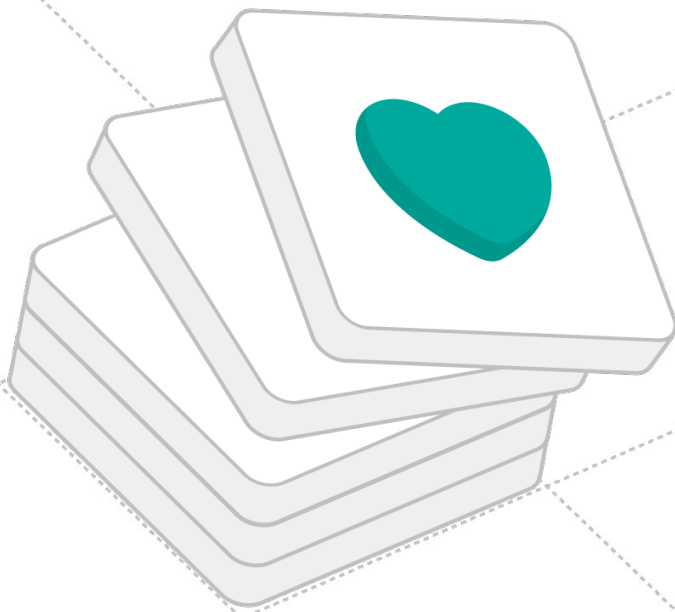




Digitale Gesundheitsanwendungen

Steigende Bekanntheit und hohe Akzeptanz in der Bevölkerung

Digitale Gesundheitsanwendungen 2025:

Steigende Bekanntheit und hohe Akzeptanz in der Bevölkerung

Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) etablieren sich zunehmend als Teil der Gesundheitsversorgung in Deutschland. Dies zeigt eine repräsentative Befragung in der deutschen Bevölkerung: Die Bekanntheit von DiGA ist in den letzten Jahren deutlich gestiegen, gleichzeitig wächst auch das Interesse, diese digitalen Behandlungsoptionen zu nutzen.

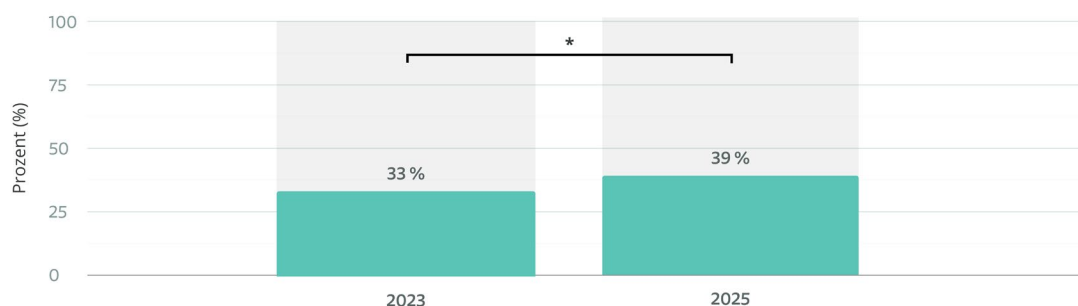
Gestiegene Bekanntheit von DiGA

Immer mehr Menschen sind mit der jungen Versorgungsform der digitalen Gesundheitsanwendungen auf verschiedene Weise in Berührung gekommen. So geben 39% (2023: 33%) an, dass sie „Digitale Gesundheitsanwendungen“ (DiGA) bzw. „App auf Rezept“ kennen. Das entspricht mit einer relativen Zunahme etwa 18% einen Erfolg dar

Kennen Sie sogenannte „Digitale Gesundheitsanwendungen“ (DiGA), auch bekannt als „App auf Rezept“?

Anteil der Teilnehmenden, die von einer DiGA gehört haben

(N=2000)



* Signifikanter Unterschied ($p < .05$) zwischen 2023 und 2025

Antwortoptionen:

(1) Nein, davon habe ich noch nie gehört, (2) Ich habe schonmal davon gehört, aber ich kann mir nichts Genaues darunter vorstellen, (3) Ja, ich kenne mich mit DiGA aus, (4) Ja, ich habe selbst auch schon eine DiGA genutzt.

Trotz dieses Erfolgs sind DiGA bei ca. 61% weiterhin nicht bekannt. Eine systematischere Aufklärung durch alle Akteure im Gesundheitssystem könnte dazu beitragen, dass mehr Menschen von den Möglichkeiten digitaler Gesundheitsanwendungen erfahren und diese bei Bedarf auch nutzen können.

DiGA zeigen breite gesellschaftliche Reichweite

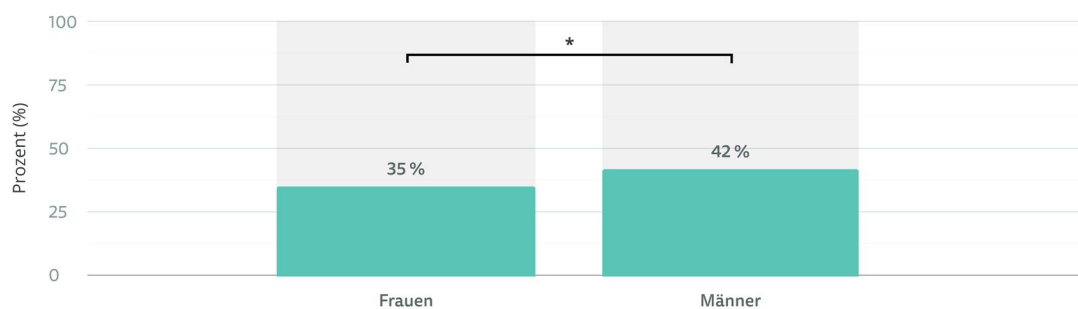
Um die Frage der Bekanntheit differenzierter zu betrachten, lohnt sich ein Blick auf soziodemografische Faktoren. Insgesamt zeigt sich dabei: DiGA erreichen verschiedene gesellschaftliche Gruppen unterschiedlich gut.

Betrachtet man die geschlechtsspezifischen Unterschiede bei der Frage nach der Bekanntheit von DiGA näher, zeigen sich signifikante Unterschiede zwischen Männern und Frauen: Während 35% der Frauen angeben, von DiGA zumindest schon einmal gehört zu haben, sind es bei den Männern 42%.

Kennen Sie sogenannte „Digitale Gesundheitsanwendungen“ (DiGA), auch bekannt als „App auf Rezept“?

Anteil der Teilnehmenden, die von einer DiGA gehört haben

(N=2000)



* Signifikanter Unterschied ($p < .05$) zwischen Frauen und Männern

Antwortoptionen:

(1) Nein, davon habe ich noch nie gehört, (2) Ich habe schonmal davon gehört, aber ich kann mir nichts Genaues darunter vorstellen, (3) Ja, ich kenne mich mit DiGA aus, (4) Ja, ich habe selbst auch schon eine DiGA genutzt.

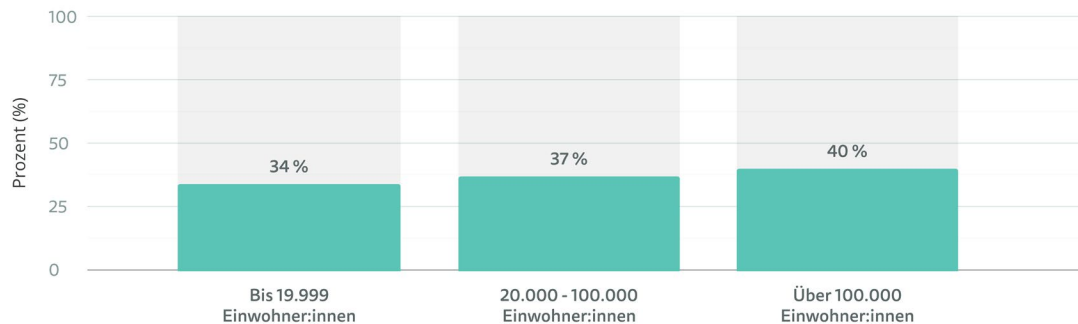
Ein positiver Aspekt zeigt sich in der ausgewogenen geografischen Verteilung der Bekanntheit: Sowohl Menschen in Städten als auch in ländlichen Gegenden kannten DiGA gleichermaßen häufig. Das birgt enormes Potenzial in der Unterstützung von Patient:innen durch DiGA, gerade angesichts oft schlechterer Versorgungsstrukturen auf dem Land (Cirkel et al. 2023; Schmidt et al. 2018).

Digitale Gesundheitsanwendungen

Kennen Sie sogenannte „Digitale Gesundheitsanwendungen“ (DiGA), auch bekannt als „App auf Rezept“?

Anteil der Teilnehmenden, die von einer DiGA gehört haben

(N=2000)



Antwortoptionen:

(1) Nein, davon habe ich noch nie gehört, (2) Ich habe schonmal davon gehört, aber ich kann mir nichts Genaues darunter vorstellen, (3) Ja, ich kenne mich mit DiGA aus, (4) Ja, ich habe selbst auch schon eine DiGA genutzt.

DiGA erreichen auch unterschiedliche Altersgruppen. Hier zeigen sich statistisch signifikante, jedoch insgesamt kleine Unterschiede:

Die Generation Z (18–29 Jahre) sticht mit 51 % besonders hervor und zeigt eine höhere DiGA-Bekanntheit im Vergleich zu allen älteren Generationen. Diese unterscheiden sich ebenfalls signifikant untereinander, die Generation Y (30–44 Jahre) liegt mit 42 % vor der Generation X (45–59 Jahre, 36 %), die wiederum vor den sogenannten „Baby Boomern“ liegt (60–75 Jahre, 29 %).

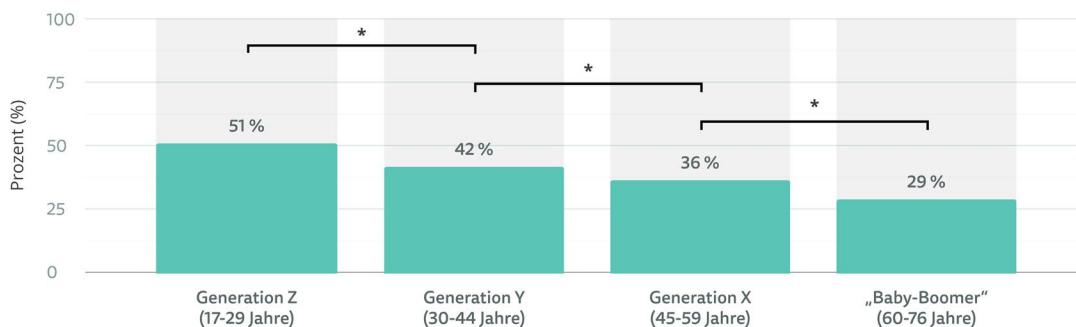
Die niedrigere Bekanntheit bei den älteren Generationen lässt sich möglicherweise durch unterschiedliche Informationsgewohnheiten (z.B. weniger Internetnutzung) sowie die Zielgruppenausrichtung der DiGA-Anbieter auf jüngere Zielgruppen erklären.

Digitale Gesundheitsanwendungen

Kennen Sie sogenannte „Digitale Gesundheitsanwendungen“ (DiGA), auch bekannt als „App auf Rezept“?

Anteil der Teilnehmenden, die von einer DiGA gehört haben

(N=2000)



* Signifikante Unterschiede ($p < .05$) zwischen allen aufeinanderfolgenden Generationen

Antwortoptionen:

(1) Nein, davon habe ich noch nie gehört, (2) Ich habe schonmal davon gehört, aber ich kann mir nichts Genaues darunter vorstellen, (3) Ja, ich kenne mich mit DiGA aus, (4) Ja, ich habe selbst auch schon eine DiGA genutzt.

DiGA erreichen also bereits ein breites Spektrum an Menschen. Gleichzeitig sind besonders Frauen und ältere Zielgruppen noch vergleichsweise schlechter informiert. Insgesamt besteht weiterhin das Potenzial, mehr Menschen auf das Angebot aufmerksam zu machen.

Aufklärungsarbeit, die direkt von den Krankenkassen an ihre Versicherten gerichtet ist, hat sicherlich das größte Potenzial, eine überregionale, alters- und geschlechtsunabhängige Verbreitung der Bekanntheit zu erreichen.

Zunehmende Offenheit für DiGA auch im psychischen Bereich

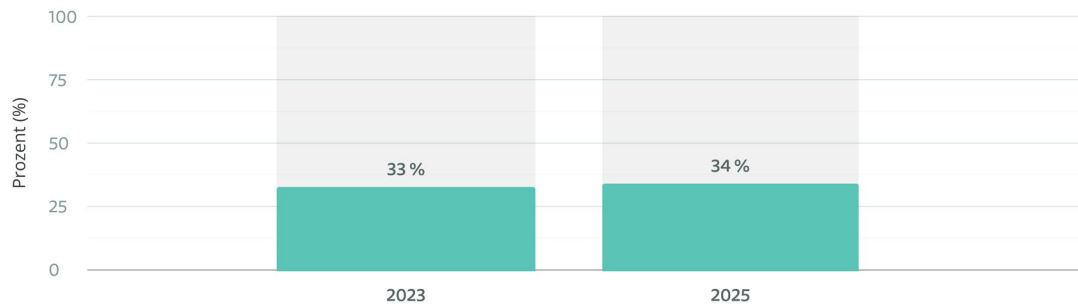
Mit Blick auf die hohe Relevanz psychischer Erkrankungen im DiGA-Portfolio (zum Zeitpunkt der Veröffentlichung adressieren 29 der 57 zugelassenen DiGA psychische Störungsbilder) wurde die Akzeptanz gegenüber DiGA in diesem Bereich gesondert untersucht. Die Ergebnisse sind vielversprechend: Die Bereitschaft, DiGA bei psychischen Belastungen zu nutzen, liegt bei über einem Drittel aller Befragten, unabhängig vom aktuellen Vorliegen psychischer Beschwerden. Diese Zahl blieb im Jahresvergleich weitestgehend stabil (2023: 33%, 2025: 34%)

Dieser relativ große Anteil von Menschen, der offen gegenüber einer DiGA-Nutzung eingestellt ist, ist besonders bedeutsam, da der Bereich

Könnten Sie sich vorstellen, bei psychischer Belastung eine „DiGA“ auszuprobieren?

Anteil der Antworten „Auf jeden Fall“ oder „Eher ja“

(N=2000)



Antwortoptionen:

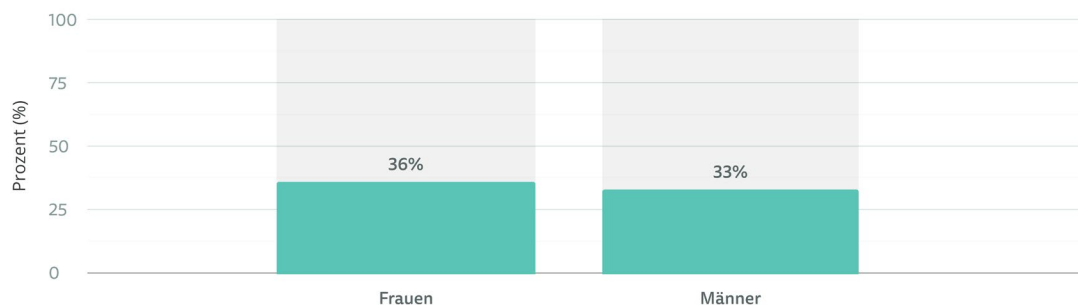
(1) Auf jeden Fall, (2) Eher ja, (3) Neutral, (4) Eher nicht, (5) Auf gar keinen Fall, (6) Keine Angabe

psychotherapeutischer Behandlung aufgrund massiver Versorgungsengpässe eine hohe Versorgungsrelevanz darstellt (BPtK 2018; BPtK 2023). DiGA können hier maßgeblich unterstützen. Allein für Depression, eines der häufigsten psychischen Störungsbilder, stehen derzeit sechs verschiedene DiGA zur Verfügung. Die steigende Akzeptanz digitaler Interventionen in diesem sensiblen Versorgungsbereich deutet auf ein wachsendes Vertrauen in die Qualität und Wirksamkeit von DiGA hin.

Könnten Sie sich vorstellen, bei psychischer Belastung eine „DiGA“ auszuprobieren?

Anteil der Antworten „Auf jeden Fall“ oder „Eher ja“

(N=2000)



Antwortoptionen:

(1) Auf jeden Fall, (2) Eher ja, (3) Neutral, (4) Eher nicht, (5) Auf gar keinen Fall, (6) Keine Angabe

Der Geschlechtervergleich zeigt ein interessantes Muster: Obwohl DiGA bei Männern bekannter sind als bei Frauen, zeigen sich in der Offenheit, eine DiGA bei einer psychischen Erkrankung zu nutzen, keine signifikanten Unterschiede zwischen Männern und Frauen (33%, 36%). DiGA stellen damit eine vielversprechende Möglichkeit dar, insbesondere Männer mit einem niedrigschwelligen psychotherapeutischen Angebot zu erreichen.

Fazit und Ausblick

Die Befragungsergebnisse von 2025 stimmen optimistisch: Digitale Gesundheitsanwendungen etablieren sich zunehmend als Bestandteil der Gesundheitsversorgung. Die gestiegene Bekanntheit über alle Bevölkerungsgruppen hinweg und die wachsende Offenheit, besonders im wichtigen Bereich der psychischen Gesundheit, legen nahe, dass DiGA ihr Potenzial als niedrigschwellige, qualitätsgesicherte Versorgungsoption weiter entfalten werden.

Gleichzeitig besteht weiterhin großer Handlungsbedarf. Damit diese Versorgungsform einer großen Mehrheit der Versicherten bekannt wird, bedarf es auf mehreren Ebenen gezielter Aufklärung. Dafür braucht es neben der andauernden Arbeit der DiGA-Unternehmen auch die Mithilfe anderer Akteur:innen im Gesundheitssystem. So können Berufsverbände und Kammern sowie Interventionen und Qualitätszirkel helfen, die Bekanntheit von DiGA unter Ärzt:innen und Psychotherapeut:innen zu erhöhen, welche im Anschluss wiederum als wichtige Anlaufstelle für die Patient:innen dienen. Diese selbst können in Patient:innenverbänden, im aktiven Austausch mit anderen Betroffenen oder in Selbsthilfegruppen die Bekanntheit von DiGA steigern, insbesondere sollten sie aber auch motiviert werden, mit den behandelnden Fachpersonen über ihre Erfahrungen mit DiGA zu sprechen. Letztendlich birgt jedoch die aktive Ansprache der eigenen Versicherten durch Krankenkassen das größte Potenzial, alters-, orts- und geschlechtsunabhängig über DiGA aufzuklären. Dieses Potenzial sollte genutzt werden, um Patient:innen weiter zu unterstützen.

Quellen:

Schmidt, U. et al. (2018). Zufriedenheit mit der Gesundheitsversorgung: Gibt es strukturelle Unterschiede? Zeitschrift für Wirtschaftspolitik (ZfW), Ausgabe 03/18.

Cirkel, M., Cramer, E. & Enste, P. (2023). Bedarfsgerechte gesundheitliche Versorgung im ländlichen Raum – Neue Chancen und Herausforderungen. Forschung aktuell, 11/2023.
<https://doi.org/10.53190/fa/202311>

Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) (2018). Ein Jahr nach der Reform der Psychotherapie-Richtlinie. Wartezeiten 2018. Berlin. https://www.bptk.de/wp-content/uploads/2019/01/20180411_bptk_studie_wartezeiten_2018.pdf

Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) (2023). Hintergrundpapier Weiterentwicklung der psychotherapeutischen Versorgung. Berlin. https://api.bptk.de/uploads/20230713_bptk_hintergrundpapier_weiterentwicklung_psychotherapeutischen_versorgung_d38b567ee6.pdf

Datengrundlage: Repräsentative Befragung unter der deutschen Bevölkerung (N=2000), durchgeführt vom Marktforschungsunternehmen IPSOS im Auftrag von GET.ON Institut für Online Gesundheitstrainings GmbH, Erhebungszeitraum: 3. bis 6. September 2024

.