

Erfahrungsaustausch und neue Impulse

BEWEGUNGSFÖRDERUNG - MIT TECHNISCHER UNTERSTÜTZUNG

Rebecca Dahms
„Lange mobil und sicher zu Hause“
Netzwerkforum 2019, Potsdam

Die Forschungsgruppe Geriatrie der Charité

Wer sind wir?



> 20 Forschungs- und Entwicklungsprojekte, Pflege, Gesundheit, Digitalisierung mit Bezug auf ältere Menschen/ geriatrische Patienten



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Technologie



Bundesministerium
für Gesundheit

VDI | VDE | IT
DFG Deutsche
Forschungsgemeinschaft



Die Arbeitsgruppe Alter & Technik

Was machen wir in den Projekten?



Anforderungs-
erhebung



Nutzerzentrierte
Einbindung



Evaluation
Validierung

Ethisch-rechtlich und soziale Aspekte (ELSI)
Verwertung
Medizinprodukte Prüfung (MPG)

Die AG Alter & Technik

Was sind unsere Themenschwerpunkte?

- Ambient Assisted Living (AAL)
- Techniknutzung und –akzeptanz
- mHealth
- Kognition, Demenz und Psychologie des Alterns
- Physische Aktivität und Mobilität
- Prädiktion und Prävention von Stürzen



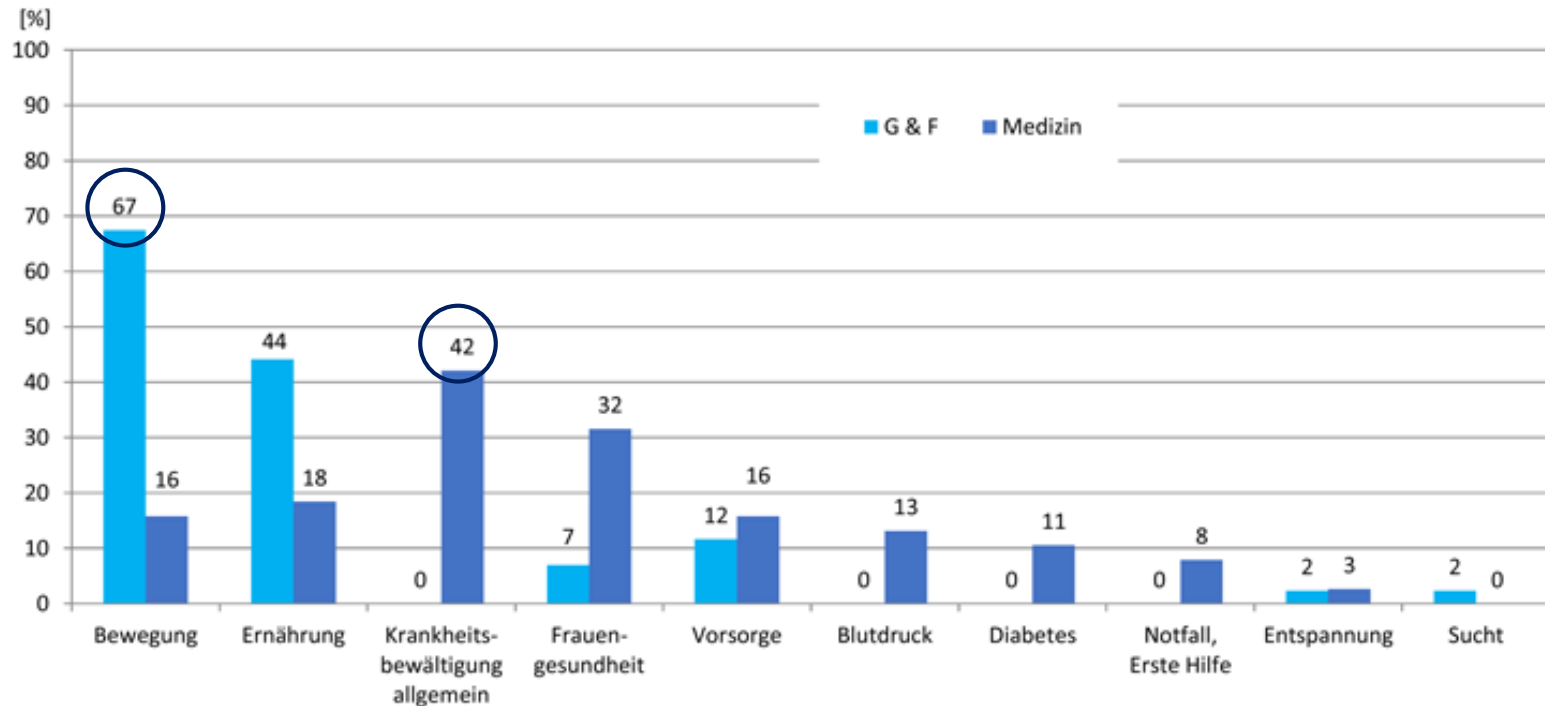
Anwendungsgebiete von Apps

Welche Gesundheits- und Präventionsprogramme werden genutzt ?

Top-Apps in den Kategorien "Gesundheit & Fitness" und "Medizin" 2015 (n= 81)

Anwendungsgebiete (%) der Apps

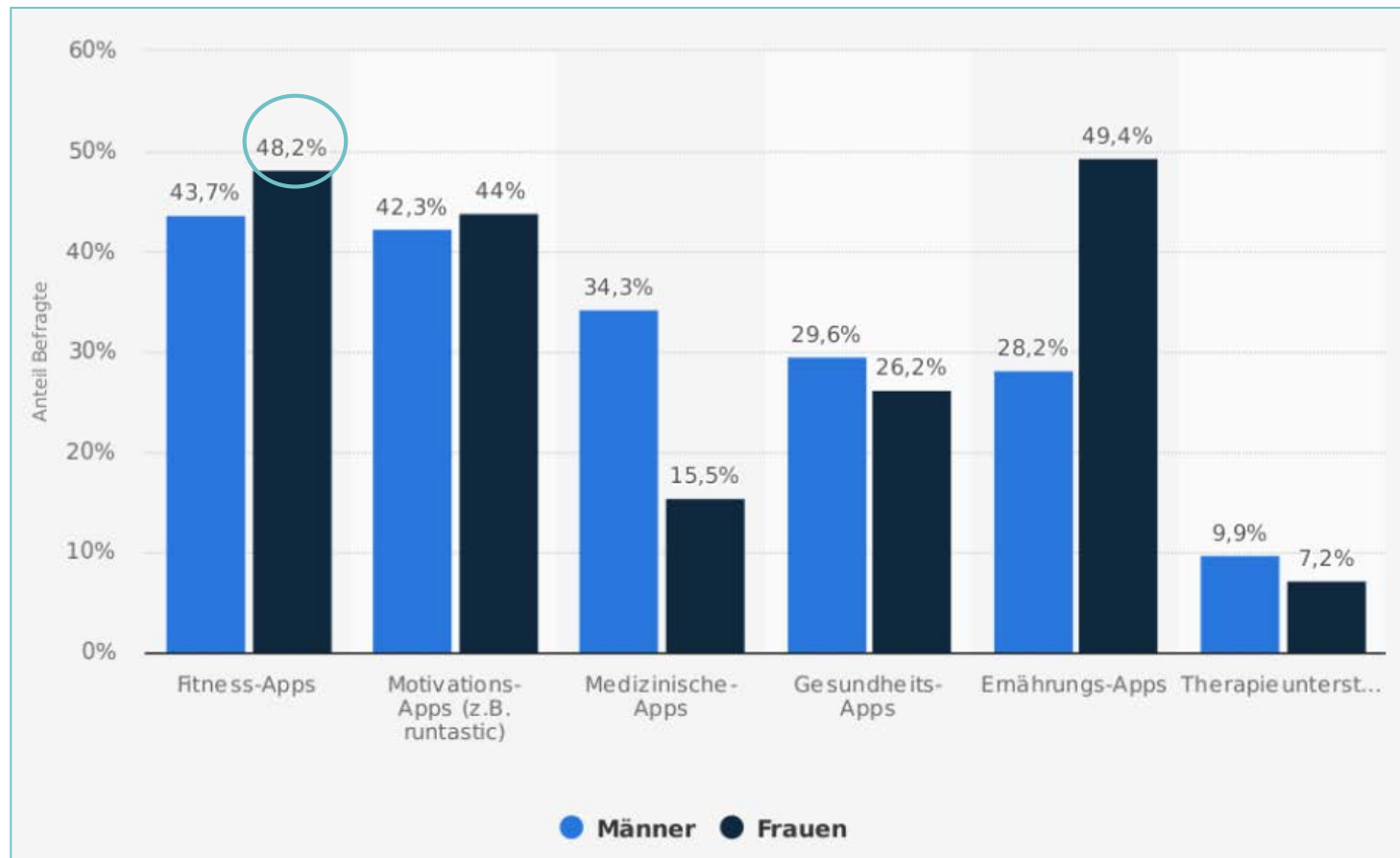
Mehrfachnennungen möglich, Anzahl der Nennungen (Gesundheit & Fitness n= 58, Medizin n= 60)



Quelle: Initiative Präventionspartner, Stand 02/ 2015, www.healthon.de

Anwendungsgebiete von Apps

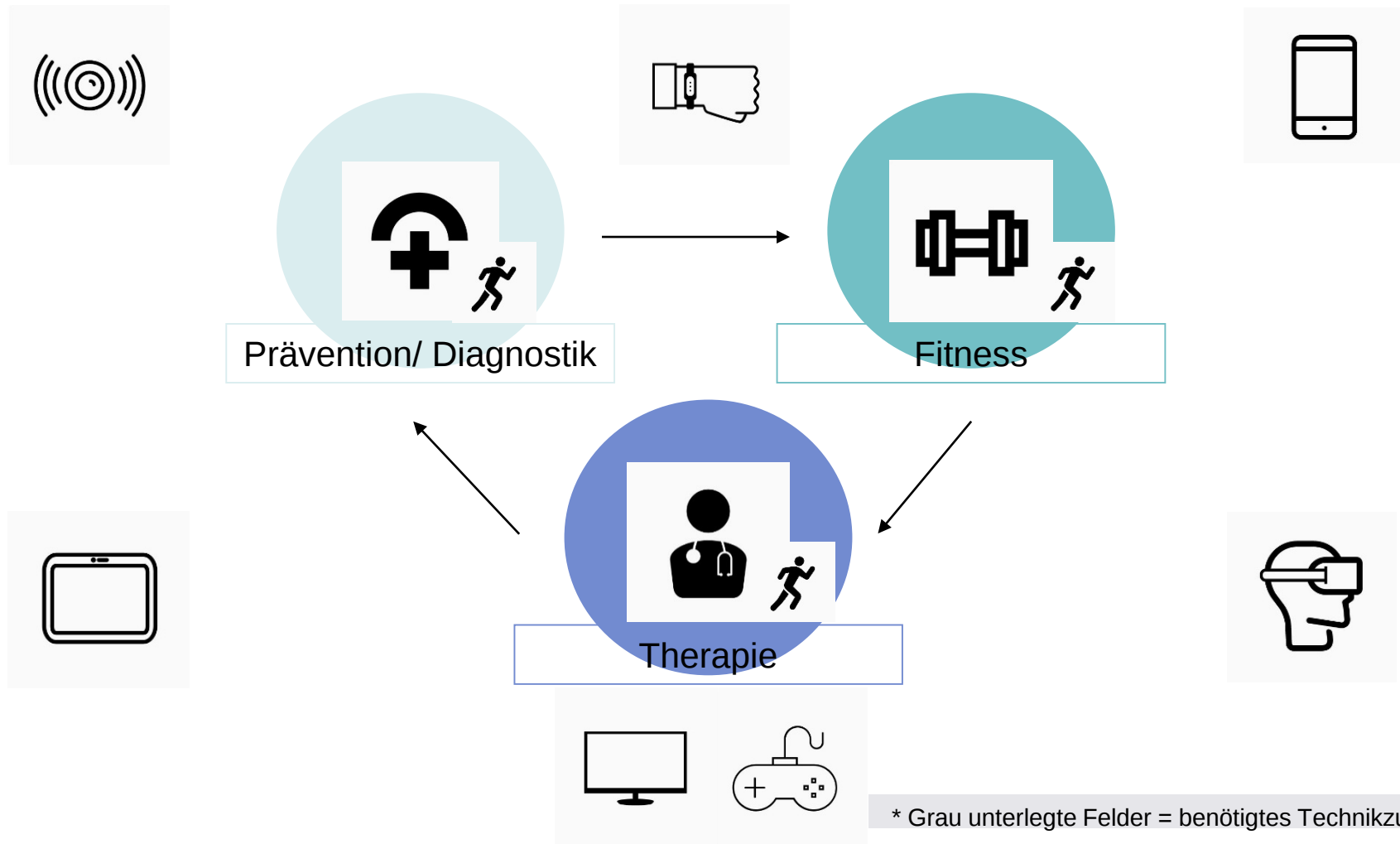
Welche Apps nutzen Frauen und Männer?



Quelle: Statista 2018, Umfrage 2015, N=153

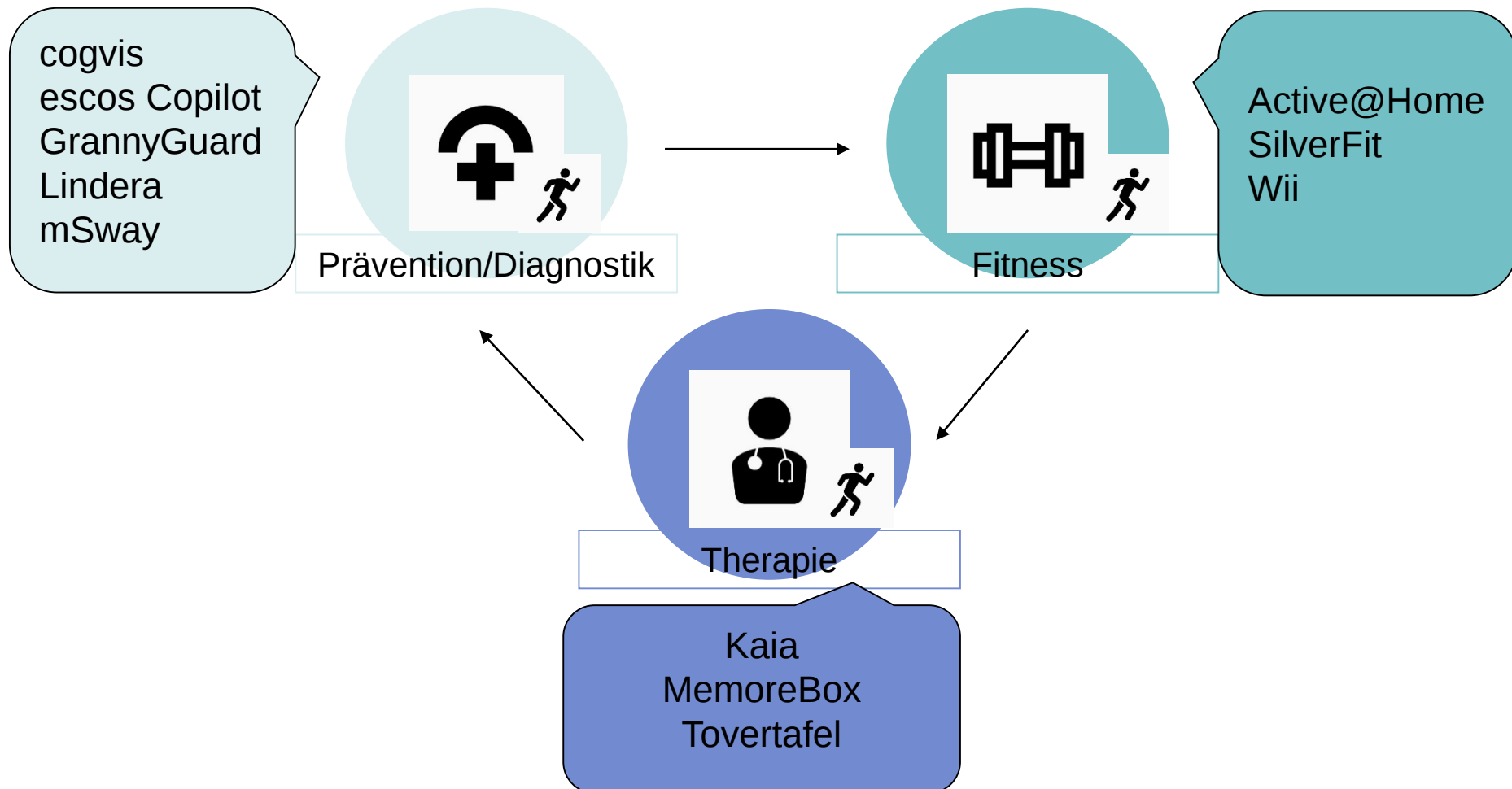
Bewegungsförderung

Welche Themenfelder gibt es?



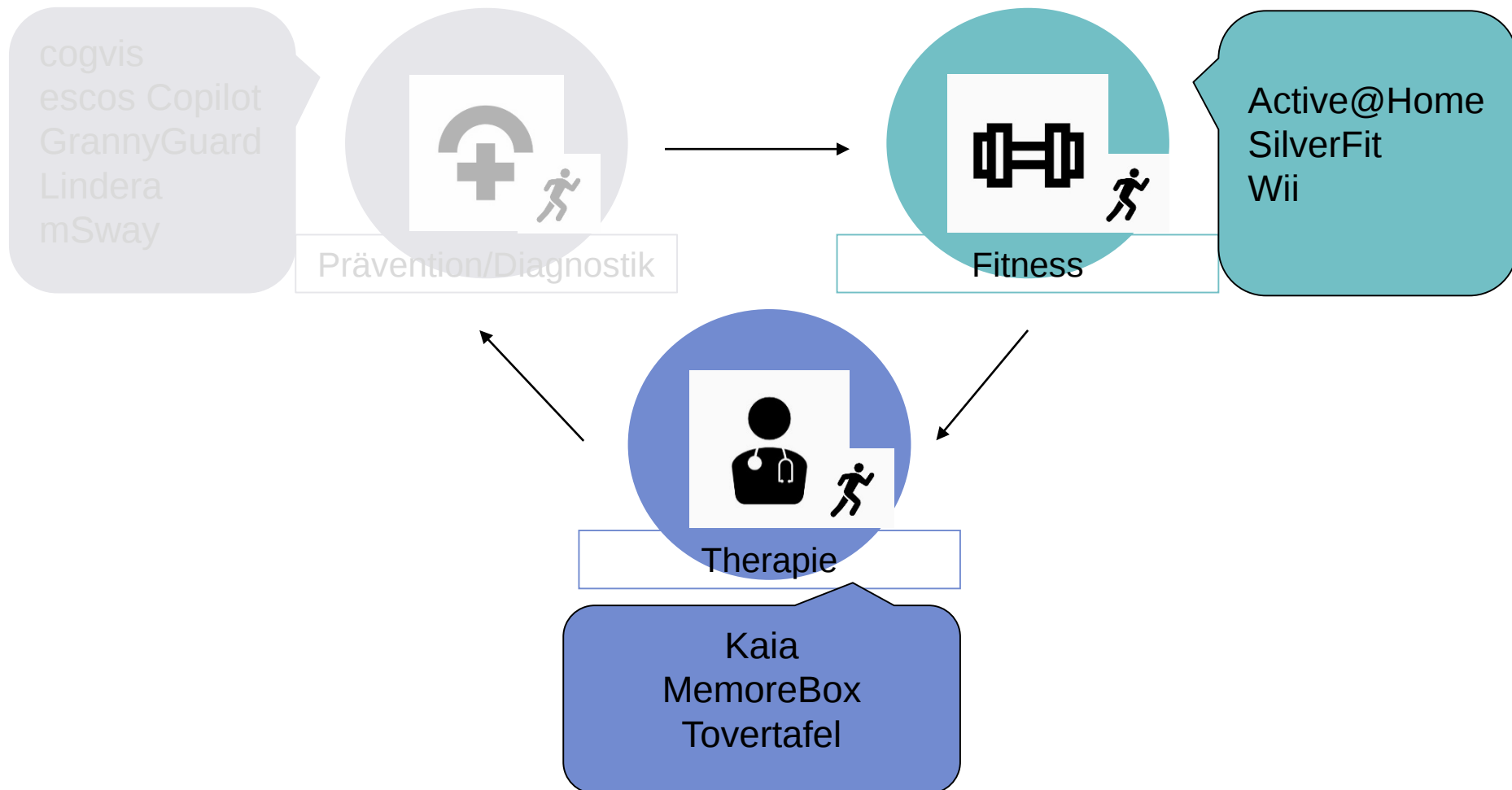
Bewegungsförderung

Welche technischen Anwendungen gibt es?



Bewegungsförderung

Welche technischen Anwendungen gibt es?



Fitness-Anwendungen



SilverFit Compact

Was (Inhalt)?

- Spielkonsole (Computer und 3D Kamera) bedienbar durch Bewegungen
- Therapeuten/Angehörige können unterstützen
- Abstand von mind. 1,50 m notwendig
- Unterschiedliche (Kraft-)Übungen für:
 - Arme und Beine
 - Oberkörper
 - Gleichgewicht und Gang
 - Geistige Fitness

Wie (Verfügbarkeit)?

- Kauf
- Zusätzlich buchbar: einjährige Garantie

Wieviel (Preis)?

- Preis auf Anfrage über die Webseite



Therapie-Anwendungen



MemoreBox

Was (Inhalt)?

- Einfach zu bedienende Spielkonsole
- Förderung körperlicher und geistiger Fitness
- Unterschiedliche Spielarten:
 - Sonntagsfahrt
 - Kegeln
 - Tischtennis
 - Briefträger

Wie (Verfügbarkeit)?

- Via Leasing
- Aufbau, Wartung und Support inbegriffen

Wieviel (Preis)?

- Preis auf Anfrage über Webseite



Therapie-Anwendungen



Kaia – Die Rücken-App

Was (Inhalt)?

- Digitales Trainingsprogramm gegen Rückenschmerzen
- Über eine App auf dem Smartphone
- Anleitung durch Videotraining
- Interdisziplinäre Therapieübungen (insg. 300):
 - Bewegung
 - Entspannung
 - Wissen

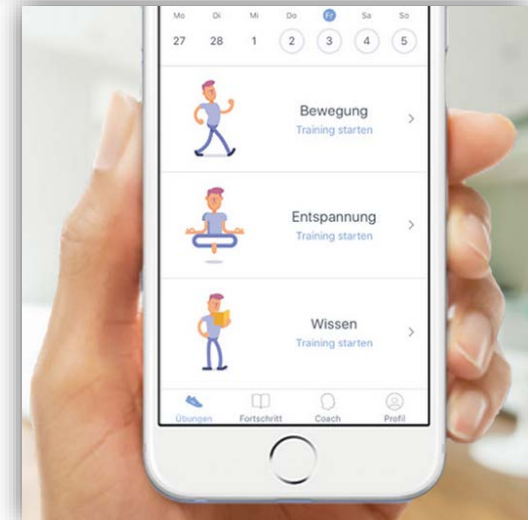


Wie (Verfügbarkeit)?

- Erhältlich im App-Store/Google Play Store

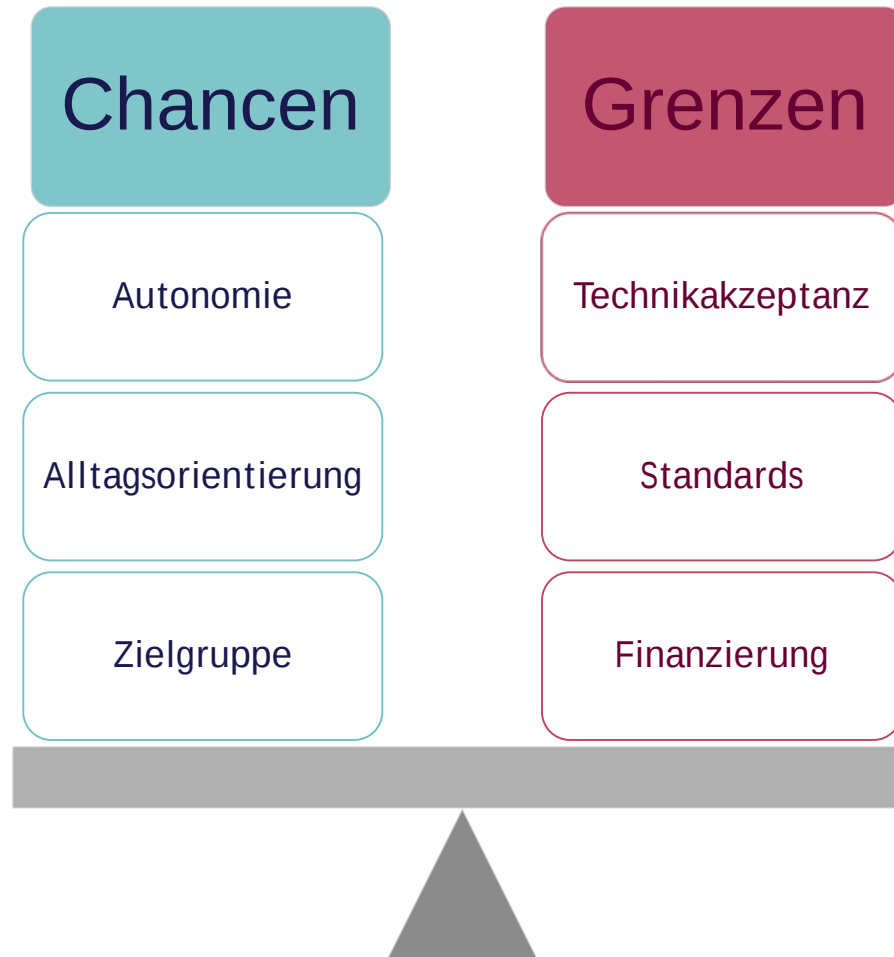
Wieviel (Preis)?

- Kostenfrei
- 3-Monatsabo = 34,99€ (Personalisierte Übungen)



Chancen und Grenzen

Was funktioniert vs. funktioniert nicht?



Ausblick

Was können wir verbessern?

- Nutzergerechte Technikentwicklung mit Nutzern
- Erweiterbare und standardisierte Entwicklungen
- Finanzierbare Konzepte
- Mehr Forschung



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Fortbildung
Netzwerkforum, 23. Mai 2019

Kontakt:

Rebecca Dahms

Forschungsgruppe Geriatrie

AG Alter & Technik

Charité - Universitätsmedizin Berlin

Reinickendorfer Straße 61

D-13347 Berlin

Tel: +49 (0) 30 450 - 553 696

rebecca.dahms@charite.de