

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 1/8

Sie können seit Oktober 2020 Ihr ärztliches Behandlungsspektrum durch die sogenannte „App auf Rezept“ (DiGA) ergänzen. Derzeit gibt es 28 DiGA (vorläufig und auch dauerhaft aufgenommen), welche Sie verschreiben können. Diese sind im BfArM-Verzeichnis zu finden und werden fortlaufend aktualisiert.

## Allgemeine Informationen, die für alle DiGA gelten:

- Sie können als Ärzt\*in oder Psychotherapeut\*in nur solche DiGA erstatten lassen, welche im DiGA-Verzeichnis des BfArM gelistet sind (<https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis>)
- Verordnung einer DiGA, wenn diese als sinnvolle Unterstützung für die Behandlung der Patient\*in bewertet werden.
- Verwendung von Verordnungsvordruck (Muster 16) zur Verschreibung einer DiGA unter Angabe der zugeordneten Pharmazentralnummer (PZN). Damit ändert sich der gewohnte Arbeitsablauf zur Verordnung von Arzneimitteln nicht.
- Derzeit sind keine DiGA-Höchstverordnungsmengen pro versicherte Person festgelegt.
- Pro Rezeptblatt darf nur eine DiGA verordnet werden.

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Atemwege</b>			
Kaia COPD: Meine aktive COPD Therapie (vorerst bis 25.6.24)	Bewegungselemente, Edukation sowie Entspannungs- und Atemtechniken bei COPD	App	• Aktuelle Version von Android oder iOS
<b>Geschlechtsorgane, Nieren und Harnwege</b>			
Endo-App	Selbstmanagement verbessern durch Tagebuch für Symptome, Aktivitäten, Übungen, Behandlungen sowie wissensvermittelnde Elemente	App	• Aktuelle Version von Android oder iOS
Kranus Edera	Ganzheitliche Behandlung von Erektionsstörungen und ihren Ursachen	App	• Aktuelle Version von Android oder iOS • Mindestanforderungen an Handy: Bildschirm, Lautsprecher (Kopfhörer optional), Internet
<b>Herz und Kreislauf</b>			
Actensio (vorerst bis 29.12.24)	Behandlung von Hypertonie (Bluthochdruck) durch Edukation zu Ernährung, Bewegung und Stressmanagement	App, Webanwendung	• Aktuelle Version von Android oder iOS • Oder internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version
ProHerz (vorerst bis 14.5.24)	Selbstmanagement, Monitoring und Frühwarnsystem für Herzinsuffizienzpatient*innen	App	• Aktuelle Version von Android oder iOS
Vantis KHK und Herzinfarkt (vorerst bis 18.1.25)	Personalisierte Einheiten für Ernährung, Bewegung und Erholung sowie Unterstützung Blutdruckmessung und Medikamententherapie	App	• Aktuelle Version von Android oder iOS

Stand: Mai 2024

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 2/8

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Hormone und Stoffwechsel</b>			
Glucura Diabetes-therapie (vorerst bis 10.1.25)	Personalisierte Ernährungsanpassungen sowie Ansätze zur Lebensstilmodifikation	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
HelloBetter Diabetes und Depression	Psychologische Therapie bei depressiven Diabetes Typ 1 oder Typ 2 Patient*innen durch Psychoedukation und kognitive Verhaltenstherapie	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version</li> </ul>
Mebix (vorerst bis 13.7.24)	Therapiebegleitung sowie tertiäre Prävention für Personen mit Diabetes Typ 2	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Oviva Direkt für Adipositas	Behandlung von ernährungsbedingten Erkrankungen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Una Health für Diabetes (vorläufig bis 8.2.25)	Therapiebegleitung für Selbstmanagement mit individueller Ernährungs- und Verhaltensempfehlungen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Vitadio	Diabeteskontrolle sowie Verbesserung von Selbstmanagement und Lebensstil	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
zanadio	Behandlung von starkem Übergewicht durch Veränderung der Gewohnheiten in den Bereichen, Bewegung, Ernährung sowie weiteren Verhaltensweisen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• E-Mail-Adresse</li> <li>• WLAN- oder Bluetooth-Verbindung</li> <li>• Unterstützung der Anbindung folgender Geräte: Fitbit, Garmin, Polar, Misfit, Withings, OmronConnect, Suunto, Oura und iHealth</li> <li>• Es können Daten aus folgenden Applikationen übernommen werden: MyFitnessPal, Strava, Runtastic, GoogleFit</li> <li>• Wir raten von der Anbindung von Trackern via Drittapplikationen ab</li> </ul>
<b>Krebs</b>			
Optimune (vorerst bis 13.7.24)	Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie bei Belastungsempfinden durch Brustkrebsbehandlung	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version</li> </ul>
PINK! Coach	Stärkung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität und Gesundheitskompetenz bei Brustkrebserkrankung	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Untire (vorerst bis 24.12.24)	Reduzieren von Erschöpfung bei Brustkrebspatient:innen durch kognitive Verhaltenstherapie, Akzeptanz- und Commitment-Therapie, Psychoedukation sowie Achtsamkeitsübungen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 3/8

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Muskeln, Knochen und Gelenke</b>			
companion patella powered by mediated by Dt. Kniegesellschaft	Individualisierte Therapieinhalte zur Behandlung von vorderem Knieschmerz	Webanwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version und minimaler Auflösung von 360 x 640</li> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
HelloBetter ratiopharm chronischer Schmerz	Online-Programm zur anhaltenden Reduktion der Schmerzbeeinträchtigung bei Menschen mit chronischen Schmerzen	Webanwendung und ggf. App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computer oder Laptop mit aktueller Browser-Version</li> <li>• Ggf. aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Kaia Rückenschmerzen – Rückentraining für Zuhause	Angepasste multimodale Therapie für nicht-spezifische Kreuzschmerzen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Mawendo	Trainingsprogramme zur Behandlung von Erkrankungen der Kniescheibe (Patella)	Webanwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version</li> </ul>
Orthopy bei Knieverletzungen (vorerst bis 8.9.24)	Wissensbeiträge, physiotherapeutische Heim-Trainingspläne, Übungen und Darstellung des Therapiefortschritts bei einem Riss des vorderen Kreuzbandes und/oder Meniskus-schädigungen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Re.flex (vorerst bis 28.5.24)	Sport- und Bewegungstherapie zur Behandlung von Gonarthrose	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von iOS oder iPad OS</li> </ul>
Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen (vorerst bis 20.4.25)	Kognitive Verhaltenstherapie und Dokumentation	App, Webanwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Oder internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version</li> </ul>
Vivira	Trainingsprogramm zur Behandlung von Rücken-, Knie- und Hüftschmerzen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Stabiler Breitband-Internetanschluss</li> <li>• E-Mail-Adresse</li> </ul>

Stand: Mai 2024

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 4/8

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Nervensystem</b>			
Elevida	Unterstützung für Patient*innen von Multipler Sklerose mit gleichzeitiger Fatigue	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computer, Laptop, Smartphone oder Laptop mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service</li> </ul>
HelloBetter Schlafen (vorerst bis 17.12.24)	Interaktives psychologisches Therapieprogramm zur Reduktion insomnischer Beschwerden	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version</li> </ul>
Levidex (vorerst bis 6.1.25)	Methoden und Techniken der Kognitiven Verhaltenstherapie bei Multipler Sklerose	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version</li> </ul>
sinCephalaea - Migräneprophylaxe (vorerst bis 9.8.24)	Anfallsprophylaxe für Migräne durch personalisierte Ernährungsvorschläge und Lebensstilveränderungen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
<b>Ohren</b>			
Kalmeda	Therapie bei chronischer Tinnitusbelastung	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Stabile Internetverbindung</li> </ul>
Meine Tinnitus App – Das digitale Tinnitus Counseling	Psycho-Edukation und Anleitung zum Selbstmanagement bei Tinnitus	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Bildschirmdiagonale 4,7“ und höher</li> </ul>

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 5/8

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Psyche</b>			
deprexis	Kognitive Therapieunterstützung von Patienten mit Depressionen und depressiven Verstimmungen	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computer, Laptop, Smartphone oder Laptop mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service</li> <li>• Bandbreite von 192 kBit/s</li> </ul>
Edupression	Psychoedukation und Selbsthilfe durch Elemente der kognitiven Verhaltenstherapie bei Depression	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
Elona therapy Depression (vorerst bis 25.12.24)	Unterstützung der Behandlung von unipolarer Depression durch Interventionen, Aktivitäten, Übungen und Psychoedukation	App oder Webanwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS oder</li> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
HelloBetter Panik	Interaktives psychologisches Therapieprogramm zur Behandlung von Panikstörung und Agoraphobie mit Panikstörung	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
HelloBetter ratiopharm chronischer Schmerz	Online-Programm zur anhaltenden Reduktion der Schmerzbeeinträchtigung bei Menschen mit chronischen Schmerzen	Web-anwendung und ggf. App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computer oder Laptop mit aktueller Browser-Version</li> <li>• Ggf. aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
HelloBetter Schlafen (vorerst bis 17.12.24)	Kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I)	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
HelloBetter Vaginismus Plus	Edukation und Übungsanweisungen für verbesserte vaginale Penetrationsfähigkeit bei Vaginismus und Dyspareunie	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
Invirto- Die Therapie gegen Angst	Kognitive Verhaltenstherapie mit Expositionstraining bei einer Agoraphobie, Panikstörung oder sozialen Phobie	App, VR-Brille und Kopfhörern	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Stabile Internetverbindung</li> </ul>

- weiter auf der nächsten Seite -

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 6/8

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Psyche</b>			
Mindable: Panikstörung und Agoraphobie	Kognitive Verhaltenstherapie bei einer Panikstörung und Agoraphobie	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Smartphone oder Tablet</li> <li>• E-Mailadresse</li> <li>• Stabile Internetverbindung</li> </ul>
Mindable: Soziale Phobie (vorerst bis 10.12.24)	Angstbewältigung durch Übungen der kognitiven Verhaltenstherapie	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
MindDoc Auf Rezept (vorerst bis 7.2.25)	Beobachten des Befindens um eigenständige Strategien aus Kursen anzuwenden	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
My7steps App (vorerst bis 16.12.24)	Reduzierung psychischer Beschwerden bei Depressionen	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• Stabile Internetverbindung</li> </ul>
NeuroNation MED (vorerst bis 12.5.24)	Kognitives Training sowie Übungen zur geistigen und körperlichen Entspannung	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
NichtraucherHelden-App	Behandlung und Linderung einer diagnostizierten Tabakabhängigkeit	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Stabile Internetverbindung</li> </ul>
Novego: Ängste überwinden (vorerst bis 23.3.2025)	Methoden kognitiver Verhaltenstherapie sowie Psychoedukation bei Agoraphobie, soziale oder spezifische Phobien, Panikstörungen	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang und Tonausgabefunktion sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• PDF-Reader</li> </ul>
Novego: Depressionen bewältigen	Methoden der Kognitiven Verhaltenstherapie sowie Psychoedukation bei Depressionen	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang und Tonausgabefunktion sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• PDF-Reader</li> </ul>
priovi – digitale Unterstützung der Borderline-Behandlung	Methoden und Übungen der kognitiven Verhaltenstherapie bei Borderline	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS oder</li> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
Selfapys Online-Kurs bei Binge-Eating-Störung	Methoden und Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie bei Essstörungen	Web-anwendung und App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>

- weiter auf der nächsten Seite -

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 7/8

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Psyche</b>			
Selfapys Online-Kurs bei Bulimia Nervosa	Methoden und Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie sowie Dokumentation von Übungen	Web-anwendung und App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS oder</li> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
Selfapys Online-Kurs bei chronischen Schmerzen	Kognitive Verhaltenstherapie und Dokumentation	App, Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Oder internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version</li> </ul>
Selfapys Online-Kurs bei Depression	Kognitive Verhaltenstherapie bei einer Depression	Web-anwendung und App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version, E-Mail-Adresse</li> </ul>
Selfapys Online-Kurs bei Generalisierter Angststörung	Kognitive Verhaltenstherapie bei einer Generalisierten Angststörung	Web-anwendung und App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• E-Mail-Adresse</li> </ul>
Smoke Free – Rauchen aufhören (vorerst bis 28.1.25)	Techniken zur Änderung des Gesundheitsverhaltens durch psychologische Theorien bei Tabakabhängigkeit	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
somnio	Kognitive Verhaltenstherapie zur Behandlung von Ein- und Durchschlafstörungen (Insomnie)	App oder Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• E-Mail-Adresse</li> <li>• Neben grundlegenden Computer- und Internetkenntnissen gibt es keine spezifischen Anforderungen</li> </ul>
velibra	Methoden und Übungen der Kognitiven Verhaltenstherapie bei einer generalisierten Angststörung, einer Panikstörung mit oder ohne Agoraphobie und einer sozialen Angststörung	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service</li> <li>• Keine speziellen Computerkenntnisse erforderlich</li> </ul>
vorvida	Unterstützung beim Management des gesundheitsschädlichen Trinkverhaltens und Reduzierung der Trinkmenge	Web-anwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computer, Laptop, Smartphone oder Laptop mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• E-Mail-Adresse und optional eine Mobilnummer für den SMS-Service</li> <li>• Bandbreite von 192 kBit/s</li> </ul>

Stand: Mai 2024

# Aktuelle digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) - 8/8

Name	Funktion	Art	Technische Nutzungsvoraussetzungen des Herstellers
<b>Sonstiges (z.B. Burnout)</b>			
HelloBetter Stress und Burnout	Ziel der anhaltenden Minderung der Stressbeanspruchung in Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebens- und Arbeitsbewältigung	Web-anwendung, optional App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computer, Laptop, Smartphone oder Laptop mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> </ul>
Neolexon Aphasie	Übungen für logopädisches Training bei Aphasie oder Sprechapraxie	Web-anwendung oder App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerät mit Internetzugang sowie aktuelle Browser-Version</li> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Geräte müssen mit Mikrofon und Lautsprecher ausgestattet sein, alternativ externes Mikrofon/Headset</li> </ul>
<b>Verdauung</b>			
Cara Care für Reizdarm	Therapie des Reizdarmsyndroms	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> <li>• Stabile Internetverbindung</li> </ul>
<b>Verletzungen</b>			
companion patella powered by mediated by Dt. Kniegesellschaft	Individualisierte Therapieinhalte zur Behandlung von vorderem Knieschmerz	Webanwendung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetfähiges Endgerät mit aktueller Browser-Version und minimaler Auflösung von 360 x 640</li> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>
Orthopy bei Knieverletzungen (vorerst bis 8.9.24)	Wissensbeiträge, physiotherapeutische Heim-Trainingspläne, Übungen und Darstellung des Therapiefortschritts bei einem Riss des vorderen Kreuzbandes und/oder Meniskus-schädigungen	App	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelle Version von Android oder iOS</li> </ul>