

Projekt „HealthApps4Teens“: mehr digitale Gesundheitskompetenz für Jugendliche

Die APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft und das Leibniz-Institut für Medienforschung / Hans-Bredow-Institut haben Gesundheits-Apps für Jugendliche sowie das diesbezügliche Nutzungsverhalten von Teenagern unter die Lupe genommen. Das gemeinsame Projekt „HealthApps4Teens“ wurde von der Techniker Krankenkasse (TK) gefördert. Auf Basis der Studienergebnisse entstand das neue, interaktive Tool „Check die App“, das es Jugendlichen ermöglicht, Qualität und Sicherheit von Gesundheits-Apps besser einschätzen zu können.

Ob Ernährung, Fitness, Schlafverhalten oder Stressmanagement: Spätestens mit Einsetzen der Pubertät beginnen viele Jugendliche, sich für Gesundheitsfragen zu interessieren. In einer Phase, die durch zahlreiche körperliche und psychische Veränderungen, aber auch durch sozialen Druck geprägt ist, gewinnen digitale Gesundheitsangebote als Informationsquelle und als Möglichkeit zur Selbstoptimierung zunehmend an Bedeutung.

Studie zum Thema Gesundheits-Apps für Jugendliche

Auch für Jugendliche wird bereits eine Vielzahl an Gesundheits-Apps angeboten. Aber sind diese tatsächlich auf die Bedürfnisse junger Menschen zugeschnitten? Wie gestaltet sich die Suche nach spezifischen gesundheits- und altersbezogenen Angeboten? Was ist mit dem Datenschutz? Und wie steht es um die Qualitätstransparenz – ist es den Jugendlichen überhaupt möglich, eine gute Auswahl treffen?

Diesen und weiteren Fragen gingen das Leibniz-Institut für Medienforschung / Hans-Bredow-Institut unter der Leitung von Dr. Claudia Lampert sowie die APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft unter der Leitung von Prof. Dr. Viviane Scherenberg im Rahmen einer von der TK geförderten Studie auf den Grund. Es wurde unter anderem untersucht, welchen Stellenwert Gesundheits-Apps für 12- bis 17-Jährige haben und was die jungen Leute vorfinden, wenn sie im App-Store nach gesundheitsbezogenen Apps suchen.

Der „HealthApps4Teens-Report“ brachte dabei einige Defizite zum Vorschein. „Es werden immer mehr gute, aber auch qualitativ schlechte Gesundheits-Apps auf dem unübersichtlichen Markt angeboten. Deshalb ist es sehr wichtig, dass auch Jugendliche mehr digitale Gesundheitskompetenz erlangen“, resümiert Prof. Dr. Viviane Scherenberg von der APOLLON Hochschule.

Interaktives Tool zur Orientierung im App-Dschungel

Ein Schritt auf dem Weg dorthin ist das neue interaktive Tool „Check die App“ der TK. Für die Entwicklung der praktischen Online-Checkliste, die auf der Internetseite der TK zu finden ist, wurden die Ergebnisse des „HealthApps4Teens-Reports“ genutzt. Insgesamt acht Fragen helfen den Jugendlichen dabei, einen besseren Überblick über den App-Dschungel zu bekommen und die Qualität von Gesundheits-Apps besser einzuschätzen zu können. Im Mittelpunkt stehen die drei Themenfelder „Nutzen für die eigene Gesundheit“, „Datenschutz und -sicherheit“ sowie „Qualität und Kosten“. Zusätzlich wird ein Online-Wissenstest angeboten, mit dessen Hilfe Wissen über Nutzen, Qualität und Sicherheit von Gesundheits-Apps überprüft und erweitert werden kann. So wird es Jugendlichen ermöglicht – allein oder gemeinsam mit ihren Eltern – abzuwägen, ob die

ausgewählte Gesundheits-App geeignet ist und ob die App grundlegende qualitative Ansprüche erfüllt.

Hier geht es zum Tool „Check die App“: <https://tk-checkdieapp.de/ueber18/start.php>

„HealthApps4Teens-Report“:

<https://www.tk.de/resource/blob/2101504/ae883e8a876f22a63cfbf118505e9e32/healtha...>

Weitere Informationen:

<https://www.apollon-hochschule.de>