



# DiGAs in der Diabetologie im Überblick:



## endgültig aufgenommen



### HelloBetter Diabetes und Depression

✔ Dauerhaft aufgenommen | GET.ON Institut für Online Gesundheitstrainings GmbH, Deutschland



### Oviva Direkt für Adipositas

✔ Dauerhaft aufgenommen | Oviva AG (Zweigniederlassung Deutschland), Deutschland



### Vitadio

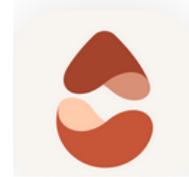
✔ Dauerhaft aufgenommen | Vitadio s.r.o., Tschechische Republik



### zanadio

✔ Dauerhaft aufgenommen | Sidekick Health Germany GmbH, Deutschland

## vorläufig aufgenommen



### glucura Diabetestherapie

⋯ Vorläufig aufgenommen | Perfood GmbH, Deutschland



### mebix

⋯ Vorläufig aufgenommen | Vision2B GmbH, Deutschland



### My Dose Coach

⋯ Vorläufig aufgenommen | METEDA s.r.l., Italien



### Una Health für Diabetes

⋯ Vorläufig aufgenommen | Una Health GmbH, Deutschland



## HelloBetter Diabetes und Depression

✓ Dauerhaft aufgenommen | GET.ON Institut für Online Gesundheitstrainings GmbH, Deutschland



Bitte nicht verwechseln mit



!



## HelloBetter Diabetes und Depression

✓ Dauerhaft aufgenommen | GET.ON Institut für Online Gesundheitstrainings GmbH, Deutschland



- anzuwenden bei Diagnosen: Diabetes mellitus Typ 1 und 2 (E10.xx; E11.xx) – mit depressiven Symptomen (F32, F33)
- Dauer der Anwendung: 12 Wochen
- therapeutisches Prinzip / Konzept: Grundprinzipien der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) bei unipolaren Depressionen
- therapeutische Ziele: Reduktion der depressiven Symptomschwere bei Personen mit komorbidem Diabetes mellitus Typ 1 oder Typ 2.
- individuelle Beratung/Coaching: nach jeder Kurseinheit schriftliche Rückmeldung durch eine Begleiterin oder einen Begleiter.
- Voraussetzungen der Nutzer: Online-Kurs über einen Webbrowser, aktives Mitarbeiten mit Tagebüchern
- vertragsärztliche Leistungen erforderlich: nein
- Kooperation mit Diabetesteam: nein
- Limitationen: keine
- Kosten/Quartal: 222,99€



## HelloBetter Diabetes und Depression

✓ Dauerhaft aufgenommen | GET.ON Institut für Online Gesundheitstrainings GmbH, Deutschland



- **Evaluation (Publikation):** Nobis et al (2016). Efficacy of a Web-Based Intervention With Mobile Phone Support in Treating Depressive Symptoms in Adults With Type 1 and Type 2 Diabetes: A Randomized Controlled Trial. DiabCare 2015
- Nobis et al. (2018). Web-based intervention for depressive symptoms in adults with types 1 and 2 diabetes mellitus: a health economic evaluation
- Nobis et al. (2013). Efficacy and cost-effectiveness of a web-based intervention with mobile phone support to treat depressive symptoms in adults with diabetes mellitus type 1 and type 2: Design of a randomised controlled trial. BMC Psychiatry, 13, 776–783.
- **relevante Ergebnisse: Reduktion der depressiven Symptome, Fragebogen; Mittelwertdifferenz auf der Allgemeinen Depressionsskala [ADS] = 8.07 Skalenpunkte**



## HelloBetter Diabetes und Depression

✓ Dauerhaft aufgenommen | GET.ON Institut für Online Gesundheitstrainings GmbH, Deutschland



- The **primary reason** mentioned for study participation ( $n = 175$ , 37%) was the desire **to try an alternative treatment** method for depression after having had previous experience with psychotherapy.
  - Other reasons were that traditional psychotherapy was not possible (e.g., **there was no therapist available or concerns about therapy**) (20%) or that participants did not want to start face-to-face psychotherapy (19%).
- **In der derzeitigen Mangelsituation klinisch tätiger Psychodiabetologen sollte diese DiGA eigentlich hochwillkommen sein!**



## Oviva Direkt für Adipositas

✓ Dauerhaft aufgenommen | Oviva AG (Zweigniederlassung Deutschland), Deutschland



- anzuwenden bei Diagnosen: E66.00 (Adipositas Grad I), E66.01 (Adipositas Grad II)
- Dauer der Anwendung: 12 Wochen pro Verordnung
- therapeutisches Prinzip / Konzept: multimodale Adipositas-Therapie (Ernährungstherapie)
- therapeutische Ziele: Gewichtsverlust und Etablierung gesunder Ernährungsweisen
- individuelle Beratung/Coaching: Gespräche mit zertifizierten Ernährungsfachkräften
- Voraussetzungen der Nutzer: über 18 Jahre, Umgang mit Smartphone ist geläufig



Oviva Direkt für Adipositas

✓ Dauerhaft aufgenommen | Oviva AG (Zweigniederlassung Deutschland), Deutschland



- Evaluation (Publikation): [randomisiert, kontrollierte Studie an der TU München](#)
- relevante Ergebnisse: 3,2 % Gewichtsverlust nach 12 Wochen
- vertragsärztliche Leistungen erforderlich: Verschreibung eines Muster 16 Rezepts
- Kooperation mit Diabetesteam: möglich
- Limitationen: kontraindiziert bei Diabetes mellitus Typ 1, nicht medikamentös eingestellter Hypothyreose, Cushing-Syndrom, Unterfunktion und andere Störungen der Hypophyse
- Kosten/Quartal: 220,90 €



## Oviva Direkt für Adipositas

✓ Dauerhaft aufgenommen | Oviva AG (Zweigniederlassung Deutschland), Deutschland

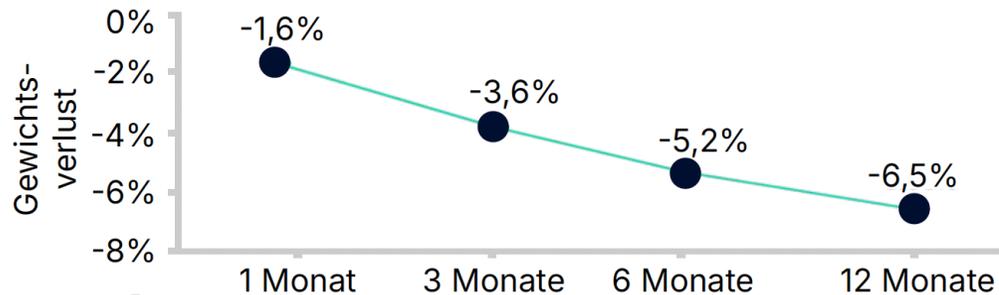


### 12-wöchige RCT-Studie im Vergleich Oviva vs. Non-Oviva Therapie an 168 Patienten, Baseline BMI 34,2 kg/m<sup>2</sup>, p < 0,001



Quelle: Gemesi, K., Winkler, S., Schmidt-Tesch, S. Hauner H., et al. Efficacy of an app-based multimodal lifestyle intervention on body weight in persons with obesity: results from a randomized controlled trial. Int J Obes (2023)

### 12-monatige Real-World Studie an 25.700 Adipositas Patienten, Baseline Gewicht 106,7 kg



Quelle: What Intervention Elements Drive Weight Loss in Blended-Care Behavior Change Interventions? A Real-World Data Analysis with 25 706 Patients. Nutrients 2022, 14(14), 2999

## Überblick zu Indikationen und Kontraindikationen

### Indikationen

- Body-Mass-Index (BMI) 30-40 kg/m<sup>2</sup>
- Diagnostizierter Adipositas und  $\geq 18$  Jahre
- Patient ist im Besitz eines Smartphones und im Umgang geübt
- Patient ist physisch und mental dazu in der Lage, eine App-basierte Adipositas-Behandlung selbstständig durchzuführen

### Kontraindikationen

- E10: Typ 1 Diabetes mellitus
- E03: Hypothyreose (falls nicht medikamentös eingestellt)
- E23: Unterfunktion und andere Störungen der Hypophyse
- E24: Cushing-Syndrom

### Bekomme ich als Ärzt\*in eine Rückmeldung zur Behandlung?

Einen Arztbericht kann jede Patient\*in über die App selbst erstellen und diesen mit Ihnen via PDF, E-Mail oder beim Besuch des nächsten Arzttermins teilen. Der Oviva Therapiebericht enthält folgende Daten:

- Gewichtsveränderung über die Behandlungsperiode
- Ergebnisse des Fragebogens zur Lebensqualität (EQ-5D)
- Erfüllte Aufgaben z.B. Protokollierung der Mahlzeiten



Vitadio

✓ Dauerhaft aufgenommen | Vitadio s.r.o., Tschechische Republik



- anzuwenden bei Diagnosen: E11 Diabetes mellitus, Typ 2
- Dauer der Anwendung: Mindestdauer: 12 Wochen (Basistherapie); Höchstdauer: keine (als digitale Langzeit-Basistherapie geeignet)
- therapeutisches Prinzip / Konzept:
  - **Prinzip:** Lebensstilveränderung auf Basis des transtheoretischen Modells (Motivation, Befähigung und Aktivierung)
  - **Konzept:** multimodales (6 Module), leitliniengerechtes Basistherapie-Konzept: 1. Edukation, 2. Ernährungstherapie, 3. Steigerung der körperlichen Aktivität, 4. Stoffwechselkontrolle, 5. Stressbewältigung (Resilienz), 6. Gewichtsreduktion
- therapeutische Ziele: 1. Reduktion HbA1c, 2. Reduktion des Körpergewichts, 3. Reduktion des Diabetes-bedingten emotionalen Stresses, 4. Verbesserung des Diabetes-Selbstmanagements
- individuelle Beratung/Coaching: Ein persönlicher technischer Support, bestehend aus Diätassistenten und Oecotrophologen, steht für die Nutzer 24/7 via Chat und Telefon zur Verfügung, um Unterstützung für die bestmögliche Anwendung von Vitadio zu erhalten. Zum Start der Anwendung gehört ein 15 minütiges Anwendungstraining zum Serviceangebot des technischen Supports. Darüber hinaus unterstützt ein vorgelagerter Rezeptservice die Patienten bei der Kommunikation mit der Krankenkasse sowie der Installation und Aktivierung der DiGA.



# Vitadio

✓ Dauerhaft aufgenommen | Vitadio s.r.o., Tschechische Republik



## Evaluation:

### EDDY Studie (Beobachtungs-Studie)

- durchschnittliche HbA1c-Reduktion von  $-0.9\%$  und eine Abnahme des Nüchternblutzuckerspiegels um  $-0.6$  mmol/L
- signifikante Reduktion vom Ausgangswert bis zur 3-monatigen Nachuntersuchung wurde beobachtet bei:
  - Körpergewicht (Veränderung:  $-4.3 \pm 4$  kg oder  $4\%$  des Ausgangsgewichts),
  - BMI (Veränderung:  $-1.4 \pm 1.5$  kg/m<sup>2</sup>) und
  - Taillenumfang (Veränderung:  $-5.7 \pm 15$  cm).
- Nach der Interventionsphase verbesserten die Teilnehmer signifikant ihre Ernährungsgewohnheiten und die subjektive Wahrnehmung ihrer Selbstwirksamkeit

### FNOL Studie (RCT-Studie)

- Vitadio hat eine vergleichbare Wirkung auf die Gewichtsreduktion wie ein intensives, persönliches Adipositas-Management-Programm (IG:  $-7,25 \pm 6,84$  kg; CG:  $-8,32 \pm 8,22$  kg).
- Vitadio-Nutzer erzielten günstige Veränderungen in der Körperzusammensetzung (gesunder Gewichtsverlust) durch die Reduktion der Fettmasse ( $-6,97 \pm 6,75$  kg) bei gleichzeitiger Erhaltung der Muskelmasse (keine signifikanten Veränderungen). Zudem erlebten sie eine signifikante Verringerung des Taillenumfangs ( $-6,12 \pm 5,63$  cm).
- Vitadio-Nutzer senkten erfolgreich ihren Gesamtcholesterinspiegel ( $-0,34 \pm 0,6$  mmol/L) und ihre Triglyceridwerte ( $-0,83 \pm 0,98$  mmol/L), wobei letztere in den empfohlenen Bereich unter  $1,7$  mmol/L gebracht wurden. Darüber hinaus erlebten sie einen Anstieg der Werte des „guten“ HDL-Cholesterins ( $+0,08 \pm 0,15$  mmol/L).
- Die Interventionsgruppe (Vitadio-Nutzer) erzielte nach der intensiven 3-monatigen Phase eine signifikante Verbesserung des HOMA-Index: HOMA-IR-Veränderung:  $-2,5 \pm 5,2$

### EIVEL Zulassungsstudie (RCT-Studie)

- Glykämische Kontrolle (primärer Endpunkt): Nach sechs Monaten erreichten Vitadio-Nutzer eine durchschnittliche HbA1c-Reduktion von  $-0,8 \pm 0,9\%$ . Im Vergleich dazu zeigte die Kontrollgruppe eine Veränderung von  $-0,3 \pm 0,7\%$ .
- Die IG verbesserte ihren systolischen Blutdruck um  $-13,23$  mmHg, während die KG nur eine Reduktion von  $-5,43$  mmHg erreichte.
- Vitadio zeigte eine größere Wirkung bei der Verbesserung des Selbstmanagements der Patienten als die übliche Versorgung. Von den fünf Dimensionen der Selbstfürsorge (gemessen mit SDSCA) demonstrierte die Vitadio-Intervention Überlegenheit gegenüber der KG in den Bereichen allgemeine Ernährung ( $p < 0,001$ ), spezifische Ernährung ( $p = 0,007$ ) und Bewegung ( $p = 0,019$ ).
- Die IG erzielte eine signifikant stärkere Reduktion des Diabetes-bedingten emotionalen Stresses (bewertet mit PAID) als die KG ( $p = 0,003$ ).



Vitadio

✓ Dauerhaft aufgenommen | Vitadio s.r.o., Tschechische Republik



- Voraussetzungen der Nutzer: keine – Die Anwendung Vitadio ist nicht für Personen geeignet, welche unter schweren Sehbehinderungen leiden oder für Personen, die die Anwendung aufgrund von geistiger Behinderung nicht eigenverantwortlich verwenden können.
- relevante Ergebnisse: Reduktion HbA1c, Reduktion Körpergewicht, Reduktion des Diabetes-bedingten emotionalen Stresses, Verbesserung des Diabetes-Selbstmanagements (siehe Slide 2)
- vertragsärztliche Leistungen erforderlich: nein
- Kooperation mit Diabetesteam: Arzt und Diabetesteam können den Erfolg der Anwendung mit Hilfe des in Vitadio generierten Fortschrittsberichts verfolgen
- Limitationen: keine
- Kosten/Quartal: 224,01 € (mit dem GKV-SV verhandelter Preis, gilt rückwirkend ab dem 15.04.2023)



zanadio

✓ Dauerhaft aufgenommen | Sidekick Health Germany GmbH, Deutschland

Zusammenstellung: KL

- anzuwenden bei Diagnosen: **Adipositas Grad I & II; > 18 Jahre (E66.00 und E 66.01)**
- Dauer der Anwendung: **kontinuierlich**
- therapeutisches Prinzip / Konzept: **Wissensvermittlung, Coaching zur Verhaltensänderung; multimodale, konservative Adipositas therapie; die App unterstützt die Anbindung weiterer Geräte zur Übertragung von Bewegungs- und Körpergewichtsdaten.**
- therapeutische Ziele: **Gewichtsreduktion / QoL**
- individuelle Beratung/Coaching: **Chat, ggf. Mitarbeiter**
- Voraussetzungen der Nutzer: **Bereitschaft zum Selbstmanagement**
- Evaluation (Publikation): **ja**
- relevante Ergebnisse: **Gewichtsreduktion**
- vertragsärztliche Leistungen erforderlich: **nein**
- Kooperation mit Diabetesteam: **nein**
- Limitationen: **Schwangerschaft, Komorbiditäten**
- Kosten/Quartal: **218,- € Ein Zusatzprodukt "Starterpaket" kann käuflich erworben werden (getestete Hardware für die Nutzung des Programms plus eines ergänzendes Coachingprogramms).**

<https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis?search=Zanadio>

<https://zanadio.de/>

Karin Lange

# DiGA: Zanadio - Therapieprinzip



**Wissensvermittlung:** Informationen und Konzepte E-learning; Ernährung, Bewegung und Veränderung/Verhalten geführtes Eigenstudium

**Veränderung:** (Selbstbeobachtung, Zielsetzung und -erreichung): bewußte Wahrnehmung Ernährung und Bewegung, Ergebnisse auf täglicher und wöchentlicher Basis und Bezüge zum Erfolg (Körpergewicht) Setzen von realistischen (Zwischen-)Zielen

**Motivation und Betreuung:** automatisierte Benachrichtigungen als Chats; Möglichkeit, mit einem Kundendienst-Mitarbeiter Kontakt aufzunehmen, um bei Problemen im Programmverlauf unterstützt zu werden.

# Fazit: Zanadio



- nachgewiesen wirksame App zur langsamen Gewichtsreduktion bei Adipositas I und 2 über ein Jahr
- kann mit anderen Devices zum Gesundheitsverhalten gekoppelt werden
- ausgewählte Personen mit Bereitschaft zum Selbstmanagement, eher höheres Bildungsniveau
- eher erfolgreich bei  $\text{BMI} < 35 \text{ kg/m}^2$
- diabetesunabhängig



glucura Diabetestherapie

... Vorläufig aufgenommen | Perfood GmbH, Deutschland



- **anzuwenden bei Diagnosen:** Diabetes mellitus Typ 2 ohne Insulintherapie
- **Dauer der Anwendung:** Pro Verschreibung 3 Monate, Folgeverschreibung empfohlen
- **therapeutisches Prinzip / Konzept:** Kombination aus personalisierter Ernährungsintervention basierend auf individuellen Blutzuckerreaktionen, Edukation sowie Bewegungs- und Verhaltensintervention. glucura nutzt die Daten eines CGM-Sensors, das für bis zu 14 Tage zu Beginn der dreimonatigen Verschreibung getragen wird sowie KI-berechnete Vorhersagen der individuellen Blutzuckerreaktion auf verschiedene Mahlzeiten, um personalisierte Ernährungsempfehlungen vorzunehmen.
- **therapeutische Ziele:** Lebensstilintervention v. a. Senkung des HbA1c, Reduktion postprandialer Blutzuckerschwankungen, Verbesserung der Insulinsensitivität, Gewichtsreduktion, Steigerung der Lebensqualität, Verbesserung des Diabetes-Typ-2-Managements.
- **individuelle Beratung/Coaching:** Individuelles Feedback auf verzehrte Mahlzeiten, Bewertung und Ernährungsempfehlungen entsprechend der individuellen Blutzuckerreaktion, personalisierte Wochenziele basierend auf den gesammelten Daten zur langfristigen Verbesserung von Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten, Bewegungsübungen, Rezepte, Edukation zu (Ernährung bei) Diabetes Typ 2.



glucura Diabetestherapie

... Vorläufig aufgenommen | Perfood GmbH, Deutschland



- **Voraussetzungen der Nutzer:** Kompatibles Gerät (Apple iOS ab Version 14.0 oder Google Android ab Version 8.0), Verordnung für die glucura-App durch einen Arzt/eine Ärztin, keine Kontraindikation zur Nutzung eines Glukose-Sensors (z. B. Allergie gegen den Klebstoff), keine Insulintherapie, 18 Jahre oder älter
- **Evaluation (Publikation):** <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/19322968241266821>
- **relevante Ergebnisse:** Signifikanten Senkung des HbA1c-Wertes und des BMI sowie Verbesserung der Lebensqualität. Eine RCT zur Überprüfung der Wirksamkeit wird derzeit durchgeführt.
- **vertragsärztliche Leistungen erforderlich:** Die Nutzung von glucura erfordert eine ärztliche Verordnung (Muster 16, PZN: 19198111 mit dem Hinweis „Digitale Gesundheitsanwendung glucura“). Die Verordnung ist budgetneutral; die Kosten werden von allen gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Alternativ ist ein Indikationsnachweis der Erkrankung ausreichend, um die Kostenerstattung bei der Krankenkasse anzufragen.
- **Kooperation mit Diabetesteam:** Nutzern können ihre Gesundheitsdaten in Form eines übersichtlichen PDF-Reports jederzeit exportieren, ausdrucken und mit ihrem Diabetesteam bzw. ihrem Arzt/ihrer Ärztin besprechen. Der Report kann zur Anpassung der Therapie genutzt werden.
- **Limitationen:** Nicht geeignet bei bestehender Insulin-Therapie, technisches Gerät und Kompetenz im Umgang mit Smartphone erforderlich.
- **Kosten/Quartal:** Für Patienten entstehen keine Kosten, der Betrag i. H. von 499,80 €/Quartal wird bei Vorlage einer ärztlichen Verordnung von den Krankenkassen übernommen.

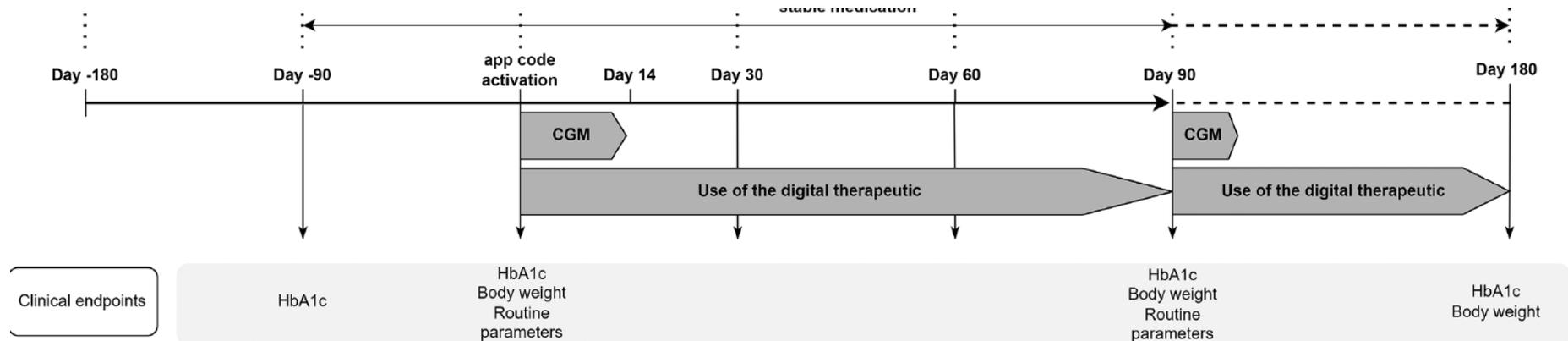


glucura Diabetestherapie

Vorläufig aufgenommen | Perfood GmbH, Deutschland

# Erste Studie

Long term use



## After 3 months (n = 118)

- **-0.67% HbA1c reduction**
- **-3.5 kg weight loss**

After 6 months (n = 50-51, p < 0.001) :

- **-0.76% HbA1c reduction**
- **-6.84 kg weight loss**

Improvement in health-related quality of life,

## RCT läuft...



mebix

••• Vorläufig aufgenommen | Vision2B GmbH, Deutschland



- anzuwenden bei Diagnosen: Diabetes mellitus Typ 2 (E11; keine Kontraindikationen/ Ausschlusskriterien; auch für insulinpflichtige Typ 2 Diabetiker)
- Dauer der Anwendung: 90 Tage/ Verschreibung (weiterführende & aufbauende Therapiepläne vorhanden)
- therapeutisches Prinzip / Konzept: multimodaler & teilindividualisierbarer Therapieplan (Wissensvermittlung per Film, Ernährung, Bewegung; Stressreduktion...); Tagesaufgaben führen Patienten schrittweise durch den Plan; Feedback und Verbesserungsvorschläge zu Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten; Neu: KI zur erleichterten Nahrungsmitteldokumentation per Foto
- therapeutische Ziele: Verbesserung des Patientenverständnisses & des Selbstmanagements; langfristige Lebensstilumstellung; HbA1C Wert Senkung; Minimierung von kardiovaskulären Risikofaktoren
- individuelle Beratung/Coaching: persönliche Unterstützung & Motivation über den mebix Chat (Ernährungsberaterin und Bewegungscoach)
- Voraussetzungen der Nutzer: Diagnose DMT2, ab 18 Jahren, keine weiteren Voraussetzungen
- vertragsärztliche Leistungen erforderlich: keine



mebix

••• Vorläufig aufgenommen | Vision2B GmbH, Deutschland



- Evaluation (Publikation):
  - Dr. Wolfgang Mayer-Berger; Prof. Dr. Franz Petermann: Abschlussbericht Evaluation eines multimodalen Motivations- und Schulungsprogramms für die kardiologische Reha-Nachsorge (Vision 2 - Gesundes Herz), refonet 2019
  - Maxi Pia Bretschneider; Lena Roth; Peter E.H. Schwarz: Effectiveness of a Digital Health Application for the Treatment of Diabetes Type II—A Pilot Study, Journal of Clinical Medicine 2023
- relevante Ergebnisse: Senkung des kardiovaskulären Risikoprofils, Senkung des HI-Risikoprofils, Senkung der Cholesterinwerte, Steigerung der Lebensqualität und der Erwerbsprognose; Signifikante Reduktion des Körpergewichts, Senkung des HbA1c Wertes in 3 Monaten um  $\bar{\emptyset}$  1.0 +/-0.8%
- Kooperation mit Diabetesteam: Erfolgskontrolle in der Praxis durch Therapiemanager möglich (Patientendaten einsehbar; demnächst zugänglich)
- Limitationen: /
- Kosten/Quartal: 499,00 € (volle Kostenübernahme durch die GKV; keine Mehrkosten für den Patienten)

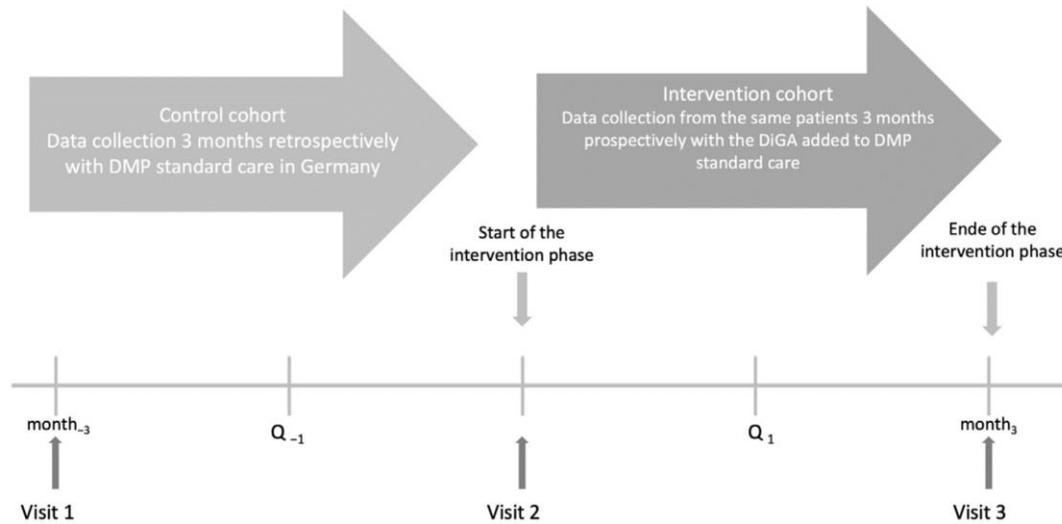


mebix

Vorläufig aufgenommen | Vision2B GmbH, Deutschland



# EVALUATION



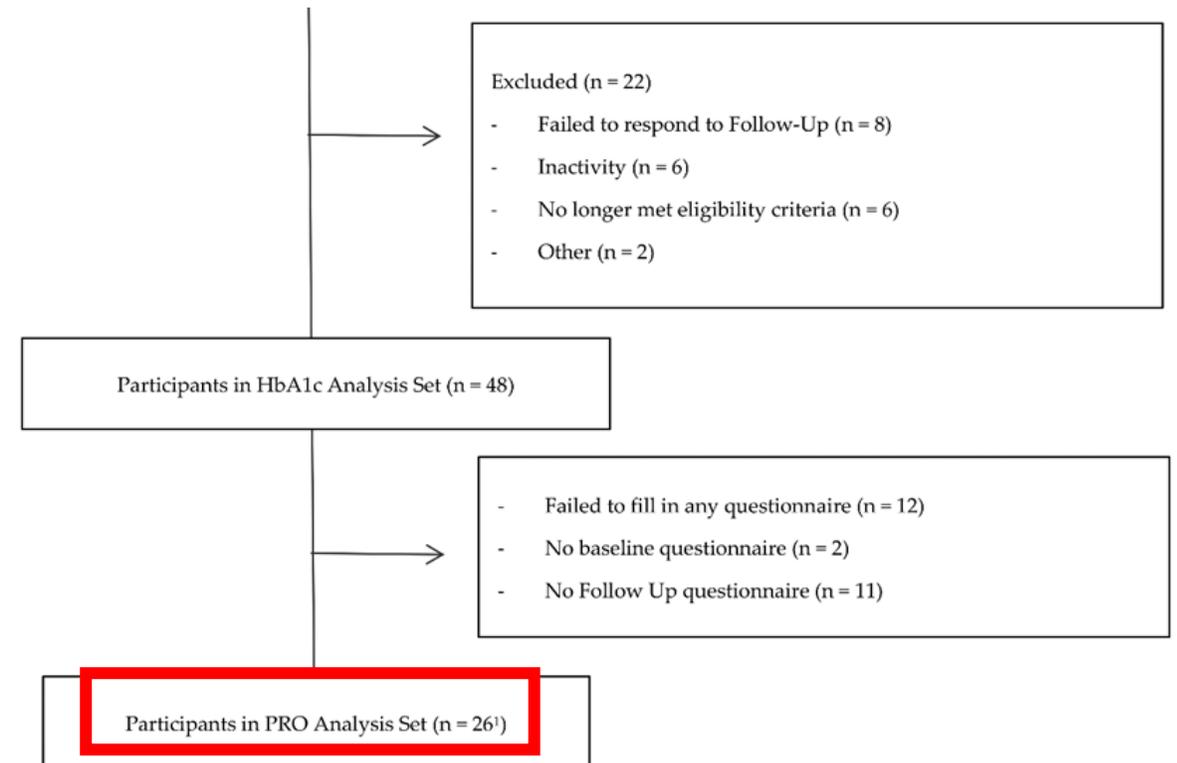
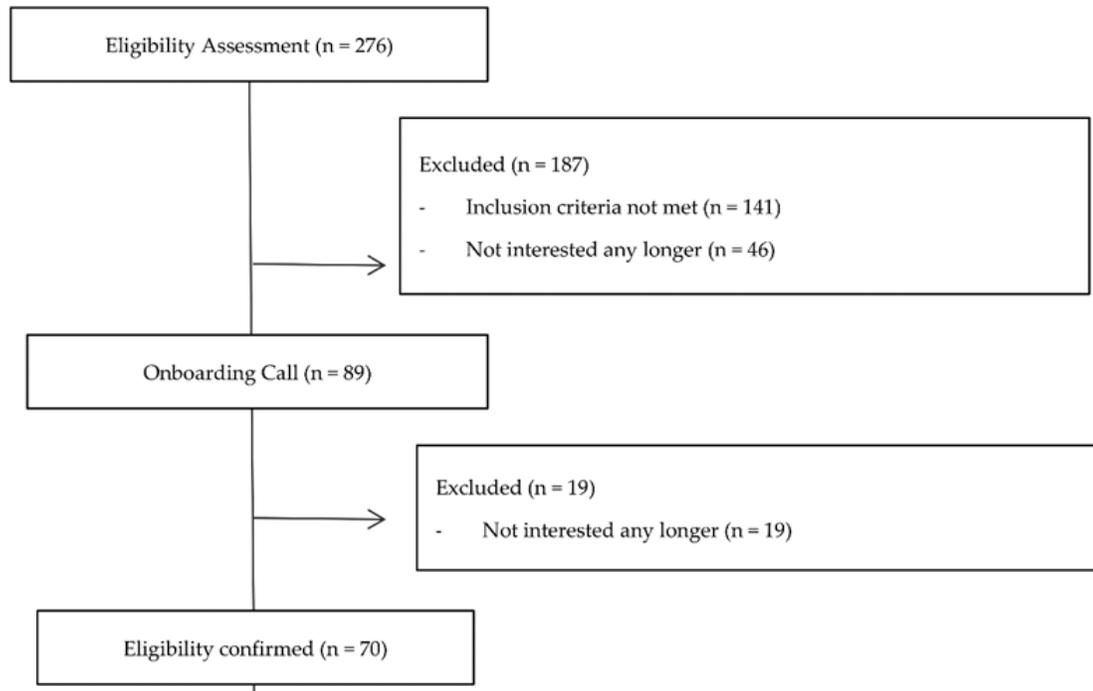


mebix

••• Vorläufig aufgenommen | Vision2B GmbH, Deutschland



# EVALUATION





# DiGA: Una Health für Diabetes

- anzuwenden bei Diagnosen: **Typ 2 Diabetes E 11 alle Therapien**
- Dauer der Anwendung: **kontinuierlich**
- therapeutisches Prinzip / Konzept: **Wissensvermittlung, Coaching zur Verhaltensänderung; Rückmeldung über CGM**
- therapeutische Ziele: **Gewichtsreduktion / HbA1c / QoL**
- individuelle Beratung/Coaching: **Chat, ggf. Mitarbeiter direkt**
- Voraussetzungen der Nutzer: **Bereitschaft zum Selbstmanagement**
- Evaluation (Publikation): **ja EDDY-III-Studie**
- relevante Ergebnisse: **HbA1c**
- vertragsärztliche Leistungen erforderlich: **nein**
- Kooperation mit Diabetesteam: **möglich**
- Limitationen: Schwangerschaft / bariatrische OP
- Kosten/Quartal: **740,- € (€ 621.85 (netto))**

**Zusammenstellung: KL**

<https://unahealth.de/>

# DiGA: Una Health für Diabetes



**Ziel:** Auswirkungen der DiGA auf die Blutzuckereinstellung bei T2D

**Methode:** 3-monatige, prospektive, multizentrische, offene Studie mit einer intraindividuellen Kontrollgruppe.

**Outcome-Parameter:** HbA1c-Werte: 3 Monate vor der Nutzung, zu Beginn und drei Monate später (Nüchtern glukose, Körpergewicht und Taillenumfang, Lebensqualität, Selbstwirksamkeit und Depression) und innerhalb der App generierte Daten (Häufigkeit der Nutzung, Schritte und Fotos von Mahlzeiten)

42 Teilnehmer ( $57 \pm 7,4$  Jahre) 55 % männlich; HbA1c-Wert initial  $7,9 \pm 1,0$  %.

**Ergebnisse:** durchschnittliche HbA1c-Senkung von  $-0,9 \pm 1,1$  % ( $p < 0,001$ ), sign. Reduktion des Körpergewichts ( $-4,3 \pm 4,5$  kg), des BMI ( $-1,4 \pm 1,5$  kg/m<sup>2</sup>), des Taillenumfangs ( $-5,7 \pm 15$  cm) und des Nüchternblutzuckers ( $-0,6 \pm 1,3$  mmol/L).

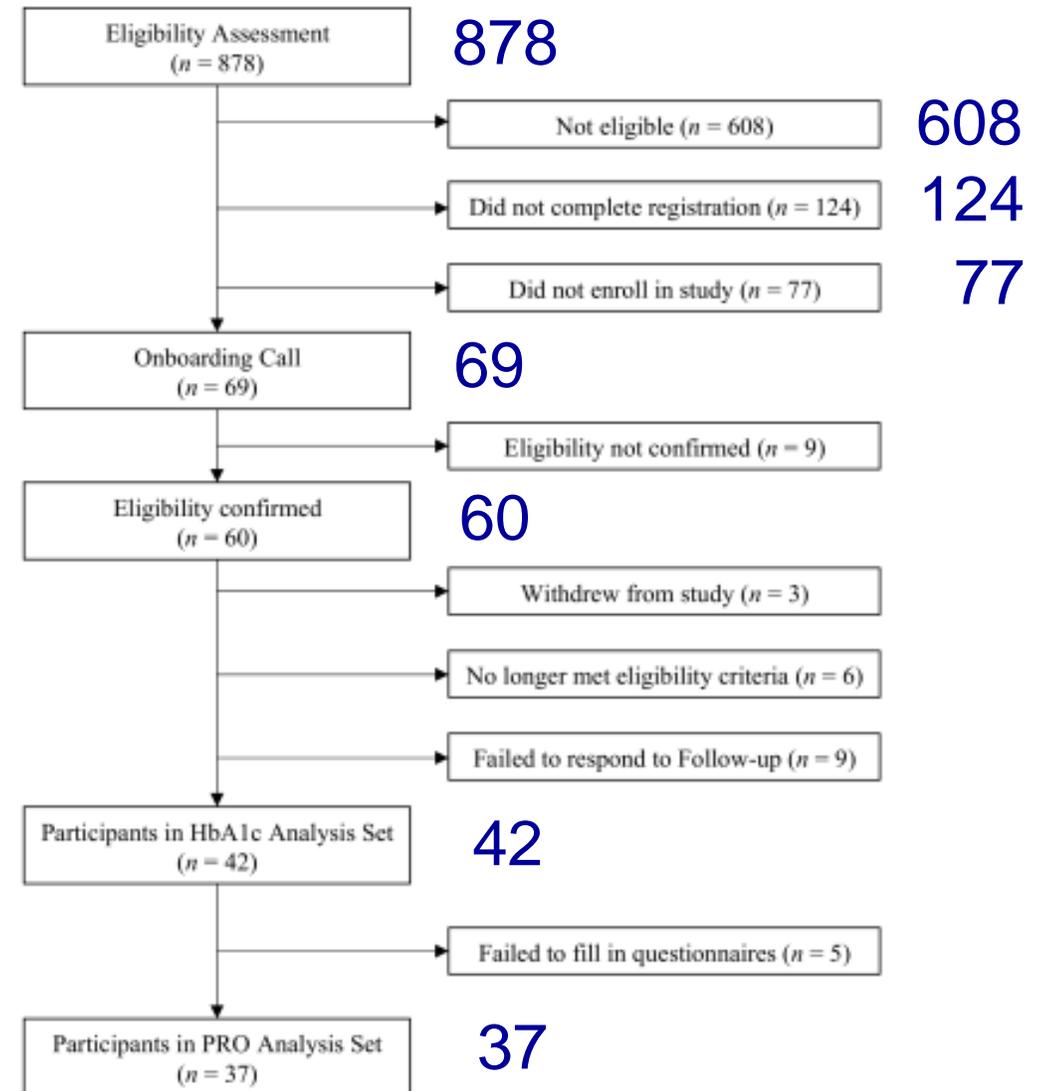
Bretschneider MP et al. Impact of a Digital Lifestyle Intervention on Diabetes Self-Management: A Pilot Study. *Nutrients*. 2022 Apr 26;14(9):1810. doi: 10.3390/nu14091810.

# DiGA: Una Health für Diabetes



**aber: schwierige  
Rekrutierung und selektive  
Stichprobe**

Bretschneider MP et al. Impact of a Digital Lifestyle Intervention on Diabetes Self-Management: A Pilot Study. *Nutrients*. 2022 Apr 26;14(9):1810. doi: 10.3390/nu14091810.  
Bretschneider MP, Roth L, Schwarz PEH. Effectiveness of a Digital Health Application for the Treatment of Diabetes Type II-A Pilot Study. *J Clin Med*. 2023 Sep 30;12(19):6317. doi: 10.3390/jcm12196317.  
und DDG Poster 2024



# Zusammenfassung:



## endgültig aufgenommen



### HelloBetter Diabetes und Depression

✔ Dauerhaft aufgenommen | GET.ON Institut für Online Gesundheitstrainings GmbH, Deutschland



### Oviva Direkt für Adipositas

✔ Dauerhaft aufgenommen | Oviva AG (Zweigniederlassung Deutschland), Deutschland



### Vitadio

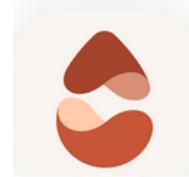
✔ Dauerhaft aufgenommen | Vitadio s.r.o., Tschechische Republik



### zanadio

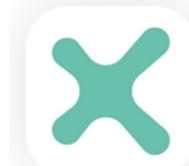
✔ Dauerhaft aufgenommen | Sidekick Health Germany GmbH, Deutschland

## vorläufig aufgenommen



### glucura Diabetestherapie

⋯ Vorläufig aufgenommen | Perfood GmbH, Deutschland



### mebix

⋯ Vorläufig aufgenommen | Vision2B GmbH, Deutschland



### My Dose Coach

⋯ Vorläufig aufgenommen | METEDA s.r.l., Italien



### Una Health für Diabetes

⋯ Vorläufig aufgenommen | Una Health GmbH, Deutschland



Raum für Diskussion!