

Nie wieder die Pille vergessen

Neue Helfer für die Frau: Gesundheits-Apps fürs Smartphone

Die Pille vergessen? Das muss dank neuester Technik nicht mehr passieren. Mit dem entsprechenden App auf dem Smartphone werden Sie zur gewünschten Zeit an die Einnahme Ihres Kontrazeptivums erinnert. Viele der zahlreichen Applications, kurz Apps genannt, die inzwischen auf internetfähigen Handys geladen werden können, erweisen sich als hochmoderne Gesundheitshelfer für die Frau.

Das Angebot der mobilen Programme für Handys ist riesig. In Deutschland stehen schon heute allein rund 1400 gesundheitsbezogene Apps zur Verfügung, international sind es über 7000.

Von Menstruationskalender bis Schwangerschaftsbegleiter

Frauen finden zum Beispiel einen Menstruationskalender, der die fruchtbaren Tage darstellt oder auf einen Blick anzeigt, wie Sie den nächsten Termin beim Gynäkologen außerhalb der Blutung planen können. Über die kostenlose „BundesArztsuche“ für unterwegs von der Kassenärztlichen Bundesvereinigung finden Sie niedergelassene Gynäkologen in ganz Deutschland. Ein Schwangerschaftsbegleiter führt informativ und gefühlvoll durch die 40 aufregenden Wochen und erklärt unter anderem die medizinischen Untersuchungen während der Schwangerschaft. Ob Trennkost-Coach, Ernährungsscheck nach dem Ampelsystem, die App zur Gewichtskontrolle oder Hilfe bei der Raucherentwöhnung – die kleinen Programme unterstützen Ihre gesunde Lebensführung und helfen bei der Gesundheitsprävention. Die kostenlose „APPzumArzt“ beispielsweise ermittelt nach Geschlecht und Alter den Vorsorgestatus und erinnert an Impftermine und Früherken-



Die schöne bunte Welt der Apps bietet auch zahlreiche gesundheitsbezogene Programme für das Smartphone.

nungsuntersuchungen vieler Erkrankungen. Wie die zweite Rötelnimpfung für junge Frauen oder die jährliche Krebsfrüherkennung beim Gynäkologen.

Viele der Gesundheits-Apps sind gratis zu haben, bei anderen kostet der Download aus dem Internet einmalig wenige Cent oder Euro. Die Nutzergemeinde wächst täglich: Aktuell verfügt bereits jeder vierte deutsche Haushalt über mindestens ein Smartphone.

Fazit der Frauenärzte der ärztlichen Genossenschaft GenoGyn: Elektronische Helfer wie diese bedeuten technologischen Fortschritt zum Nutzen unserer Patientinnen und unterstützen uns in unseren ärztlichen Bemühungen.

GenoGyn – Ärztliche Genossenschaft seit über 10 Jahren
Der starke Partner an der Seite Ihres Frauenarztes!

Unsere aktuelle Präventions-Initiative
mit ihren innovativen Fortbildungen macht Ihren Gynäkologen zum
Experten in allen Fragen der modernen Gesundheitsvorsorge



**Ärztliche Genossenschaft für die Praxis und
für medizinisch-technische Dienstleistungen e.G.**
Geschäftsstelle: Classen-Kappellmann-Str. 24, 50931 Köln
Telefon: 0221 / 94 05 05 390, Telefax: 0221 / 94 05 05 391
E-Mail: geschaeftsstelle@genogyn-rheinland.de
Internet: www.genogyn-rheinland.de

Impressum

Herausgeber: Sensus GmbH
Im Park 6
56112 Lahnstein
Tel.: 026 21/628 91 54

Chefredaktion; Verantwortlich für den redaktionellen Teil der Ausgabe:

Dr. med. Edgar Leißling

Redaktion: :machtwort, Köln

Redaktionsbeirat: Dr. med. Bodo Jordan
Dr. med. Jürgen Klinghammer
Dr. med. Helge Knoop

Layout; Grafik; Satz; Druck: Druckerei Johann
Neuwied

„Liv!“ erscheint 4-mal jährlich kostenlos für Praxispatienten.
Zur Weitergabe nicht geeignet.

Wenn Sie noch Fragen zu einem Artikel haben, sprechen Sie uns an. Wir sind für Sie da.