

# Psychoonkologische DiGA für Brustkrebspatient:innen

Untire ist ein psychoonkologisches Behandlungsprogramm, das vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) als Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) zugelassen wurde. Es ist die erste DiGA speziell gegen Tumor-assoziierte Fatigue.

Die Untire-App hilft Brustkrebspatient:innen, aktiv ihre Erschöpfungszustände zu verringern und ihren globalen Gesundheitszustand zu verbessern.



**Psychoonkologische Selbsthilfe:**  
Mit nachgewiesener Wirksamkeit



**Angeleitete Aktivierung:**  
Durch Videos, Psychoedukation und Tagestipps



**Strengster Datenschutz:**  
DSGVO- und DiGAV-konform

## Leitliniengerechte Therapie bei krebserkrankter Fatigue

Die S3-Leitlinie „Psychoonkologische Diagnostik, Beratung und Behandlung von erwachsenen Krebspatienten“ empfiehlt den Einsatz von E-Health-Interventionen. Untire ist die bisher einzige zugelassene DiGA in Deutschland, die Sie Ihren Brustkrebspatient:innen gegen Tumor-assoziierte Fatigue verschreiben können.

Das Untire-Programm bedient sich wirksamer Techniken sowohl der kognitiven Therapie als auch der kognitiven Verhaltenstherapie in Kombination mit Mindfulness, Positiver Psychologie und Bewegungsinterventionen.

Regelmäßige Energiemessungen in Kombination mit Psychoedukation, helfen den Fatigue-Betroffenen zu erkennen, welches Verhalten und welche Gedanken oder Symptome ihr Energieniveau beeinflussen. Tägliche Tipps, stressmindernde Achtsamkeitsübungen sowie Körpertraining mit Video- und Audioanleitung zeigen ihnen dann, wie sie ihre Energie Schritt für Schritt wieder aufbauen können.

Die Patient:innen sollten die Untire-App mindestens dreimal wöchentlich für rund 20 Minuten nutzen.

### Features



Selbsthilfe

Psychoedukation

Stressreduzierende Übungen

Aufbau von Kraft und Ausdauer

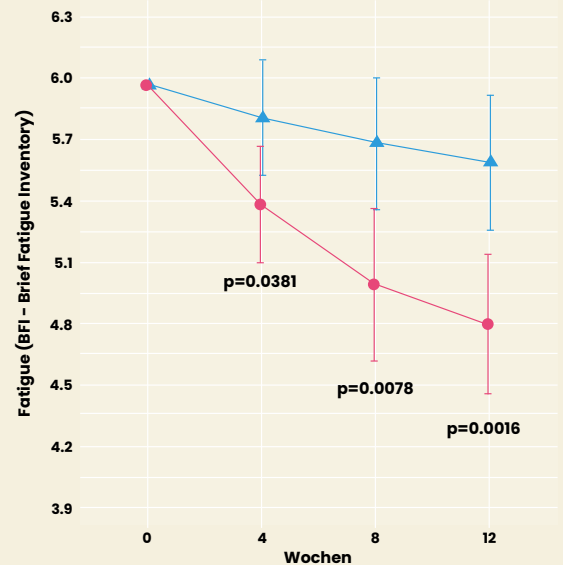
Wöchentliche Messungen

Übersicht der Energiebilanz

## Studien belegen die Wirksamkeit von Untire

Die digitale Therapie mit der Untire-App ist nachweislich wirksam bei Brustkrebspatient:innen mit Tumor-assoziiertes Fatigue. Dies belegen randomisiert-kontrollierte Studien, wie etwa die aktuelle deutsche Forschungsarbeit von Spahrkäs et al.:

- 65%** der Studienteilnehmer:innen mit Brustkrebs zeigten nach 12 Wochen eine deutliche Verringerung der Fatigue-Symptome.
  - 74%** der Studienteilnehmer:innen mit Brustkrebs hatten einen besseren globalen Gesundheitszustand im Vergleich zur Behandlung in der Praxis.
- Die Ergebnisse belegen, dass Untire eine wirksame Digitale Gesundheitsanwendung zur Bewältigung mittelschwerer bis schwerer krebsbedingter Erschöpfung ist.



Spahrkäs, S. et al. (2023). A Randomized Controlled Trial on the Efficacy and Safety of the Untire App for Moderate-to-Severe Cancer-Related Fatigue in German Patients. Abstract peer reviewed by European Society for Medical Oncology (ESMO) and presented at DKK 2024, article in preparation for submission.

## Diagnosen

Für den Zugang zur Digitalen Gesundheitsanwendung Untire benötigen Sie folgende ICD-10-Diagnose:

C50: Bösartige Neubildung der Brustdrüse [Mamma]

## Kontraindikationen

G93.3: Chronisches Fatigue-Syndrom  
[Chronic fatigue syndrome]

M79.7 Fibromyalgie



**Extrabudgetäre Verordnung**  
Folgeverordnungen  
nach 90 Tagen möglich.



„Behandler:innen verfügen mit Untire über eine wirksame Therapieoption bei Tumor-assoziiertes Fatigue und verbessern mit der digitalen Therapie die Versorgung von Brustkrebspatient:innen. 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

## Verordnungsweg

1. Sie können die Digitale Gesundheitsanwendung gesetzlich versicherten Patient:innen mit einer Brustkrebs-Diagnose ganz einfach per Arzneimittelrezept (Muster 16) verordnen.
2. Patient:innen reichen das Rezept unter **untire.me/rezept/service** oder direkt bei der Krankenkasse ein. Nach dem Erhalt des DiGA-Freischaltcodes durch die Krankenkasse können die Patient:innen die Untire-App herunterladen und mit der Therapie beginnen. **Alle gesetzlichen und viele private Krankenkassen übernehmen die Kosten.**

Folgende Angaben sind auf dem Rezept notwendig:

**Digitale Gesundheitsanwendung**  
**Untire**  
**PZN: 19191758**

Verordnungen über Digitale Gesundheitsanwendungen sind als „Gebühr frei“ zu kennzeichnen.

