

PRESSEMITTEILUNG

Mika-App: Start der Mutmach-Kampagne „Eines Tages ...“ zum Weltblutkrebstag am 28. Mai

- **Die Krebsbegleiter-App Mika unterstützt Blutkrebspatient:innen mit einer neuen Kampagne unter dem Motto „Eines Tages ...“. Auftakt ist der Weltblutkrebstag am 28. Mai.**
- **Im Mittelpunkt der Kampagne stehen Mutmach-Wünsche von Patient:innen und Mutmach-Botschaften von Angehörigen und Freunden.**
- **Auf der Aktionsseite (www.mitmika.de/einestages) sowie auf Instagram und Facebook unter dem Hashtag #einestages finden Patient:innen und Angehörige Mutmach-Botschaften, aber auch Videos mit Expert:innen und Betroffenen sowie Artikel mit hilfreichen Informationen.**

Berlin, 25. Mai 2023

Alle zwölf Minuten erhält in Deutschland jemand die Diagnose Blutkrebs. Patient:innen fällt es trotz guter Heilungschancen oftmals schwer, hoffnungsvoll in die Zukunft zu blicken. Auch Angehörige und Freunde sind angesichts der lebensbedrohlichen Erkrankung häufig sprachlos. Mit der neuen Kampagne „Eines Tages ...“ möchte die digitale Therapiebegleitung Mika Betroffene dabei unterstützen, wieder Mut zu schöpfen. Botschaften von Menschen mit Blutkrebs-Erfahrungen helfen dabei, den Blick wieder nach vorne zu richten. Zu diesem Zweck ruft Mika dazu auf, mit einer eigenen „Eines Tages ...“-Botschaft mitzumachen: Auf der Aktionsseite www.mitmika.de/einestages stehen eigens dafür gestaltete Vorlagen zum kostenfreien Download zur Verfügung. Diese können unter dem Hashtag #einestages in den sozialen Medien, zum Beispiel auf Instagram oder Facebook geteilt werden.

„Eines Tages ...“ – Wünsche und Botschaften, die Mut machen

„Eines Tages wirst du wieder mitten im Leben stehen!“, **sagt die Empowerment-Botschafterin der Kampagne, Claudia Poguntke**, aus voller Überzeugung. Es sind solche Sätze, die ihr während der eigenen Blutkrebs-Erkrankung durch die schwere Zeit geholfen haben. „Wünsche und Träume sind besonders in solchen schwierigen Phasen wichtig: Sie tragen zur seelischen Ausgeglichenheit bei und können helfen, die psychische Belastung unter anderem durch die zum Teil schweren Nebenwirkungen der Behandlung zu verringern“, erklärt Claudia Poguntke. Auf der neuen Aktionsseite mitmika.de/einestages finden Blutkrebs-Betroffene Mut-Botschaften von anderen Patienten, Cancer Survivors, Angehörigen und Freunden, die dabei helfen, sich selbst

zu vertrauen und den Blick nach vorne zu richten. „Die Zeit vor und nach meiner Stammzelltransplantation war schwer, weil ich nicht nur unter starken Nebenwirkungen litt, sondern mental in ein tiefes Loch fiel. An eine glückliche Zukunft zu glauben, schien mir unmöglich. Was mir viel Kraft gab, waren Menschen an meiner Seite, die mir Hoffnung schenkten und mir Mut machten, dass eines Tages meine Lebensfreude größer sein wird als meine Angst“, sagt Claudia Poguntke.

Mika – digitale Therapiebegleitung für Krebspatient:innen

Rund 13.000 Menschen erhalten in Deutschland jährlich eine Blutkrebs-Diagnose, insgesamt sind etwa 500.000 Menschen hierzulande jährlich von einer Krebs-Neuerkrankung betroffen[1] – mit steigender Tendenz. „Jede und jeder Einzelne durchlebt ein sehr individuelles Schicksal. Neben körperlichen Schmerzen und Beeinträchtigungen leiden die Menschen oft auch psychisch stark unter der Ausnahmesituation. Wir möchten mit der Kampagne „Eines Tages ...“ nicht nur darauf aufmerksam machen, sondern aktiv etwas für die Betroffenen tun. Neben Mutmach-Botschaften, 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 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.

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 belegen, dass die Nutzung der Mika-App zu einer Linderung der psychischen Belastung führen kann“, **sagt Dr. Aylina Maier, Head of Clinical Affairs bei Mika.**

Quellen:

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

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

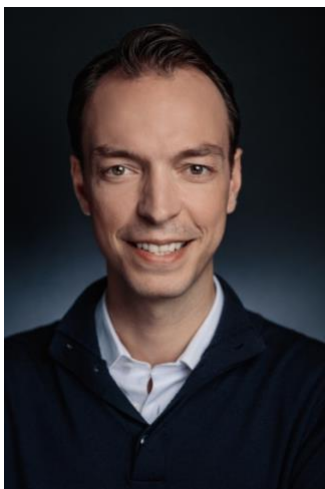
Fotos



Bildunterschrift: Claudia Poguntke, Empowerment-Botschafterin der Mika-Kampagne zum Weltblutkrebstag 2023 (Bildrechte: Maren Schulz Photography)



Bildunterschrift: Vorlage für Mutmach-Botschaften zum Herunterladen auf www.mitmika.de/einestages (Bildrechte: Fosanis GmbH)



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



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

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

Hinweis für die Redaktion:

Wir freuen uns, für Sie Interviews oder Hintergrundgespräche mit der Empowerment-Botschafterin der Kampagne Claudia Poguntke oder den Firmengründern Dr. Jan Simon Raue und Dr. Gandolf Finke zu vereinbaren.

Für Experten-Interviews steht Ihnen Dr. Aylene Maier, Head of Clinical Affairs bei Mika zur Verfügung. Sie möchten mit Patient:innen sprechen, die die Mika-App genutzt haben? Wir stellen gerne den Kontakt her.



Ein Kampagnen-Video mit der Empowerment-Botschafterin Claudia finden Sie hier: <https://vimeo.com/829917851/3566fd0bac?share=copy>

Wir freuen uns, wenn Sie das Video in Ihren Artikel einbinden.

Pressekontakt:

Dr. Justus Meyer

E-Mail: press@mika.health

Telefon: 0177 290 82 32