

# Mehr Lebensqualität für Ihre Patient\*innen

## In nur 4 einfachen Schritten!

### Schritt 1: Indikationsprüfung

- ✓ Gesicherte Diagnose des Reizdarmsyndroms (K58.-)
- ✓ Patient\*innen im Alter von 18 bis 70 Jahren, keine Schwangerschaft

### Schritt 2: Rezeptausstellung

- ✓ Im PVS nach „Cara Care für Reizdarm“ oder der PZN „**17964363**“ suchen
- ✓ Ausstellen eines Muster 16 Rezepts (kein E-Rezept)
- ✓ Rezept muss mit „Digitale Gesundheitsanwendung“, der PZN und „Cara Care für Reizdarm“ beschriftet sein
- ✓ Für Privatpatient\*innen stellen Sie ein Privatrezept aus

### Schritt 3: Rezeptservice

- ✓ Rezept an Patient\*innen aushändigen (ggf. zusammen mit der Klappkarte des Abreißblocks)
- ✓ Patient\*innen fotografieren das Rezept ab und schicken es an [rezept@cara.care](mailto:rezept@cara.care)
- ✓ Cara Care® übernimmt die Einreichung bei der Krankenkasse



Sie haben Fragen?

Melden Sie sich gerne über die Cara Care® Hotline unter:

+49 30 30 80 95 46

Oder kontaktieren Sie uns unter:  
[cara.care@bayer.com](mailto:cara.care@bayer.com)



Mehr zur digitalen Reizdarmtherapie auf der Website

### Schritt 4: DiGA-Nutzung

- ✓ Patient\*innen erhalten den Freischaltcode von der gesetzlichen Krankenkasse und können Cara Care für Reizdarm eigenverantwortlich nutzen
- ✓ Cara Care® unterstützt bei der Aktivierung und bietet technischen Support



Bei Privatpatient\*innen unterstützt Cara Care® bei der Klärung der Kostenübernahme mit der PKV.

92064128



# Was ist eine Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA)?

DiGA sind vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) gelistete Medizinprodukte der Risikoklasse I oder IIa. Sie werden in Form von Apps oder webbasierten Anwendungen bereitgestellt und dienen der strukturierten Unterstützung bei der Erkennung, Überwachung, Behandlung oder Linderung von Erkrankungen.

DiGA fördern die aktive Einbindung von Patient\*innen in ihren eigenen Behandlungsprozess und leisten damit einen **evidenzbasierten** Beitrag zur Verbesserung der Versorgung – ergänzend zu Ihrer ärztlichen Therapie – **budgetneutral** für Sie und **kostenlos** für Ihre Patient\*innen aufgrund der Übernahme durch die gesetzlichen und die meisten privaten Krankenversicherungen.

### Ihre Vorteile bei der Verordnung von Cara Care für Reizdarm

Die Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) Cara Care für Reizdarm hilft den ganzheitlichen, multimodalen Therapieansatz gemäß der S3-Leitlinie zum Reizdarmsyndrom umzusetzen. Die DiGA stellt eine wirksame Behandlungsoption für Ihre Patient\*innen dar und kann Sie langfristig im Praxisalltag entlasten durch Förderung des Selbstmanagements und der Gesundheitskompetenz Ihrer Patient\*innen.

**Cara Care für Reizdarm hilft den ganzheitlichen, multimodalen Therapieansatz umzusetzen.**

**Die DiGA ist:**

- ✓ Leitliniengerecht gemäß S3-Leitlinie zum Reizdarmsyndrom
- ✓ Erfüllt den Ganzheitlichen Versorgungsansatz nach aktuellem Standard
- ✓ Eine Erweiterung Ihres Therapieportfolios
- ✓ Wissenschaftlich fundiert
- ✓ Budgetneutral für Ihre Praxis ohne Belastung des Arznei- oder Heilmittelbudgets

**Cara Care für Reizdarm erfüllt alle Sicherheitsstandards.**

**Die DiGA ist:**

- ✓ Medizinprodukt niedriger Risikoklasse (Klasse 1)
- ✓ CE-gekennzeichnet
- ✓ Datenschutzkonform gemäß DSGVO & DiGAV
- ✓ vom BfArM dauerhaft als DiGA zugelassen



# DiGA Übersicht



Alle Ärzt\*innen und  
Psychotherapeut\*innen  
können DiGA verordnen!



QR-Code scannen und  
digitale DiGA Übersicht finden!



Fachbereich	Indikation	Name der DiGA	Diagno-sen	Status der Zulassung	Preis*	PZN
Adipositas und Diabetes	Adipositas	Oviva Direkt für Adipositas	E66	dauerhaft	220,90 €	17850257
		zanadio	E66	dauerhaft	218,00 €	16898701
	Diabetes mellitus Typ 1 und 2	HelloBetter Diabetes	E10, E11	dauerhaft	222,99 €	17937797
		glucura Diabetestherapie	E11	vorläufig	499,80 €	19198111
		Una health für Diabetes	E11	vorläufig	740,00 €	19235763
	Diabetes mellitus Typ 2	Vitadio	E11	dauerhaft	244,01 €	18107046
Allgemein-medizin	chronische Schmerzen	HelloBetter chronische Schmerzen	F45, M79	dauerhaft	235,00 €	17946626
	Rauchen	NichtraucherHelden-App	F17	dauerhaft	211,00 €	17575561
		Smoke free – Rauchen aufhören	F17	dauerhaft	389,00 €	18500476
	Reizdarm	<b>Cara Care für Reizdarm</b>	K58	<b>dauerhaft</b>	<b>248,00 €</b>	<b>17964363</b>
	Stress	HelloBetter Stress und Burnout	Z73	dauerhaft	235,00 €	17871905
Gynäkologie	Brustkrebs	PINK! Coach	C50	dauerhaft	234,50 €	18206191
		Untire	C50	vorläufig	618,00 €	19191758
	Endometriose	Endo-App	N80	dauerhaft	235,80 €	18355726
	Vaginismus	HelloBetter Vaginismus Plus	F52	dauerhaft	235,00 €	18016941
Herz, Kreislauf	essentielle Hypertonie	actensio	I10	vorläufig	289,17 €	19192829
	Herzinsuffizienz	ProHerz	I50	dauerhaft	396,00 € – 484,00 €	18789181 / 18789175
Neurologie	Aphasie	neolexon Aphasie	R47, R48	dauerhaft	223,01 €	18017082
	Migräne	sinCephalea – Migräneprophylaxe	G43	vorläufig	690,00 €	18358966
	Multiple Sklerose	elevida	G35	dauerhaft	243,00 €	17161032
		levidex	G35	vorläufig	2.077,40 €	18467678
	Schlafstörung	HelloBetter Schlafen	F51, G47	dauerhaft	249,00 €	18453937
		somnio	F51, G47	dauerhaft	224,99 €	16898724
		somnovia	F51, G47	dauerhaft	599,40 €	19642882
Orthopädie	Erkrankungen der Wirbelsäule	Vivira	M42, M53, M54, M99	dauerhaft	206,79 €	16898718
	Knieverletzung	Orthopy bei Knieverletzungen	M23, S83	vorläufig	487,84 €	19076394
	Patellare Erkrankungen	companion patella powered by medi – proved by Dt. Kriegesellschaft	M22, M76, M79, S83	dauerhaft	223,49 €	17850263
		Mawendo	M22	dauerhaft	119,00 €	17622734
	Rückenschmerzen	eCovery – Therapie bei Schmerzen im unteren Rücken	M42, M54, M99	vorläufig	574,00 €	19746707
		Kaia Rückenschmerzen – Rückentraining für Zuhause	M54	dauerhaft	221,49 €	18603466
	Schulterbeschwerden	companion shoulder	M75	vorläufig	419,00 €	19746699

\*Die Kosten werden von den gesetzlichen und den meisten privaten Krankenkassen übernommen.

Fachbereich	Indikation	Name der DiGA	Diagno-sen	Status der Zulassung	Preis*	PZN
Psychologie	ADHS	attaxis – die digitale Therapie bei ADHS im Erwachsenenalter	F90	dauerhaft	599,40 €	20112847
		hiToco®: ADHS Elterntraining	F90	vorläufig	599,00 €	20081213
		ORIKO ADHS-Therapie	F90	vorläufig	479,70 €	20053263
	Angststörung	vorvida	F10	dauerhaft	192,01 €	17506382
		Novego: Ängste überwinden	F40, F41	dauerhaft	219,98 €	18726714
		Selfapys Online-Kurs bei Generalisierter Angststörung	F41	dauerhaft	228,50 €	17554323
	Binge-Eating Störung	velibra	F40, F41	dauerhaft	230,00 €	16879359
		Selfapys Online-Kurs bei Binge-Eating-Störung	F50	dauerhaft	232,00 €	18468382
		priovi – digitale Unterstützung der Borderline-Behandlung	F60	dauerhaft	244,00 €	18704486
	Bulimia nervosa	Selfapys Online-Kurs bei Bulimia nervosa	F50	dauerhaft	232,00 €	18468376
Depression	deprexis		F32, F33	dauerhaft	210,00 €	17265872
	edupression.com		F32, F33	dauerhaft	224,80 €	18458283
	elona explore – für die mentale Gesundheit		F32, F33	vorläufig	535,49 €	19822147
	elona therapy Depression		F32, F33, F34	dauerhaft	535,49 €	18458314
	My7steps App		F32, F33	dauerhaft	470,05 €	18672881
	Novego: Depression bewältigen		F32, F33, F34	dauerhaft	199,00 €	17865862
	Selfapys Online-Kurs bei Depression		F32, F33	dauerhaft	217,18 €	16954730
	Kognitive Störung	NeuroNation MED	F06	dauerhaft	479,70 €	18787822
	Panikstörung	HelloBetter Panik	F40, F41	dauerhaft	230,00 €	18094846
		Invirto – Die Therapie gegen Angst	F40, F41	dauerhaft	220,00 €	19340997
		Mindable: Panik und Agoraphobie	F40, F41	dauerhaft	245,50 €	17454202
Soziale Phobie	Mindable: Soziale Phobie		F40	vorläufig	765,00 €	19166938
	Tinnitus	Kalmeda	H93	dauerhaft	189,00 €	16876740
		Meine Tinnitus App – Das digitale Tinnitus Counseling	H93	dauerhaft	260,00 €	18053770
Urologie	Impotenz	Kranus Edera	N48	dauerhaft	235,00 €	17946632
	Lower urinary tract syndrom	Kranus Lutera	N32, N40	dauerhaft	670,49 €	18453819
	Prostatakrebs	Urolectics	C61	vorläufig	895,00 €	19731953

### Wissenschaftlich belegte Studienergebnisse von Cara Care für Reizdarm:

- Klinisch relevante Reduktion der Symptomschwere bei **70,2 %** der Nutzer\*innen
- **70,8 %** zeigen eine signifikante, klinisch relevante Steigerung der Lebensqualität

- Höhere Gesundheitskompetenz
- Verbesserte Bewältigung krankheitsbedingter Schwierigkeiten im Alltag

