

PRESSEMITTEILUNG

**E-Health Interventionen wie Mika helfen Krebspatient:innen**

## **Neue Leitlinie für Psychoonkologie empfiehlt erstmals digitale Therapiebegleitung bei Krebs**

- **Am 2. Juni 2023 hat die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e. V. (AWMF) eine neue Version des Leitlinienprogramms Onkologie veröffentlicht.**
- **Die Leitlinie empfiehlt, dass Patient:innen psychoonkologische E-Health Interventionen zur Verbesserung der Lebensqualität angeboten werden sollten. Eine solche Intervention ist beispielsweise die Mika-App.**
- **Die positive Wirkung der digitalen Therapiebegleitung Mika auf die Lebensqualität und die psychische Belastung von Krebspatient:innen wird durch eine aktuelle Studie bestätigt.**

Berlin, 06. Juni 2023

**„Psychoonkologische E-Health Interventionen sollten Krebspatient:innen unabhängig vom Belastungsgrad zur Verbesserung der Lebensqualität angeboten werden“ [1] – so lautet eine der wichtigsten Erweiterungen der S3-Leitlinie Psychoonkologische Diagnostik, Beratung und Behandlung von erwachsenen Krebspatient:innen. Die neue Version der Leitlinie stärkt damit die Rolle von Digitalen Interventionen / Digital Therapeutics (DTx) in der Versorgung von Krebspatient:innen.**

### **Psychoonkologie im Leitlinienprogramm Onkologie**

Die Leitlinie zur Psychoonkologie erschien erstmals 2014. An der aktuellen Überarbeitung waren 60 Fachgesellschaften und Organisationen, darunter die Deutsche Krebsgesellschaft und die Deutsche Krebshilfe, beteiligt.

„Die Psychoonkologie, synonym auch 'Psychosoziale Onkologie', ist ein eigenes Tätigkeitsfeld (...), das sich mit dem Erleben und Verhalten, den spezifischen Belastungen und Bewältigungsfähigkeiten sowie den sozialen Ressourcen von Krebspatient:innen im Zusammenhang mit ihrer Krebserkrankung, deren Behandlung sowie damit verbundenen Problemlagen befasst“, heißt es in der Einführung der Leitlinie. Sie bezieht sich dabei auch auf die Angehörigen und das soziale Umfeld von Betroffenen. Die Wirksamkeit digitaler Interventionen in diesem Zusammenhang wird in der neuen Fassung der Leitlinie mit einem eigenen Kapitel erstmals deutlich hervorgehoben. Auf der Basis medizinischer

Evidenz empfiehlt die Leitlinie Onkolog:innen, E-Health Interventionen ihren Patient:innen anzubieten zur:

- Verbesserung der Lebensqualität
- Verminderung psychischer Belastung
- Linderung von Depressivität
- Reduktion von Angstgefühlen
- Verringerung von Fatigue (Erschöpfung)

### **Mika – E-Health Intervention und digitale Therapiebegleitung für Krebspatient:innen**

Die Mika-App wurde von dem Berliner HealthTech-Unternehmen Fosanis GmbH in Zusammenarbeit mit Expert:innen des Universitätsklinikums Leipzig (UKL), der Berliner Charité und des Nationalen Centrums für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg entwickelt. Mika ist als Medizinprodukt zugelassen und hat seit 2019 bereits zehntausenden Betroffenen geholfen. Als digitaler Therapiebegleiter unterstützt Mika Patient:innen durch Achtsamkeits- und Resilienzübungen, evidenzbasierte Informationen und vieles mehr. Ein speziell für Krebspatient:innen entwickeltes Yoga-Programm ergänzt das umfangreiche Angebot der App.

Die neue Leitlinie sieht vor, dass „zur Erfassung der psychosozialen Belastung (...) validierte und standardisierte Screeninginstrumente eingesetzt werden“. Dazu zählt das sogenannte Distress-Thermometer (DT). Die Mika-App bietet Patient:innen selbst die Möglichkeit, mithilfe eines solchen Distress-Thermometers die psychosoziale Belastung regelmäßig zu erfassen und zu dokumentieren.

### **Wirksamkeit in aktueller Studie bestätigt**

Die Wirksamkeit der Mika-App wurde kürzlich in einer am Uniklinikum Leipzig durchgeführten wissenschaftlichen Untersuchung bestätigt[2]: Die App-Nutzung kann nachweislich dazu beitragen, die psychische Belastung bei allen Krebsarten durch die Verminderung von stressassoziierten Depressions-, Fatigue- und Angstsymptomen zu lindern. „Eine Krebserkrankung ist in der Regel auf vielen verschiedenen Ebenen eine große Belastung für Betroffene, die ihre allgemeine Lebensqualität oft stark vermindert. Die Mika-App unterstützt Patient:innen dabei, ihren eigenen Weg im Umgang mit der Krankheit zu finden. Mit ihrer Hilfe können Betroffene Achtsamkeit trainieren, Kraftquellen aktivieren und zu innerer Stärke zurückfinden. Daten aus der aktuellen Studie[2] belegen, dass die Nutzung der Mika-App zu einer Linderung der psychischen Belastung führen kann“, **sagt Dr. Aylene Maier, Head of Clinical Affairs bei Mika.**

### **Schnelle Hilfe für alle Krebspatient:innen**

Jährlich sind in Deutschland rund 500.000 Menschen von einer Krebsdiagnose betroffen – mit steigender Tendenz[3]. „Jeder Einzelne durchlebt ein sehr individuelles Schicksal. Neben körperlichen Schmerzen und Beeinträchtigungen leiden die Menschen oft auch psychisch stark unter der Ausnahmesituation. Gerade in diesen Fällen können verlässliche Begleiter und evidenzbasierte Informationsquellen wie Mika eine wichtige Stütze sein“, **sagt Dr. Gandolf Finke, Mika-Gründer und Geschäftsführer der Fosanis GmbH.** Die Mika-App steht in den App Stores kostenlos zum Download bereit und bietet mittlerweile

auch in Großbritannien in einer englischsprachigen Variante Krebspatient:innen schnell und unkompliziert die Möglichkeit, selbst etwas für mehr Lebensqualität und eine geringere psychische Belastung zu tun.

### Schnelle Hilfe für alle Krebspatient:innen

Jährlich sind in Deutschland rund 500.000 Menschen von einer Krebsdiagnose betroffen – mit steigender Tendenz[3]. „Jeder Einzelne durchlebt ein sehr individuelles Schicksal. Neben körperlichen Schmerzen und Beeinträchtigungen leiden die Menschen oft auch psychisch stark unter der Ausnahmesituation. Gerade in diesen Fällen können verlässliche Begleiter und evidenzbasierte Informationsquellen wie Mika eine wichtige Stütze sein“, **sagt Dr. Gandolf Finke, Mika-Gründer und Geschäftsführer der Fosanis GmbH**. Die Mika-App steht in den App Stores kostenlos zum Download bereit und bietet mittlerweile auch in Großbritannien in einer englischsprachigen Variante Krebspatient:innen schnell und unkompliziert die Möglichkeit, selbst etwas für mehr Lebensqualität und eine geringere psychische Belastung zu tun.

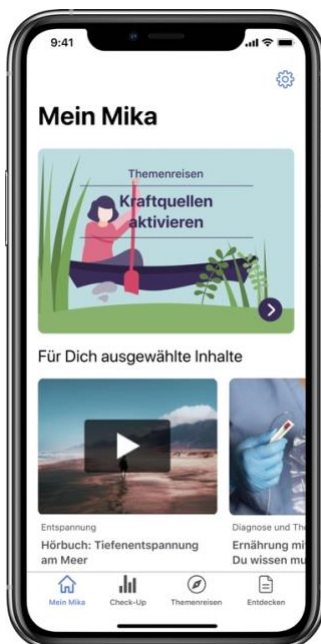
Quellen:

[1] [Leitlinienprogramm Onkologie: Psychoonkologische Diagnostik, Beratung und Behandlung von erwachsenen Krebspatient:innen](#)

[2] [OnkoDigital-II-Studie](#)

[3] [Krebsinformationsdienst: Krebsrate und Krebs-Sterberate in Deutschland](#)

### Fotos



Bildunterschrift: Die Mika-App: Eine E-Health Intervention für Krebspatient:innen  
(Bildrechte: Fosanis GmbH)



Bildunterschrift: Dr. Ayline Maier, Head of Clinical Affairs bei Mika (Bildrechte: privat)



Bildunterschrift: Dr. Gandolf Finke, Mika-Gründer und Geschäftsführer der Fosanis GmbH (Bildrechte: Viktor Strasse)

### **Über die Mika-App**

Mika ist eine App-basierte Plattform, die das Ziel verfolgt, Menschen mit einer Krebserkrankung gezielt und umfassend mithilfe digitaler Technologie zu unterstützen. Durch wissenschaftlich erprobte Methoden und Techniken des Therapiemanagements hilft das Digitale Therapeutikum (DTx) Betroffenen, aktiv an ihrer Behandlung mitzuwirken und wieder mehr Lebensqualität zu erfahren – mit täglichem Symptom-Monitoring, psychologisch-orientierten Coaching-Kursen und KI-gestützten, personalisierten Empfehlungen. Dazu kombiniert Mika innovative Machine Learning Technologien mit einer multimedialen Wissensdatenbank streng geprüfter Inhalte, wie zum Beispiel Ernährungstipps, Bewegungsübungen oder Achtsamkeitstrainings. Die evidenzbasierten Inhalte wurden in Zusammenarbeit mit führenden onkologischen Forschungseinrichtungen und Tumorzentren wie der Berliner Charité und dem Universitätsklinikum Leipzig entwickelt. Als klinisch wirksames Medizinprodukt kann Mika nachweislich dazu beitragen, die psychische Belastung bei allen onkologischen Indikationen zu mindern.



Fosanis, das Digital Health Unternehmen hinter Mika, wurde 2017 von Dr. Gandolf Finke und Dr. Jan Simon Raue in Berlin gegründet und schloss 2022 eine Series-A-Finanzierungsrunde von mehr als 10 Millionen Euro ab. Nachdem bereits Zehntausende von Patient:innen in Deutschland und Großbritannien die kostenfreie DTx-Plattform begleitend zur Krebstherapie genutzt haben, baut das fünfzigköpfige Expert:innen-Team sein Wachstum im globalen Healthtech-Markt weiter aus. Weitere Informationen auf [www.mitmika.de](http://www.mitmika.de)

**Hinweis für die Redaktion:**

Wir freuen uns, für Sie Interviews oder Hintergrundgespräche mit den Firmengründern Dr. Jan Simon Raue und Dr. Gandolf Finke zu vereinbaren. Für Experten-Interviews steht Ihnen Carsten Witte, Psychoonkologe im Zentrum für Strahlentherapie Freiburg, zur Verfügung. Sie möchten mit Patient:innen sprechen, die die Mika-App genutzt haben? Wir stellen gerne den Kontakt her.

**Pressekontakt:**

Dr. Justus Meyer

E-Mail: [press@mika.health](mailto:press@mika.health)

Telefon: 0177 290 82 32