

# Gemeinsame Pressemitteilung

## Medizin-App gegen Kopfschmerz und Migräne

### Große Studie zur digitalen Prävention gestartet

Berlin/Bonn, 13. Dezember 2017 - Kann eine Smartphone-App dazu beitragen, Kopfschmerzen zu lindern? Um das herauszufinden, starten BARMER und Deutsche Telekom gemeinsam ein Pilotprojekt unter wissenschaftlicher Begleitung der Berliner Charité. Es soll zeigen, ob die App „M-sense“ die Leiden von Kopfschmerz- und Migränepatienten mildern kann. In der App erfassen Betroffene eine Reihe relevanter Einflussfaktoren für Schmerzattacken, wie etwa Schlafverhalten, Wetter oder Stress sowie die Attacken selbst. „M-sense“ analysiert diese Informationen und erstellt ein persönliches Schmerzmuster. Anhand dieses Musters entwickelt die App individuelle Handlungstipps für die Nutzer. Vom Autogenen Training über Muskelentspannung bis zum Ausdauersport werden präventive Maßnahmen in Begleitung zur klassischen Therapie vorgeschlagen, um Intensität und Dauer künftiger Schmerzattacken zu reduzieren. Aus den persönlichen App-Protokollen können sich zudem wertvolle Hinweise für die ärztliche Therapie ergeben.

#### Einzigartige Untersuchung einer zertifizierten Gesundheits-App

Im Rahmen einer Kooperation zum betrieblichen Gesundheitsmanagement mit der BARMER werden an der Studie bis zu 1.000 von Kopfschmerzen oder Migräne betroffene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Deutschen Telekom teilnehmen. Sie sollen die App regelmäßig nutzen und neun Monate lang mittels medizinischer Fragebögen bewerten. Auch die in der App selbst erfassten Daten werden Aufschluss darüber liefern, ob „M-sense“ präventiv die Kopfschmerztherapie ergänzen kann. Die wissenschaftliche Untersuchung zur schon jetzt als Medizinprodukt zertifizierten App ist in ihrem Umfang bislang einzigartig.

#### Insbesondere junge Erwachsene betroffen

Vor allem junge Erwachsene leiden unter Kopfschmerzen. 1,3 Millionen der 18- bis 27-Jährigen sind betroffen, wie der BARMER-Arztreport 2017 zeigt. Für die Studie werden daher hauptsächlich junge Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Telekom-Shops sowie Auszubildende des Konzerns die App nutzen.

**BARMER**  
Pressestelle

Axel-Springer-Str. 44 • 10969 Berlin

[www.barmer.de/presse](http://www.barmer.de/presse)  
[www.twitter.com/BARMER\\_Presse](http://www.twitter.com/BARMER_Presse)  
presse@barmer.de

Athanasiос Drougias (Ltg.)  
Tel.: 0800 333 004 99 14 21  
athanasiос.drougias@barmer.de

Sunna Gieseke  
Tel.: 0800 333 004 99 80 31  
sunna.gieseke@barmer.de