

**„Mein
Strahlen
ist zurück.“**

Aktiv gegen krebsbedingte Fatigue

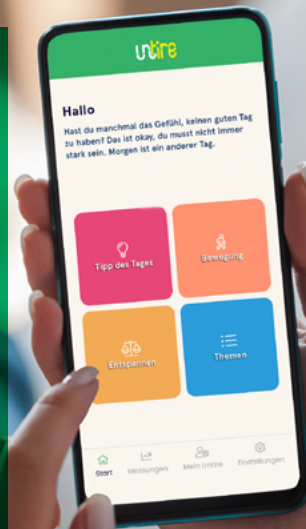
**Bist du es leid, ständig
erschöpft zu sein?**

Die Untire-App hilft Brustkrebspatient:innen,
ihre Energie zurückzugewinnen.
Lass dir jetzt die App auf Rezept verschreiben.

untire

Dein digitales Therapieprogramm bei krebserkrankter Fatigue

Die Untire-App ist ein 12-wöchiges Therapieprogramm für Brustkrebspatient:innen zur Behandlung von krebserkrankter Fatigue. Die App hilft Betroffenen, ihre Energie wiederzuerlangen – sowohl während als auch nach der Krebsbehandlung.



Was ist Fatigue?

Bis zu 90 Prozent der Brustkrebspatient:innen leiden im ersten Behandlungsjahr an körperlicher, emotionaler und geistiger Erschöpfung, der sogenannten Fatigue. Bei mehr als einem Drittel der Patient:innen hält die krebserkrankte Fatigue auch nach der überstandenen Erkrankung weiter an. Egal wie viel sie schlafen oder wie gut sie sich erholen, die Erschöpfung bleibt. Ein Zustand, der ihren Alltag enorm erschwert.

Mögliche Anzeichen für krebserkrankte Fatigue:

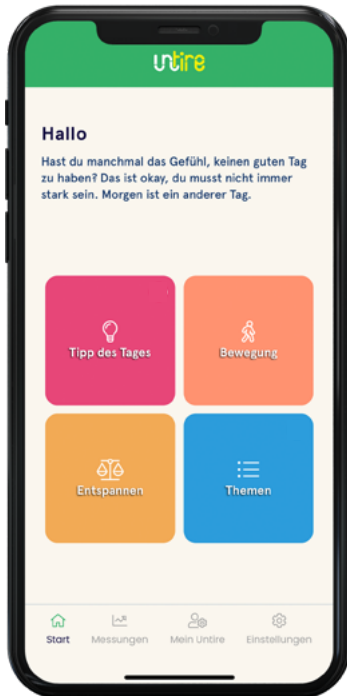
- Müdigkeit
- Fehlender Antrieb
- Kraftlosigkeit
- Konzentrationsschwäche
- Gedächtnisprobleme

„Patient:innen mit krebserkrankter Fatigue sollten sich nicht mit den Symptomen arrangieren müssen. Aus unserer Sicht ist jede:r Fatigue-Patient:in eine:r zu viel – denn es gibt jetzt eine zielgerichtete Therapie.“

Dr. Bram Kuiper,
Psychoonkologe und
Mitgründer von Untire



Das **Untire**[®] Programm



Wie wirkt Untire?

Untire hilft dir nicht nur dabei, dein Energielevel im Blick zu behalten, sondern auch Schritt für Schritt zu verbessern und wieder mehr Lebensqualität zu erlangen. Die digitale Therapie wirkt am besten, wenn du sie dreimal wöchentlich mindestens 20 Minuten nutzt.

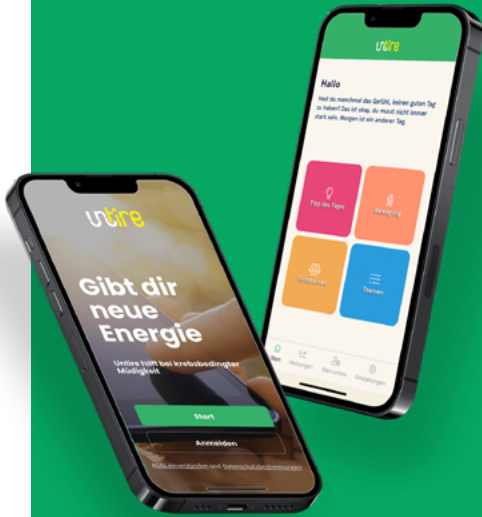
Was bietet Untire?

- Hilfe zur Selbsthilfe
- Wöchentliche Messungen deines Energiehaushalts
- Informationen zu unterschiedlichen relevanten Themen
- Übungen zur Verbesserung deiner körperlichen Kraft und Kondition
- Stressreduzierende Übungen (Atmung, Entspannung, Meditation, Visualisierungen)

Untire wurde in Zusammenarbeit mit Krebsexpert:innen, Psycholog:innen und Patient:innen entwickelt und basiert auf bewährten psychoonkologischen Methoden. Zudem orientiert sie sich an den Leitlinien der Deutschen Krebsgesellschaft.

40.000

Krebspatient:innen in den Niederlanden und Großbritannien nutzen die Untire-App bereits



Die Untire-App ist:

100 % kostenfrei

Auf Rezept bei Arzt und Ärztin oder Psychotherapeut:in erhältlich

Wissenschaftlich fundiert

Klinische Studien belegen die Wirksamkeit der digitalen Therapie

Ohne Wartezeit und flexibel nutzbar

Auf dem Smartphone – egal wann du aktiv werden möchtest oder wo du bist

Garantiert sicher

Höchster Datenschutz – DSGVO- und DiGAV-konform

So erhältst du die Untire-App:

1. Lasse dir Untire von deinem Arzt, deiner Ärztin oder Psychotherapeut:in verschreiben.
2. Reiche das Rezept bei deiner Krankenkasse ein oder nutze unseren kostenlosen Rezept-Service unter: **www.untire.me/rezept/service**
Der Freischaltcode wird dir anschließend zugeschickt.
3. Lade dir die Untire-App aus dem App Store oder Google Play Store herunter und gib den Freischaltcode in der App ein.
4. Und los geht's!

Rezeptservice

Scanne den QR-Code



untire

Mehr Informationen
findest du unter
untire.me