

# Gesundheitsangebote werden immer digitaler

Online-Psychologen, Netcoaching, Apps gegen Demenz: Grazer Firmen beschreiten völlig neue Wege.

CHRISTOPH HOFER

Mit dem ersten Lockdown vor rund einem Jahr mussten die Menschen einen Großteil ihres Lebens in den digitalen Raum verlegen. Heute gehören Video-Konferenzen oder virtuelle Kaffeerunden längst zum Alltag. Im Gesundheitsbereich wird, völlig unabhängig von Corona, bereits seit Längerem versucht, digitale Lösungen für unterschiedlichste

## HUMAN TECHNOLOGY STYRIA

Digital Health

Bereiche anzubieten. Der steirische Humantechnologie-Cluster (HTS) nimmt bei diesen Themen die Rolle des Impulsgebers und der Netzwerkplattform ein und unterstützt Unternehmen, die auf digitale Innovationen setzen.

### Kein Wartezimmer nötig

Seit mehr als fünf Jahren im Geschäft ist etwa die Grazer Online-Psychologieberatung Instahelp. Wer Hilfe braucht, kann mittlerweile aus einem Pool von knapp 150 Psychologen wählen, die sofort Hilfe leisten können.

„Von der Anfrage bis zum Erstkontakt vergehen bei uns keine 24 Stunden“, erklärt Geschäftsführerin Bernadette Frech. Längst seien Vorurteile, wonach psychologische Hilfe nur von Angesicht zu Angesicht stattfinden könne, abgebaut worden. „Es gibt mittlerweile Studien, die zeigen, dass die Wirksamkeit von Online- und Offline-Beratungen gleich hoch ist. Es kommt viel eher darauf an, ob die Person eine Beziehung zum Psychologen aufbauen kann und umgekehrt.“ Aktuell ist Instahelp bereits in fünf euro-



Im November 2015 legte das Instahelp-Team los: Mittlerweile ist die Online-Psychologieberatung auch in anderen Ländern gefragt. Instahelp

päischen Ländern vertreten, die Hilfe wird von mehr als 60 Unternehmen genutzt. „Gerade das niederschwellige Angebot macht Telekonsultation so interessant. Niemand sitzt mehr in einem Wartezimmer und muss sich outen, dass er oder sie psychologische Hilfe in Anspruch nimmt.“

### Netcoaching als Hilfe

Im Bereich Telemedizin tätig ist wiederum das Grazer Unternehmen Notube, das sich auf die Entwöhnung von sondenernährten Kindern spezialisiert hat. Dazu werden auch Kinder mit anderen Schwierigkeiten beim Essen behandelt. Dafür steht in der Len-



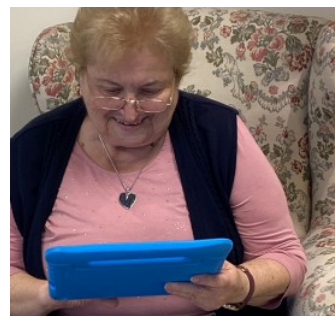
„Mittels Online-Methode können Kinder von ihrer Ernährungssonde befreit werden.“

Notube

WOLFGANG KRATKY

augasse ein eigenes Therapiezentrum zur Verfügung.

„Wir haben aber sehr viele Kunden aus dem Ausland, die oft nicht zu uns kommen können. Deshalb spielt Telemedizin bei uns seit Jahren verstärkt eine Rolle“, führt Geschäftsführer Wolfgang Kratky aus. Darüber hinaus gibt es ein eigenes Netcoaching-Programm, bei dem führende Experten ausschließlich virtuell bei der Sondenernährung helfen. „Das ist natürlich auch für



Die Tablet-App soll künftig bei der Demenztherapie helfen. digitAAL Life

die Eltern ein schwieriger Prozess, bei dem wir sie bestmöglich unterstützen.“

### Gehirntraining via Tablet

Nicht für die Jüngsten, sondern für die ältesten Mitbürger ist die digitAAL Life GmbH, die 2020 als Spin-off der Joanneum Research gegründet wurde, zuständig. Mit Partnern aus Medizin und Pflege wurde so ein multimodales, aktivierendes Training als Tablet-App entwickelt.

Der professionelle Einsatz dieser App kann künftig in Form von mobilen, betreuten Trainings mit geschulten Fachkräften oder in stationären Einrichtungen und Praxen für Einzelpersonen und Gruppen erfolgen. „Die Methodik beruht auf dem stadiengerechten Training der MAS Alzheimerhilfe und kann von jedem genutzt werden, der geistig fit bleiben will“, klärt Geschäftsführerin Maria Fellner auf.