

DIGITALE GESUNDHEITSANWENDUNGEN (DiGA) IM TREND

DER DIGITALE GESUNDHEITSMARKT IST IM WANDEL UND DiGA ERFAHREN EIN GROSSES WACHSTUM. ALS THERAPIEBEGLEITENDE MASSNAHMEN KÖNNEN DIESE PATIENTEN*INNEN HELFEN, EINE AKTIVERE ROLLE AUF IHREM GENESUNGSWEG EINZUNEHMEN.

Seit September bietet Orthopy in Partnerschaft mit Enovis eine DiGA an, die bei speziellen Knieverletzungen verschrieben werden kann. Orthopy ist mit den Indikationen vorderer Kreuzbandriss und/oder Meniskusschäden, die erste DiGA auf dem Markt mit der Knieverletzungen vor- und nach der Operation begleitend therapiert werden können. Im Interview mit PD Dr. Gerrit Bode, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, und ein weit über Freiburg hinaus anerkannter Kniechirurg und Sportorthopäde, sprechen wir heute über das Thema DiGA im Bereich Sportmedizin.

1. Könnten Sie uns zunächst etwas über Ihre Erfahrungen mit der Behandlung von Knieverletzungen und Ihre Arbeit mit digitalen Gesundheitsanwendungen teilen?



Gerrit Bode im Interview Bild: Praxisklinik 2000

Mittlerweile blicke ich auf eine weit mehr als zehnjährige Erfahrung in der konservativen und operativen Behandlung von Knie- und Sportverletzungen aller Art zurück. Entsprechend wichtig ist mir auch die Nachbehandlung der über die Jahre zahlreichen von mir durchgeführten Operationen. Erfreulicherweise konnte ich diese im vergangenen Jahr durch den Einsatz von digitalen Gesundheitsanwendungen weiter optimieren.

2. Welche spezifischen Knieverletzungen oder -zustände können von digitalen Gesundheitsanwendungen am meisten profitieren?

*Aus meiner Sicht profitieren alle Kniegelenksverletzungen, die einer besonderen Nachbehandlung bedürfen, sehr von der digitalen Gesundheitsanwendung (DiGA). Je komplizierter die Nachbehandlung desto größer der Nutzen der digitalen Gesundheitsanwendungen, da sie helfen die Unsicherheiten, die alle Patient*innen verständlicherweise haben, zu reduzieren.*

3. Welche Rolle spielt Ihrer Meinung nach eine DiGA bei der Unterstützung von Patienten mit Knieverletzungen im Vergleich zu herkömmlichen Behandlungsmethoden?

*Der große Vorteil der digitalen Gesundheitsanwendung liegt in ihrem ergänzenden Charakter zur physiotherapeutischen Behandlung. Dank der vielen Erläuterungen und Anleitungen inkl. der Videos zur Teilbelastung, Thrombosespritze etc. kommen die Patient*innen besser informiert zur Physiotherapie. Dort können Sie dann die wertvolle Zeit nutzen, um mit ihren Physiotherapeut*innen sicherzustellen, dass die einzelnen Übungen korrekt ausgeführt werden, die die Patient*innen dann wieder zu Hause in Eigenregie an Hand der Trainingspläne durchführen können. Die Physiotherapeut*innen können so ihrer eigentlichen Bestimmung als begleitender Coach in der Behandlung komplexer Verletzungen besser nachkommen.*

4. Inwiefern können digitale Gesundheitsanwendungen wie Apps oder Wearables die Genesung von Patienten mit Knieverletzungen beschleunigen oder unterstützen?

*Die Erfahrung im vergangenen Jahr hat gezeigt, dass die Patient*innen dank der DiGA deutlich regelmäßiger trainieren und somit bessere Ergebnisse erzielen. Termine in der Physiotherapie finden in der Regel 1-2 Mal pro Woche statt. Die anderen fünf Tagen können jedoch auch zum Training genutzt werden. Dies trauen sich die Patient*innen eher, wenn sie zu Hause auf detaillierte Erklärungen zurückgreifen können.*

5. Gibt es konkrete Fallstudien oder Ergebnisse, die die Wirksamkeit von DiGA bei der Rehabilitation von Knieverletzungen belegen?

Aktuell gibt es bereits zugelassene Apps für die Behandlung von Verletzungen der Kniescheibe. Hier liegen die Studiendaten aus der Zulassungsstudie vor. Für die Kreuzband- und Meniskusverletzungen leiten wir in der Praxisklinik2000 die entsprechende Zulassungsstudie und führen diese gemeinsam mit der Arcusklinik Pforzheim und dem OCM München dort. Die Ergebnisse einer hierfür notwendigen Vorstudie waren sehr vielversprechend.

6. Wie sieht Ihrer Meinung nach die Zukunft für digitale Gesundheitsanwendungen im Bereich der Orthopädie und insbesondere bei der Behandlung von Knieverletzungen aus?

Wir erleben, dass unsere Patient*innen immer besser informiert zu uns kommen. Neben diesem Anspruch an eine operative Versorgung, angepasst an modernste wissenschaftliche Erkenntnisse, steigt auch der Anspruch an die Nachbehandlung und die Bereitschaft selbstständig zu trainieren. Hier werden digitale Gesundheitsanwendungen begleitend zur Physiotherapie zukünftig eine große Rolle spielen können.

7. Welche Ratschläge würden Sie Patienten geben, die eine DiGA zur Unterstützung bei der Rehabilitation nach einer Knieverletzung in Betracht ziehen?

Optimalerweise besprechen unsere Patient*innen die Übungen und Trainingspläne in der App gemeinsam mit uns und ihren Physiotherapeut*innen. Diese leiten die Übungen an und stellen sicher, dass die Patient*innen sie zu Hause sicher durchführen können. Im Verlauf erreichen die Patient*innen dann vorab definierte Meilensteine - woraufhin wir die nächste Stufe im Trainingsplan freigeben. Gemeinsam können wir dann alle das optimale Ergebnis für unsere Patient*innen erzielen und diese sicher in den Sport zurückführen.

PD Dr. Gerrit Bode ist ein Berater für Enovis und Orthopy

Bio -

PD Dr. Gerrit Bode, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, spezieller Unfallchirurg, ist ein weit über Freiburg hinaus anerkannter Kniechirurg und Sportorthopäde. Dank seiner langjährigen Tätigkeit als Mannschaftsarzt des SC Freiburg (2013-2020), den er seit 2020 weiterhin beratend begleitet, verfügt er zudem über einen reichen Erfahrungsschatz in der konservativen und operativen Therapie von Verletzungen bei Profisportlern einschließlich der Belastungssteuerung sowie des Return-to-Play, d.h. einer erfolgreichen Rückführung in den jeweiligen Sport.



Philipp Hufschmidt beim Wurf Bild: Handball Union Freiburg

enovis™

DEIN COME BACK

 **Orthopy**
powered by enovis™



VORDERES KREUZBAND GERISSEN? MENISKUS VERLETZT?

Bei einem Riss des vorderen Kreuzbandes und/oder Meniskusschäden gibt es jetzt eine therapiebegleitende Unterstützung.

Orthopy – die App auf Rezept – begleitet dich auf deinem Weg zum Comeback. Frage deinen Arzt nach der Digitalen Gesundheitsanwendung (DiGA) Orthopy.

Orthopy unterstützt durch:

1. Nützliche Tipps und Informationen
2. Angepasste Trainingspläne
3. Präzise Übungsanleitungen
4. Sichtbaren Therapiefortschritt
5. Regelmäßige Erinnerungen

Gestalte dein Comeback aktiv mit und hole dir ein Orthopy Rezept von deinem Behandler. Alle gesetzlichen und viele private Krankenversicherungen übernehmen die Kosten.

MEHR
INFORMATIONEN
UNTER
WWW.ORTHOPY.DE

