
- > <https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis?category=%5B%2274%22%5D>
- > <https://www.fernarzt.com/magazin/sprechstunde-online-vorteile-patienten/>
- > TU Berlin. https://blogs.tu-berlin.de/datenschutz_notizen/2020/05/05/was-ist-der-unterschied-zwischen-apps-programmen-browser-erweiterungen-und-web-apps/ (abgerufen am 24.11.2022)
- > Robert Koch-Institut. <https://www.digitaler-impfnachweis-app.de/> (abgerufen am 24.11.2022)
- > Stuttgarter Zeitung 2021. Wie funktioniert ein QR-Code? <https://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.wie-funktioniert-ein-qr-code-mh5d.5d1df97f-8043-43f5-9022-2d9452646b86.html> (abgerufen am 24.11.2022)
- > Goethe-Universität Frankfurt am Main. Einführung: Videokonferenzen mit Zoom. https://www.uni-frankfurt.de/91815526/Anleitung_Zoom_f%C3%BCr_Studierende.pdf (abgerufen am 24.11.2022)
- > GKV-Spitzenverband: https://gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/digitalisierung/digitale_gesundheitskompetenz_1/digk.jsp

IMPRESSUM



Forum
Gyn
Onkologie



Deutsche
Stiftung
Eierstockkrebs
German Ovarian Cancer Foundation



novocure®



HERAUSGEBER

**Forum Gyn Onkologie,
Deutsche Stiftung
Eierstockkrebs**

c/o AVISOMed
medizin+media,
Susanne Fechner,
Friedelstr. 56
12047 Berlin

Texte

Prof. Dr. Jalid Sehoul,
Nicole Weider,
Caroline Stellmach,
Lisa Sintermann

Redaktion

Lisa Sintermann,
Bettina Neugebauer

Lektorat

Bettina Neugebauer

Grafik

Silke Stadtkus

Unterstützer

GSK

www.de.gsk.com

Novocure

www.novocure.com

Roche Pharma AG

www.roche.com

ÜBER DIE AUTOR:INNEN

Prof. Dr. med. Dr. h. c. Jalid Sehoul

Direktor der Klinik für Gynäkologie mit
Zentrum für onkologische Chirurgie
Leiter des Gynäkologischen Tumorzentrums
und Europäischen Kompetenzzentrums für
Eierstockkrebs (EKZE)

Stellv. Direktor des Charité Comprehensive
Cancer Centers (CCCC) Charité – Universitäts-
medizin Berlin

u. a. Autor von „Von der Kunst, schlechte
Nachrichten gut zu überbringen“

Nicole Weider

Ökonomin für Marketing & Kommunikation (VWA)
Beraterin und Coach für Schnittstellen-
kommunikation

Fachbuchautorin

u. a. Autorin von „Teamarbeit im Krankenhaus“

Caroline Stellmach, M.Sc.

Research Fellow and Doctoral Candidate
Core Facility Digital Medicine and
Interoperability

Berlin Institute of Health (BIH) at Charité –
Universitätsmedizin Berlin

Lisa Sintermann

Dipl. Kulturwissenschaftlerin,
Autorin und Kommunikationsexpertin
Redaktions- und Projektleiterin Forum
Gyn Onkologie

u. a. Autorin von „Erfolgreiche Blogtexte“

Berlin, 2022



Der Leitfaden als interaktives Flipbook