



# Digitale Gesundheitskompetenz

## Gesundheitsinformationen im Internet

Das Internet hat sich für viele von uns zur ersten Anlaufstelle entwickelt, wenn es darum geht, rasch an Gesundheitsinformationen zu gelangen. Die Fähigkeit qualitativ hochwertige gesundheitsbezogene Informationen im Internet zu finden, zu verstehen und zu bewerten wird digitale Gesundheitskompetenz genannt (engl. **eHealth**).

### Gesundheitsinformationen suchen und finden

Neben klassischen Suchmaschinen wie Google, Bing, DuckDuckGo gibt es auch medizinische Suchmaschinen (z. B. MEDISUCH) und **Gesundheitsportale**.

#### Tipps zur Suche

- Formulieren Sie die Suchanfrage so einfach wie möglich.
- Setzen Sie bei der Suche mehrere Begriffe in Anführungszeichen.
- Achten Sie bei den Suchergebnissen auf bezahlte Werbeanzeigen.



<http://www.gesundheit.gv.at>



<https://www.sozialversicherung.at>



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

### Gesundheitsinformationen bewerten

#### Qualitätsmerkmale

- Die Informationen sind aktuell und werbefrei.
- Die Sprache ist objektiv und neutral, Fachbegriffe werden erklärt.
- Für welche Personengruppe die Inhalte erstellt wurden, ist erkennbar.
- Die wissenschaftlichen Quellen werden angegeben.
- Ein Impressum und eine Datenschutzerklärung sind vorhanden.
- Es ist ersichtlich wer für die Inhalte verantwortlich ist.



#### TIPP:

Verwenden Sie die [Checkliste](#) „Gute Gesundheitsinformationen“ der österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz, um die Qualität von Gesundheitsinformationen zu überprüfen.



# Digitale Gesundheitskompetenz

## Digitale Gesundheitsdienste

### ELGA

Die elektronische Gesundheitsakte (ELGA) ermöglicht Ihnen und Ihren behandelnden Ärztinnen bzw. Ärzten einen zeit- und ortsunabhängigen Zugriff auf Ihre Gesundheitsdaten.

Der Zugang zu Ihrer elektronischen Gesundheitsakte erfolgt über das **ELGA-Portal**. Voraussetzung dafür ist eine Anmeldung mit Handysignatur oder Bürgerkarte.

The screenshot shows the ELGA portal interface. At the top left is the 'elga' logo with the text 'Meine elektronische Gesundheitsakte. Meine Entscheidung!'. To the right are icons for 'Auftragsliste' and 'Logout'. Below the logo is a navigation bar with links: 'Startseite', 'e-Befunde', 'e-Medikation', 'e-Impfpass', 'ELGA-GDA', 'ELGA-Teilnahme', and 'Protokoll'. The main content area consists of six blue tiles:

- e-Befunde:** 'Hier finden Sie eine Liste Ihrer e-Befunde.' Below: 'Keine Befunde gefunden.'
- e-Medikation:** 'Hier sehen Sie eine Liste Ihrer verordneten und in der Apotheke abgegebenen Medikamente.' Below: 'Zuletzt aktualisiert am 22.04.2022'
- e-Impfpass:** 'Hier finden Sie Ihren e-Impfpass.'
- ELGA-GDA:** 'Hier finden Sie Ihre Gesundheitsdiensteanbieter (GDA) - Ihre behandelnden oder betreuenden Ärzte, Spitäler, Apotheken und Pflegeeinrichtungen.' Below: 'Kein GDA ist derzeit zugriffsberechtigt.'
- ELGA-Teilnahme:** 'Hier können Sie Ihren aktuellen ELGA-Teilnahmestatus ansehen und gegebenenfalls ändern.' Below: a list with checkmarks for 'ELGA', 'e-Befunde', and 'e-Medikation'.
- Protokoll:** 'Hier sind die von Ihnen und Ihren GDA durchgeführten Aktionen aufgelistet.'

Abb.: Übersicht: Elektronische Gesundheitsakte

### In Ihrem ELGA-Portal haben Sie Zugang

- zum Grünen Pass (Impf-, Test-, und Genesungszertifikate)
- zu Ihren ELGA-Gesundheitsdaten (e-Befunde und e-Medikation)
- zu Ihrem elektronischen Impfpass (e-Impfpass)

Sie können im ELGA Portal Ihre ELGA-Teilnahme regeln, die Zugriffsrechte verwalten und im Protokoll nachprüfen, wer wann welche Informationen abgerufen hat.

Das elektronische Rezept ist ein Service des e-card-Systems. Apotheken und Ordinationen stellen jetzt nach und nach auf das e-Rezept um. Dadurch wird das ursprüngliche Papierformat abgelöst.



#### GUT ZU WISSEN:

Jede Person mit einer österreichischen Sozialversicherungsnummer hat einen elektronischen Impfpass und nimmt automatisch an e-Rezept teil.



# Digitale Gesundheitskompetenz

## Digitale Helferlein für Ihre Gesundheit

Gesundheitsdaten erfassen und auszuwerten liegt im Trend. Mit **Apps** am Smartphone, **Fitness-tracker** oder **Smartwatches (Wearables)** werden unsere Körperfunktionen und Trainingseinheiten gemessen.

Gesundheits-Apps können einen gesunden Lebensstil fördern. Apps, die als **Medizinprodukt** zertifiziert sind, unterstützen Patientinnen und Patienten oder deren Angehörige bei der Bewältigung von Krankheiten (Beispiel: Diabetes: mySugr-App).

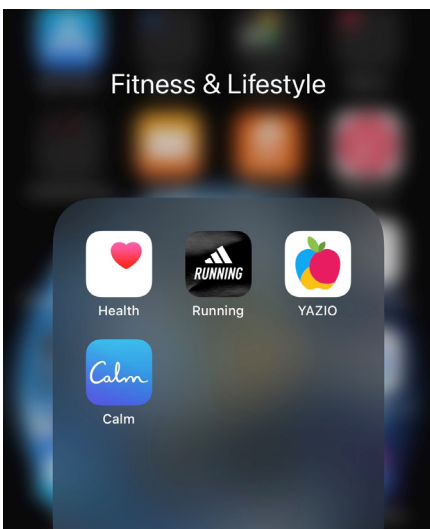


Abb.: Apps im Bereich Fitness und Lifestyle



Abb.: Fitbit Fitnessstracker



Abb.: mySugr-App (Diabetes) Medizinprodukt

Neben Gesundheits-Apps gibt es auch zahlreiche hilfreiche Apps für den Alltag.

- Toiletten-App: Toiletten und WC-Finder (Android), Toilet Finder (iOS)
- Medikamenten-Erinnerungs-App: Medisafe (Android, iOS)
- Tägliche Fitnessübung: Senioren Fitness (Android, iOS)
- Gehirntraining: NeuroNation (Android, iOS)

Digitale Anwendungen können den Alltag für pflegende Angehörige erleichtern: Notrufsysteme, Personen-Tracker, Pflegedokumentation



### TIPP:

Die Rufhilfe-Uhr vom Roten Kreuz sieht auf den ersten Blick aus wie eine gewöhnliche Armbanduhr, hat jedoch einige hilfreiche Funktionen.



Abb.: Rufhilfe-Uhr, Rotes Kreuz



# Digitale Gesundheitskompetenz

## Hilfe & Begriffserklärungen

**Apps:** Programme für Smartphones und Tablets.

**eHealth:** Sammelbegriff für Einsatz von digitalen Technologien im Gesundheitswesen.

**ELGA-Portal:** Zugang zur elektronischen Gesundheitsakte.

**Fitnesstracker:** Elektronisches Gerät zur Aufzeichnung von Fitness-Daten.

**Gesundheitsportale:** Website mit Information über Gesundheit und Krankheit.

**Medizinprodukt:** Produkte, die gemäß der Medizinprodukte-Richtlinie klassifiziert sind.

**Smartwatch:** „intelligente Uhr“ – tragbarer Computer in Form einer Uhr.

**Wearables:** tragbarer Computer der am Körper getragen wird.

---

### Links



Österreichische Plattform Gesundheitskompetenz:

<https://oepgk.at/gesundheitskompetent-in-der-digitalen-welt>

Medizinische Suchmaschine: <https://www.medisuch.de/>

Checkliste „Gute Gesundheitsinformationen“:

[https://oepgk.at/wp-content/uploads/2020/10/oepgk\\_ggi\\_allg\\_checkliste\\_bfrei.pdf](https://oepgk.at/wp-content/uploads/2020/10/oepgk_ggi_allg_checkliste_bfrei.pdf)

Gesundheitsportal Österreich, ELGA-Portal: <https://www.gesundheit.gv.at/>

ELGA-Portal: <https://www.gesundheit.gv.at/elga/inhalt>

Bürgerkarte-Handysignatur: <https://www.buergerkarte.at/>

Healthskouts – Liste zertifizierter Apps: <https://www.healthskouts.com/certified-apps>

mySugar (Diabetes-App): <https://www.mysugr.com/de/>

MyTherapy (Medikamenten-Erinnerungs-App): <https://www.mytherapyapp.com/de>

Web-App für die Betreuung und Pflege zu Hause: <https://www.lica.at>

Familonet – Handyortungs-App: <https://www.findmymobi.com/de/>

Rufhilfe (ÖRK): <https://www.rotekreuz.at/ich-brauche-hilfe/rufhilfe>

Infos über unseriöse Webseiten: <https://www.watchlist-internet.at>

Sozialversicherung Österreich: <https://www.sozialversicherung.at>

Leitfaden „Digitale Gesundheitskompetenz“: [https://www.digitaleseniorinnen.at/fileadmin/redakteure/Downloads/Leitfaden\\_Digitale\\_Gesundheitskompetenz.pdf](https://www.digitaleseniorinnen.at/fileadmin/redakteure/Downloads/Leitfaden_Digitale_Gesundheitskompetenz.pdf)