

# Checkliste für Gesundheits-Apps

Diese Checkliste hilft Ihnen dabei, die **Vertrauenswürdigkeit von Gesundheits-Apps** einzuschätzen.

- Die Checkliste beinhaltet sechs Punkte, auf die Sie achten sollten, wenn Sie eine Gesundheits-App verwenden möchten.
- Wenn Sie die Fragen mit JA beantworten können, spricht das grundsätzlich für eine vertrauenswürdige App. Ausnahmen sind die Kategorien „Benutzerkonto“ und „Datenschutz“: Hier kann es sowohl Vorteile als auch Nachteile geben. Bitte beachten Sie die jeweiligen Erklärungen in den Spalten „Warum ist das wichtig?“ und „Hilfreiche Tipps“.
- Was ist Ihnen persönlich wichtig? Achten Sie besonders auf diese Kategorien!

Diese Checkliste ist für Sie geeignet, wenn ...

- ... Sie gerne eine Gesundheits-App verwenden möchten.
- ... Sie einschätzen wollen, ob eine Gesundheits-App gewisse Qualitätskriterien erfüllt.
- ... Sie sich zwischen mehreren Gesundheits-Apps entscheiden möchten.







Nähere Informationen zum Thema Gesundheits-Apps finden Sie [hier](#).



Kategorie	Antwort	Warum ist das wichtig?	Hilfreiche Tipps
<b>1</b> <b>Impressum:</b> Hat die App ein Impressum, aus dem der Hersteller der App hervorgeht?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN	In Österreich gibt es gesetzliche Vorgaben zum Impressum, die eingehalten werden müssen.	<ul style="list-style-type: none"><li>Häufig finden Sie das Impressum unter den Einstellungen oder in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der App. <b>!</b> <b>ACHTUNG:</b> Viele Apps haben kein Impressum. Das könnte ein Hinweis sein, dass die App <b>nicht</b> vertrauenswürdig ist.</li><li>Ein Impressum muss jedenfalls folgende Informationen enthalten:<ul style="list-style-type: none"><li>Name bzw. Firma lt. Firmenbuch</li><li>Adresse</li><li>Kontaktinformationen (z.B. E-Mail Adresse oder Telefonnummer)</li></ul></li></ul>
Sind im Impressum vollständige Kontaktinformationen angeführt?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN		
<b>2</b> <b>Benutzerkonto:</b> Müssen Sie ein Konto für die Verwendung der App anlegen?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN	Wenn Sie sich in einer App einloggen müssen, sind Ihre Daten in der Regel durch das Passwort geschützt. Wenn Sie kein Benutzerkonto anlegen müssen, kann das auch ein Vorteil sein. Sie können die App so anonym verwenden.	<ul style="list-style-type: none"><li>Wenn Sie ein Benutzerkonto anlegen müssen, kann der Hersteller Ihre Daten speichern und Ihnen eindeutig zuordnen. Dies trifft speziell dann zu, wenn Sie bei der Registrierung noch weitere persönliche Daten (z.B. Name, Adresse, Telefonnummer, etc.) angeben müssen.</li><li>Wenn Sie sich mit einem Passwort einloggen müssen, kann niemand anders die App unter Ihrem Namen verwenden. <b>💡 TIPP:</b> Verwenden Sie bei Gesundheits-Apps immer ein sicheres Passwort. <a href="#">Hier</a> finden Sie Infos zu sicheren Passwörtern. Verwenden Sie für jede Anwendung ein anderes Passwort.</li></ul>
Können Sie dieses Konto einfach wieder löschen?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN		<ul style="list-style-type: none"><li>Die Funktion zum Löschen des Kontos ist oft schwer zu finden. <b>💡 TIPP:</b> Schauen Sie in den Einstellungen der App nach.</li><li>Es kann sein, dass zusätzliche Schritte zum Löschen des Benutzerkontos notwendig sind, zum Beispiel das Passwort eingeben. <b>!</b> <b>ACHTUNG:</b> Wenn Sie eine App ohne Benutzerkonto löschen oder ein anderes Gerät verwenden, können Ihre Daten verloren gehen.</li></ul>



Kategorie	Antwort	Warum ist das wichtig?	Hilfreiche Tipps
<b>3</b> <b>Datenschutz:</b> Ist angegeben, welche konkreten Daten die App erhebt (z.B. Name, Standort, etc.)?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN	Es gibt gesetzliche Vorgaben zum Datenschutz in Österreich. Diese Vorgaben müssen auch bei Apps eingehalten werden.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie finden die Informationen zum Datenschutz meistens in der Datenschutzerklärung und / oder den Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB).</li><li>• Manchmal finden Sie diese Informationen <b>nicht</b> in der App direkt, sondern im Schritt der Registrierung.</li><li>• In der Datenschutzerklärung müssen die Datenkategorien, die verarbeitet werden, angeführt werden (z.B. Gesundheitsdaten).</li></ul> <p> <b>ACHTUNG:</b> Häufig werden auch Daten verarbeitet, die mit dem Zweck der App nichts zu tun haben (z.B. GPS-Daten bei einer Taschenlampen-App).</p>
Ist angegeben, ob Daten an Dritte weitergegeben werden?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN	Am besten ist es, wenn eine App Ihre Daten nicht an Dritte weitergibt. Wenn Daten an Dritte weitergegeben werden, muss dies jedenfalls angegeben sein.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Häufig nehmen sich App-Anbieter*innen heraus, Daten an Dritte weiterzugeben, sofern es für sie zweckmäßig ist.</li></ul> <p> <b>TIPP:</b> Eine Suche nach dem Wort „Dritte“ leitet Sie zum entsprechenden Absatz.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Werden Daten an Dritte weitergegeben, muss angeführt sein, an wen die Daten übermittelt werden.</li><li>• Häufig werden Daten außerhalb der EU gespeichert und unterliegen damit anderen Datenschutzgesetzen.</li><li>• Wenn Sie nach dem Wort „USA“ suchen, können Sie herausfinden, ob Ihre Daten in den USA gespeichert werden. Dort gelten andere Datenschutzgesetze.</li></ul>
<b>4</b> <b>Kennzeichnung von Werbung:</b> Sind kostenpflichtige Angebote in der App mit „Werbung“ oder „Anzeige“ gekennzeichnet?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN	Werbung muss gekennzeichnet und eindeutig als Werbung erkennbar sein.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Um alle Inhalte der App nutzen zu können, kann ein kostenpflichtiges Abo notwendig sein.</li><li>• Kostenpflichtige Abos in Apps sind oft <b>nicht</b> als Werbung gekennzeichnet.</li><li>• Abo-Angebote können lästig sein und man kann sie oft nur schwer wegklicken.</li><li>• Kostenpflichtige Abos werden oft automatisch verlängert.</li></ul> <p> <b>ACHTUNG:</b> Der Verlängerung wird häufig beim Abschluss des Abos zugestimmt. Lesen Sie immer genau!</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wenn Sie die Kosten verschiedener Apps vergleichen möchten, rechnen Sie immer mit den Gesamtkosten pro Jahr ohne anfängliche Rabatte.</li></ul> <p> <b>TIPP:</b> Achten Sie auf eventuelle Kündigungsfristen und Mindestlaufzeiten!</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Abos können entweder direkt in der App oder auf den Webseiten der Anbieter*innen gekündigt werden.</li></ul>



Kategorie	Antwort	Warum ist das wichtig?	Hilfreiche Tipps
<b>5</b> <b>Funktion der App:</b> Wird die Funktion der App ausreichend beschrieben?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN	Die Funktion einer App ist oft der entscheidende Grund, diese zu verwenden. Daher sollte die Funktion der App zu Ihrem persönlichen Ziel passen.	<ul style="list-style-type: none"><li>Die Beschreibung der App können Sie meistens schon vor dem Herunterladen lesen. <b>!</b> <b>ACHTUNG:</b> Ziele und Zielgruppen der App werden häufig <b>nicht</b> angeführt.</li><li>Achten Sie auf Werbeversprechen in der Beschreibung. Oft werden die Versprechen <b>nicht</b> vollumfänglich umgesetzt. <b>💡</b> <b>TIPP:</b> Prüfen Sie, ob die Funktion der App in dem Land, in dem Sie wohnen, verwendbar ist. Beispielsweise können Apps in der Kategorie „Ernährung“ Datenbanken aus den USA verwenden, die in Österreich <b>nicht</b> verwendbar sind.</li><li>Häufig werden in einer vermeintlich deutsch-sprachigen App auch Inhalte auf Englisch angezeigt.</li></ul>
Entspricht die Beschreibung der Wirklichkeit?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN		
<b>6</b> <b>Informationen:</b> Sind die in der App enthaltenen Informationen wissenschaftlich belegt?	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN	Gesundheitsinformationen sollten gewissen <u>Qualitätskriterien</u> entsprechen. Jedenfalls sollten wissenschaftliche Belege (Quellen) für Behauptungen angeführt sein.	<ul style="list-style-type: none"><li>Achten Sie auf Quellenangaben zu Informationen in der App. <b>!</b> <b>ACHTUNG:</b> Häufig werden <b>keine</b> Quellen für Gesundheitsinformationen, Empfehlungen oder Behauptungen angegeben. Das bedeutet, die Informationen könnten auch frei erfunden sein.</li><li>Achten Sie auf die Aktualität der Gesundheitsinformationen in den Apps. Häufig sind Informationen veraltet und entsprechen <b>nicht</b> mehr dem Stand der Wissenschaft (z.B. bei Ernährungs-Apps).</li></ul>

