

GEPHA

NEWS

NEWSLETTER 02/22

**GESUNDHEIT AUS
DEM INTERNET:
FIT FÜR SELF CARE**

ZUM THEMA

Mit „Dr. Google“ auf Augenhöhe?

Aktuelle Studien zeigen es deutlich: Das Internet spielt für das Gesundheitsmanagement der Menschen in Österreich mittlerweile eine zentrale Rolle. 76 % der Österreicher nutzen diese Informationsquelle, um mehr über für sie wichtige Gesundheitsthemen zu erfahren. Mehr als ein Viertel sucht sogar mindestens einmal pro Woche im Internet nach Gesundheitsinformationen.¹

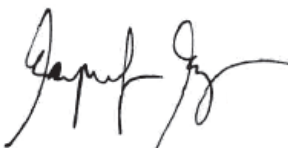
Allerdings stoßen dabei im Durchschnitt 30 % dieser Internetnutzer an ihre Grenzen: Wie glaubwürdig sind die angebotenen Inhalte? Wie nutze ich neue Informationen zur tatsächlichen Lösung meines Gesundheitsproblems? Und wie kann ich einschätzen, ob die Empfehlungen auch wirklich auf mich zutreffen? Dies sind die wichtigsten Fragen, die bei der Konsultation von „Dr. Google“ auftreten.²

Die digitale Gesundheitskompetenz liegt bei der österreichischen Bevölkerung bei 70,1 von 100 Punkten.³ Eine signifikant geringere digitale Gesundheitskompetenz weisen Menschen ab 30 Jahren aufwärts, Menschen in finanziell prekären Lebenssituationen sowie Menschen mit chronischen Erkrankungen, die Schwierigkeiten im Umgang mit ihren Gesundheitsproblemen haben, auf.⁴

Wussten Sie, dass ...

...auf die Suchanfrage „Kopfschmerzen selbst behandeln“ Google fast zwei Millionen Suchergebnisse liefert?

Was also ist zu tun? Es gilt, die Gesundheitskompetenz der Menschen speziell im digitalen Bereich zu stärken. Zusätzlich müssen zuverlässige, qualitativ hochwertige Entscheidungsgrundlagen für den eigenverantwortlichen Umgang mit der Gesundheit bereitgestellt werden. So kann Self Care gefördert und damit unser Gesundheitssystem entlastet werden



Mag. Mirjana Mayerhofer
IGEPHA-Präsidentin



AUF DER SUCHE NACH DER RICHTIGEN INFORMATION

Um in Gesundheitsfragen adäquate Entscheidungen treffen zu können, braucht es vor allem eines: Kompetenz. Und zwar konkret Kompetenz hinsichtlich der Nutzung unterschiedlicher Informationsquellen.

Ebenfalls unverzichtbar: eine entsprechende Medienkompetenz. Denn neben Familienangehörigen, Vertretern der Gesundheitsberufe, Gesundheitseinrichtungen, Fachliteratur und klassischen Medien ist das Internet mit seiner unübersehbaren Fülle an Angeboten inzwischen zur zentralen Informationsquelle hinsichtlich Krankheiten, Prävention und Gesundheitsstärkung geworden.

Doch aus dieser Flut an Informationen die richtigen Schlüsse für die eigene Situation zu ziehen, das fällt vielen Menschen schwer.

Hilfreich bei dieser Einordnung von Gesundheitsinformationen sind Internetplattformen öffentlicher Einrichtungen oder auch von unabhängigen Anbietern wie z. B. Netzdoktor. Denn hier sollten Nutzer darauf vertrauen dürfen, dass alle präsentierten Inhalte wissenschaftlich fundiert sind, regelmäßig überprüft und v.a. unabhängig von wirtschaftlichen Interessen zur Verfügung gestellt werden. Bieten ausgewählte Gesundheitsplattformen wirklich ausreichend Tipps zur aktiven Self Care? Dieser Frage ist die IGEPHA als österreichische Self Care Association 2022 nachgegangen. Die Ergebnisse dieser Untersuchung sind durchaus erfreulich, wie hier zu sehen ist – weitere Details finden Sie gleich auf der nächsten Seite!⁵

In 90 % aller untersuchten Artikel befanden sich Informationen zur Self Care.

Besonders ausführlich werden Selbstbehandlungsmethoden bei Kopfschmerzen beschrieben.

77 % aller untersuchten Artikel empfehlen konkrete Self Care-Maßnahmen.

1 Griebler, Robert; Straßmayr, Christa; Mikšová, Dominika; Link, Thomas; Nowak, Peter und die Arbeitsgruppe Gesundheitskompetenz-Messung der ÖPGK (2021): Gesundheitskompetenz in Österreich: Ergebnisse der österreichischen Gesundheitskompetenzhebung HLS19-AT. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, Wien. Seite 56. | 2 Ebd. | 3 Ebd. Seite 87. | 4 Ebd. Seite 87/88. | 5 DiLAB, Research Self Care. Im Auftrag der IGEPHA. 2022.

SELF CARE IST EIN THEMA!

IN DER IGEPHA-STUDIE ZU SELF CARE-INHALTEN BELIEBTER GESUNDHEITSPLATTFORMEN⁶ WURDE UNTERSUCHT, WELCHE INFORMATIONEN IN WELCHEM UMFANG ZU FOLGENDEN 13 SYMPTOMEN ONLINE VERFÜGBAR SIND:

- Schnupfen,
- Kopfschmerzen,
- Regelschmerzen,
- Insektenstiche oder -bisse,
- (Erkältungs-)Husten,
- Durchfall,
- Halsschmerzen/Halsentzündung,
- leichte Verbrennungen,
- Erkältung/grippaler Infekt,
- Schnittwunde oder Bluterguss,
- Nasenbluten,
- Verstopfung sowie
- Sodbrennen.

Zu diesen 13 Krankheitsbildern wurden **159 Suchbegriffe** formuliert und abgefragt. Daraus ergab sich ein Pool von **1.652 Webseiten zum Thema Self Care**. Pro Symptom wurden je zehn Top-Treffer für die qualitative Untersuchung herangezogen.



BIETEN DIE WEBSEITEN AUSREICHEND SELF CARE-ANLEITUNG?

Die ausgewählten Webseiten wurden nach folgenden Kriterien analysiert:

- **Sind Informationen zur Self Care vorhanden?**
- **Wie groß ist der Umfang dieser Self Care-Informationen?**
- **Gibt es eine explizite Empfehlung für Self Care?**
- **Gibt es weiterführende Links zu konkreten Behandlungsmethoden oder Hilfestellungen für Self Care?**

Es stellte sich heraus, dass in **90 %** der untersuchten Artikel Informationen zu Self Care enthalten sind.

In **knapp 2/3** aller untersuchten Artikel wird in mehr als fünf Absätzen über Selbstbehandlungsmöglichkeiten berichtet.

In **fast 77 %** der Artikel werden Self Care-Maßnahmen empfohlen. Am häufigsten ist das bei Artikeln über Erkältungen/grippale Infekte und über leichte Verbrennungen der Fall: Bei diesen Symptomen empfehlen alle untersuchten Artikel Self Care-Maßnahmen.

53 % der Artikel enthalten Links zu weiteren Informationen.

Aus Sicht der IGEPHA sind diese Zahlen durchaus zufriedenstellend: Self Care IST auf beliebten Gesundheitsplattformen ein Thema. Dabei werden den Besuchern auch konkrete Informationen angeboten. Diese sind allerdings noch ausbaufähig, sowohl hinsichtlich ihres Umfangs als auch ihrer Gestaltung. Um den wichtigen Schritt hin zur selbstständigen Verantwortung für die eigene Gesundheit tun zu können, müssen und wollen die Menschen detailliert über mögliche Maßnahmen informiert werden. Präzise und hochwertige Aufklärung ist somit das A und O. Und das so verständlich wie möglich. Denn nur so fühlen sich die Leser auf ihrem Kenntnisstand abgeholt und nicht verloren im Dschungel des Fachjargons.

Das Internet spielt also als Ratgeber bei der Behandlung von geringfügigen Erkrankungen wie den oben genannten eine zentrale Rolle. Aber auch die Relevanz der Versandapotheken steigt. Das zeigen die Ergebnisse der kürzlich veröffentlichten IGEPHA-Gesamtmarktstudie 2021 deutlich. Ihre Kernaussagen finden Sie auf der nächsten Seite.

OTC-VERSANDHANDEL: AUF HOHEM NIVEAU

Rezeptfreie Arzneimittel sind nicht nur in der klassischen Vorort-, sondern auch in Versandapotheken erhältlich, Gesundheitsprodukte zudem auch in Drogerien und Lebensmittelmärkten

AUF WELCHE OTC-VERTRIEBSKANÄLE WIE VIEL UMSATZ UND ABSATZ ENTFÄLLT, DAS HAT IQVIA BEREITS ZUM ZWEITEN MAL IM AUFTRAG DER IGEPHA ERHOBEN.7 ANALYSIERT WURDEN DIE ZAHLEN FÜR DEN GESAMTMARKT 2021. DAS SIND DIE WICHTIGSTEN ERGEBNISSE :

Der Versandhandelsanteil im österreichischen OTC-Geschäft lag **2021 bei 14,8 %** (2019: 11,2 %; 2020: 15,6 %).

Die Anzahl der Verkaufsbons stieg 2021 in öffentlichen Apotheken im Vergleich zum Vorjahr **um ein Drittel**. Dies lässt sich vermutlich auf die österreichische Covid-19-Teststrategie zurückführen. Die Durchführung dieser Tests in örtlichen Apotheken hatte sicherlich auch eine deutlich höhere Kundenfrequenz zur Folge.

Stark gewachsen ist der Versand von Schmerz- und Rheumamitteln, während die Onlinekäufe von Vitaminen, Mineralstoffen und Nahrungszusätzen rückläufig waren.

Im **Mass-Market** ging der OTC-Umsatz 2021 im Vergleich zu 2020 zurück, liegt aber immer noch über den Zahlen von 2019.

7 Überblick Gesamtmarkt rezeptfreier Arzneimittel. Durchgeführt von IQVIA als Trustcenter im Auftrag der IGEPHA. April 2022.

WWW.IGEPHA.AT

KONTAKT

IGEPHA - THE AUSTRIAN SELF CARE ASSOCIATION

Interessengemeinschaft österreichischer Heilmittelhersteller und Depositeure
Kärntner Straße 26/Marco-d'Aviano-Gasse 1, 1010 Wien
Tel.: +43 (0)1 914 95 12 / Fax: +43 (0)1 914 95 12 12
E-Mail: office@igepha.at / www.igepha.at

„Self Care ist die Grundlage für ein gesundes Leben. Davon sind wir überzeugt. Mit unserer Expertise, unserem Netzwerk und nicht zuletzt in Partnerschaft mit engagierten Institutionen unterstützen wir die Menschen in Österreich dabei, ihre Kompetenz in Sachen Self Care stetig weiterzuentwickeln.“



Christina Nageler

Mag. Christina Nageler
IGEPHA-Geschäftsführerin

Mirjana Mayerhofer

Mag. Mirjana Mayerhofer
IGEPHA-Präsidentin