



# Gesundheitswissen per Mausklick

**U**M DIE VIELFÄLTIGEN digitalen Informationsquellen und Angebote rund um die Gesundheit gut und sicher nutzen zu können, brauchen Patientinnen und Patienten vor allem eins: digitale Gesundheitskompetenz. ▶ Wer eine Google-Suche mit dem Stichwort »Bauchschmerzen« startet, bekommt in Sekundenbruchteilen rund 21 Millionen Treffer angezeigt. Aber welche davon stammen aus zuverlässigen Quellen und helfen wirklich weiter? Hilft die Smartphone-App wirklich beim Abnehmen? Und was genau macht das Fitness-Armband eigentlich mit meinen Daten? Wer die vielfältigen digitalen Angebote sinnvoll nutzen möchte, muss bestimmte Spielregeln beherrschen.

## Finden, verstehen und beurteilen

»Angesichts der Menge und Vielfalt von insbesondere internetbasierten Informationen rund um das Thema Gesundheit wird digitale Gesundheitskompetenz immer wichtiger«, erklärt Kevin Dadaczynski, Professor für Gesundheitskommunikation und -information an der Hochschule Fulda. Der GKV-Spitzenverband definiert digitale Gesundheitskompetenz als die Fähigkeit, »gesundheitsrelevante Informationen in Bezug auf digitale Anwendungen und digitale Informationsangebote zu finden, zu verstehen, zu beurteilen/einzuschätzen und anzuwenden«.

In einer bundesweiten repräsentativen Studie der AOK zur digitalen Gesundheitskompetenz, die 2020 veröffentlicht wurde, gaben mehr als ein Drittel der Befragten an, mindestens einmal pro Woche Webseiten mit Gesundheitsinformationen zu nutzen. Eine Studie im Auftrag der Techniker Krankenkasse ergab 2018: Bei Fragen rund um die Gesundheit suchen etwa drei von vier Menschen in Deutschland (77%) im Internet nach Informationen. Auch bei den 60- bis 70-Jährigen informiert sich etwa jeder Zweite online.

## Mehr Fragen als Antworten

Viele Menschen fühlen sich bei der digitalen Recherche aber überfordert und haben Probleme, sich im Dschungel der digitalen Angebote zurechtzufinden. Etwa jedem Zweiten fällt es schwer, im Internet zuverlässige von unzuverlässigen Informationen zu unterscheiden.

Vier von zehn können nur mit Mühe beurteilen, ob hinter einem Online-Informationsangebot nicht vielleicht doch in erster Linie wirtschaftliche Interessen stecken.

Studien zufolge liegt der Anteil der Menschen mit geringer digitaler Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung zwischen 50 und 75%. Frauen, jüngere Menschen, Personen mit höherem Einkommen, höherer Bildung und besserer Gesundheit kommen im Umgang mit digitalen Gesundheitsangeboten offenbar besser zurecht. Doch auch mehr als die Hälfte aller Schülerinnen und Schüler zwischen neun und 18 Jahren sowie 42% ihrer Lehrkräfte bezeichnen in zwei aktuellen Studien ihre digitale Gesundheitskompetenz als mangelhaft. Als die Ergebnisse dieser beiden Studien im April dieses Jahres in Berlin im Rahmen einer Pressekonferenz vorgestellt wurden, betonte Dr. Christoph Straub, der Vorstandsvorsitzende der BARMER, wie wichtig eine gute digitale Gesundheitskompetenz sei: Sie entscheide »mit darüber, ob wir gesund leben, Risiken für die Gesundheit vermeiden und Verhaltensweisen stärken, die der Gesundheit guttun.« Mit ihrem neuen Präventionsprojekt DURCHBLICKT! will die Kasse darum im schulischen Bereich gezielt für mehr digitale Gesundheitskompetenz sorgen.

## Orientierungshilfe im digitalen Dickicht

Der Gesetzgeber hat die Krankenkassen mit der Einführung des Digitale-Versorgung-Gesetzes (DVG) bereits 2019 dazu verpflichtet, die digitale Gesundheitskompetenz ihrer Versicherten zu fördern und sie zum Beispiel im Umgang mit Gesundheits-Apps oder der elektronischen Patientenakte zu schulen. Denn eine höhere digitale Gesundheitskompetenz geht mit einer Reihe von Vorteilen einher: von einem besseren Gesundheitszustand und einer häufigeren Inanspruchnahme von Vorsorgeuntersuchungen bis hin zu einer souveräneren Nutzung des Gesundheitssystems. ◻

**Dr. Silke Heller-Jung**  
ist freie Journalistin  
und hat in Frechen  
ein Redaktionsbüro  
für Gesundheitsthemen.  
redaktion@heller-jung.de

