

# +++ MEDIZIN-TELEGRAMM +++

## Kaia Rückenschmerzen

### Bislang größte DiGA-Listungsstudie bestätigt Wirksamkeit

**6. Juni 2023 – Die App Kaia Rückenschmerzen wurde auf Basis der Studie Rise-uP im Februar 2023 dauerhaft in das Verzeichnis für Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA) aufgenommen. Mit mehr als 1200 Patient:innen ist Rise-uP die größte randomisiert-kontrollierte Studie, die bislang mit einer DiGA durchgeführt wurde. Kaia Rückenschmerzen enthält die Kerninhalte der multimodalen Therapie und bietet somit eine leitlinienbasierte Behandlungsoption für Patient:innen mit nicht-spezifischen akuten, subakuten und rezidivierenden Rückenschmerzen (ICD-Kodierung M54). Ärzt:innen können die digitale Therapie allen gesetzlich Versicherten auf Rezept verordnen.**

Insgesamt untersuchten sechs klinische Studien die Wirksamkeit und Sicherheit von Kaia Rückenschmerzen. Die Rise-uP-Studie (Projekt „Rücken-innovative Schmerztherapie mit e-Health für unsere Patienten“) belegte unter anderem, dass Kaia Rückenschmerzen Betroffenen hilft, ihre Schmerzen zu verringern sowie die Funktionskapazität und Lebensqualität zu steigern. Der primäre Endpunkt sowie alle sekundären Endpunkte zeigten in der Interventionsgruppe, die Kaia Rückenschmerzen nutzte, signifikant positive Effekte. Die Schmerzreduktion überschritt dabei die Schwelle der klinischen Relevanz und bestätigt einen langfristigen positiven Effekt durch die Anwendung der DiGA. Durchgeführt wurde Rise-uP durch das Zentrum für interdisziplinäre Schmerztherapie in München.

**Prof. Dr. Dr. Thomas R. Töle, Konsortialführer des Innovationsfondsprojektes Rise-uP,** sagt: „Multimodale Therapieansätze sind der Goldstandard in der Therapie von nicht-spezifischen Rückenschmerzen. Allerdings sind die Kapazitäten für solche meist teilstationären Therapieprogramme begrenzt und nicht für alle Patient:innen verfügbar. Die Rise-uP-Studienergebnisse zeigen, dass wir die Regelversorgung von Rückenschmerzpatient:innen mittels der digitalen Therapie von Kaia Rückenschmerzen verbessern können, um eine effektivere Behandlung zu sichern.“

### Evidenzbasierte multimodale Therapie

Kaia Rückenschmerzen vermittelt Patient:innen zur Behandlung von Rückenschmerzen täglich wechselnde Maßnahmen, die auf der multimodalen Therapie entsprechend der Nationalen Versorgungsleitlinie „Nicht-spezifischer Kreuzschmerz“ basieren. Dazu zählen Bewegungstherapie, Entspannungstechniken und Patientenedukation. Anleitungsvideos geben den Anwender:innen die Bewegungsübungen vor und erklären diese.

### Digitale Begleitung durch den Bewegungscoach

Der auf künstlicher Intelligenz (KI) basierende Bewegungscoach analysiert die Bewegungen der Patient:innen in Echtzeit und gibt Feedback für eine korrekte und sichere Ausführung. Mithilfe der Kamera von Smartphone oder Tablet kann der Bewegungscoach in Echtzeit Bewegungen analysieren und visuelle sowie sprachliche Korrekturhilfen geben. Er unterstützt Patient:innen so bei der sicheren und korrekten Ausführung des Bewegungstrainings zu Hause. Alle Übungen werden darüber hinaus stetig individuell an die Schmerzintensität und das Fitnesslevel der Nutzenden angepasst. Damit bietet Kaia Health Patient:innen und Ärzt:innen eine sichere und gleichzeitig effektive Therapieoption, die auf den Empfehlungen der Nationalen Versorgungsleitlinie beruht.

**Dennis Hermann, Head of Europe bei Kaia Health:** „Kaia möchte Menschen dabei zur Seite stehen, nachhaltig in Bewegung zu bleiben und ein erfülltes, selbstbestimmtes Leben zu führen. Wir stellen uns einen nicht allzu fernen Tag vor, an dem alle Menschen in der Lage sind, evidenzbasierte Therapien orts- und zeitunabhängig in Anspruch zu nehmen.“

## Informationen für Verschreibende

Ärzt:innen und Psychotherapeut:innen können Kaia Rückenschmerzen gesetzlich versicherten Patient:innen mit der Diagnose nicht-spezifische Rückenschmerzen (ICD-Kodierung: M54) per Rezept (Muster 16) verordnen. Dazu sind folgende Angaben auf dem Rezept nötig:

- Offizielle Informationswebseite: [DiGA-Verzeichnis](#)
- [Faktenblatt](#) für Ärztinnen und Ärzte
- Informationsseite: [www.kaiahealth.de](http://www.kaiahealth.de)

Die Verordnung erfolgt extrabudgetär, das heißt, sie wird nicht auf das KV-Budget angerechnet. Kaia Rückenschmerzen ist auf den gängigen deutschen App-Portalen (Google Play Store, App Store) verfügbar.

### Weitere Informationen zum Therapiekurs und zur Evidenz:

- Offizielle Informationswebseite: [DiGA-Verzeichnis](#)
- [Faktenblatt](#) für Ärztinnen und Ärzte
- Informationsseite: [www.kaiahealth.de](http://www.kaiahealth.de)

## Über Kaia Health

Kaia Health wurde 2016 von Konstantin Mehl und Manuel Thurner in München gegründet. Das Digital Health Unternehmen entwickelt digitale Gesundheitsanwendungen zur Behandlung von Krankheiten wie Rückenschmerzen und COPD mit Kernelementen der multimodalen Therapie (Kombination aus Bewegung, Wissen und Entspannung). Als digitale Versionen klinisch validierter Behandlungsmethoden sind die Lösungen von Kaia jederzeit und überall anwendbar. Damit bietet Kaia behandelnden Ärzt:innen sowohl eine Alternative als auch eine Erweiterung zu der klassischen Versorgung. Durch den Einsatz von künstlicher Intelligenz passen sich die Anwendungen individuell an die Schmerzintensität und die Leistungsfähigkeit der Nutzenden an. Die Wirksamkeit der Anwendungen von Kaia Health ist durch mehrere randomisierte, kontrollierte Studien belegt. Kaia Health beschäftigt aktuell rund 100 Mitarbeiter in München und New York. Weitere Informationen auf [www.kaiahealth.de](http://www.kaiahealth.de)

### Quelle:

Priebe, J. et al. (2020): Digital Treatment of Back Pain versus Standard of Care: The Cluster-Randomized Controlled Trial, Rise-uP. Journal of Pain Research 13:1823–1838.

**+++ MEDIZIN-TELEGRAMM +++**