



Q&A Untire

Wofür steht CRF?

CRF steht für Cancer-Related Fatigue, zu Deutsch krebsbedingte Fatigue. Sie ist die häufigste Nebenwirkung von Krebstherapien und kann Patient:innen auch noch lange nach Abschluss einer Krebsbehandlung belasten. Symptome von CRF sind anhaltende Erschöpfung, Schwächegefühl und Energiemangel. CRF wirkt sich auf das tägliche Leben der Patient:innen aus und verringert deren Lebensqualität. Langfristig kann CRF sich negativ auf die psychische Gesundheit der Betroffenen auswirken.

Wie funktioniert die Therapie mit der Untire-App?

Die Patient:innen bewerten ihr Wohlbefinden und absolvieren danach in selbstbestimmtem Tempo ein Programm aus stressreduzierende Übungen, Bewegung, Tipps für den Alltag und Informationen zu Erschöpfung, Ängsten, Sorgen, Grenzen, Schlaf, Selbstpflege und Ernährung.

Wie wirksam ist die digitale Therapie?

Der positive Effekt der Untire-App ist wissenschaftlich belegt. Bei regelmäßiger Nutzung können die CRF-Symptome deutlich gelindert und die Lebensqualität der Betroffenen verbessert werden.

Wer kann die Untire-App nutzen?

Die Untire-App kann allen Krebspatient:innen, unabhängig von Diagnose, Phase der Behandlung oder Alter helfen, gegen ihre CRF vorzugehen. Nach der ersten Krankheits- und Behandlungsperiode ist der Nutzen der App erwiesenermaßen besonders hoch.

Was kann gegen die Nutzung der Untire-App sprechen?

Vor der Nutzung der Untire-App sollten Patient:innen den Kontakt zu ihrer Ärztin oder ihrem Arzt suchen, um zu besprechen, ob ihre Erschöpfungserscheinungen medizinische Ursachen haben. Außerdem sollten psychische Probleme begleitend zur Nutzung der Untire-App behandelt werden.

Ist die App ein Medizinprodukt?

Die Untire-App ist ein zertifiziertes Medizinprodukt und trägt das CE-Siegel sowie das TÜV-Rheinland-Prüfsiegel.

Auf welchen Geräten kann die Untire-App genutzt werden?

Für die Nutzung der Untire-App wird ein Smartphone oder ein Tablet benötigt. Eine Desktop-Version der App gibt es bislang nicht. Untire ist kompatibel mit Android und iOS.

**Wo ist die App erhältlich?**

Untire steht auf allen gängigen App Stores (Google Play, Apple App Store) zum Download zur Verfügung.

Was kostet die App?

Die Untire-App soll zukünftig als DiGA (Digitale Gesundheitsanwendung) für alle Versicherten kostenfrei zur Verfügung stehen. Um die DiGA-Zulassung für die Untire-App zu beantragen, führt das Unternehmen Tired of Cancer in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Hans-Peter Zenner eine weitere Studie zur Wirksamkeit der App in Deutschland durch.

Sind personenbezogenen Daten bei Untire sicher?

Die Untire-App folgt den europäischen Datenschutzbestimmungen. Es werden ausschließlich Daten gesammelt, die zur Behandlung von CRF in der App unbedingt benötigt werden. Die Nutzer:innen können alle eingegebenen Daten jederzeit löschen.

Wer hat die Untire-App entwickelt?

Die Untire-App wurde von einem Team aus IT-Entwickler:innen, Forscher:innen und Psychoonkologi:innen in intensiver Zusammenarbeit mit Patient:innen entwickelt.

Ersetzt die App den Gang zum Arzt?

Die Untire-App ersetzt keine ärztliche Behandlung. Vor der Anwendung der App ist die Rücksprache mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt angeraten, um Kontraindikationen und andere Einschränkungen für die Anwendung der App auszuschließen.

In welchen Sprachen steht die Untire-App zur Verfügung?

Die Untire-App steht aktuell in deutscher, niederländischer und englischer Sprache zur Verfügung. Versionen in weiteren Sprachen sind geplant.

Wie oft werden neue Inhalte zur App hinzugefügt?

Die Inhalte der App werden regelmäßig aktualisiert. Allen Inhalten liegen zu jeder Zeit die aktuellen wissenschaftlichen Forschungsergebnisse zugrunde sowie die evidenzbasierten ärztlichen Leitlinien. (deutsche, und NCCN).