

## Verhütungs-Apps – welche sind geeignet?

*Dr. med. Susanna Kramarz, Berlin*

Derzeit kann nicht eine einzige Verhütungs-App, die in deutscher Sprache erhältlich ist, eine Verhütung mit einer ausreichend hohen Zuverlässigkeit sicherstellen. Dies betont der Berufsverband der Frauenärzte. Auf einer Pressekonferenz erläuterte Dr. med. Susanna Kramarz, die Pressereferentin des Verbandes, welche Erwartungen an eine Zyklus-App gestellt werden müssten.

### Zuverlässige Verhütung

- Eine App oder andere Anwendung, die fruchtbare und unfruchtbare Tage ausschließlich aufgrund der vorgegebenen Zykluslänge oder der täglichen Messung der Körpertemperatur oder anhand der LH-Messung errechnet, ist ungeeignet, um Schwangerschaften zu verhüten.
- Eine App, die sich bei der Unterscheidung von fruchtbaren und unfruchtbaren Tagen ausschließlich auf die Daten voriger Zyklen bezieht und die Eingaben aus dem aktuellen Zyklus nicht berücksichtigt, ist ungeeignet, um damit Schwangerschaften zu verhüten.
- Nur Anwendungen, die auf dem Boden der Systematik von NFP (Natürliche Fertilitätsplanung) die Körpertemperatur-Messung mit der Beobachtung des Zervixschleims und ggf. des Muttermundes verpflichtend kombinieren und die Daten aus dem aktuellen Zyklus verwenden, um den Zeitpunkt des Eisprungs zu bestimmen und fruchtbare und unfruchtbare Tage zu unterscheiden, bieten die Voraussetzungen für eine zuverlässige natürliche Verhütung. Derzeit erfüllen nur die Apps *LadyCycles* und *MyNFP* diese Voraussetzungen.
- Wünschenswert ist die Offenlegung der Verhütungssicherheit der jeweiligen App auf der Grundlage einer eigenen Studie mit externem Prüfprotokoll. Eine solche Studie liegt von keinem App-Anbieter derzeit vor.

### Kommunikation

- Auch eine Verhütungs-App, die nach den NFP-Methoden auswertet, muss „in-App“ eine gute Einführung zur Beobachtung der Körpersymptome bieten, insbesondere zur Beobachtung des Zervixschleims, zur Messung der Körpertemperatur einschließlich möglicher Störfaktoren und die Grundsätze der natürlichen Verhütung darstellen. Für auftauchende Fragen muss die App einen entsprechenden Beratungsservice vorhalten und die Möglichkeit, jederzeit mit einer/einem qualifizierten Berater/innen Kontakt aufzunehmen.

Fortbildungskongress 2018  
der Frauenärztlichen BundesAkademie  
01. bis 03. März 2018  
CCD.Stadthalle Congress Center  
Düsseldorf

#### Kongresspräsident:

Dr. med. Christian Albring

#### Pressekonferenz:

CCD.Stadthalle, Raum 12  
Do., 01. März 2018  
15.00 bis 16.30

#### Pressestelle:

CCD.Stadthalle, Raum 10  
Öffnungszeiten der Pressestelle:  
Do, 01. März 2017, 9.00 bis 16.00  
Fr., 02. März 2017, 9.00 bis 16.00

#### Pressekontakt:

Dr. med. Susanna Kramarz  
Pressereferentin des Berufsverbandes der  
Frauenärzte (BVF) e.V.  
Stuhmer Allee 8b  
14055 Berlin  
Tel: 030 – 308 14 926  
Fax: 030 – 818 78 618  
E-Mail: [kramarz@medien.bvf.de](mailto:kramarz@medien.bvf.de)

- Natürliche Verhütung braucht eine Übungsphase ohne hormonelle Verhütung, bis die Frau sowohl ihre Körpertemperatur als auch ihren Zervixschleim zuverlässig beobachten und interpretieren kann. Eine Verhütungs-App sollte darauf hinweisen, dass diese Zeit notwendig ist und dass in dieser Zeit mit Barrieremethoden verhütet werden muss.
- Fehlt dieser Hinweis und wird bereits ab dem ersten Zyklus – oder sogar ab der ersten Datumseingabe – zwischen fruchtbaren und unfruchtbaren Tagen unterschieden, ist eine Verhütungs-App als unzuverlässig und unseriös anzusehen.

### Zuverlässige Information

- Eine App, die in ihren App-Inhalten oder auf begleitenden Portalen und anderen Informationsmaterialien medizinisch unrichtige Informationen weitergibt, ist zur Anwendung grundsätzlich ungeeignet.
- Eine App, die angibt, persönliche Informationen nur im Zusammenhang mit wissenschaftlicher Forschung zu sammeln, die Forschungs-Kooperationen aber nicht benennen kann, ist als unseriös anzusehen und ungeeignet.

### Zuverlässige Finanzierung

- Eine Verhütungs-App zu programmieren und zu betreuen ist ein aufwändiger und damit kostspieliger Prozess. Auf Anfrage sollte jeder App-Anbieter seine langfristige Finanzierung offenlegen können. Nur bei einer seriösen Finanzierung ist gesichert, dass die gesammelten persönlichen Daten der Anwenderinnen – entgegen eventuell anderslautender Aussagen – nicht doch irgendwann an Dritte verkauft werden.

### Datensicherheit

- Die Weitergabe von Daten aus der Nutzung von Verhütungs-Apps an (weitere) kommerzielle Adressaten – seien es persönliche oder anonymisierte Daten – sollte von der Anwenderin ausdrücklich freigegeben werden.
- Über die Kopplung der App an unterschiedliche Anwendungen von Google, Facebook oder andere Suchmaschinen oder sozialen Netzen sollte die Anwenderin ausdrücklich und auf leicht erreichbare Weise informiert werden. Sie sollte die Möglichkeit haben, einer solchen Kopplung ausdrücklich zuzustimmen oder sie abzulehnen. Tut sie dies nicht, muss eine solche Weitergabe sicher ausgeschlossen werden, selbst dann, wenn die Datenschutzbestimmungen des Herkunftslandes der App-Betreiber dies nicht ausdrücklich fordern.
- Von jeder digitalen Anwendung, die von einer Frau persönliche Informationen wie Menstruation, Eisprung, Sexualität, Orgasmen, Stimmung und Depressivität abfragt, ist zu erwarten, dass diese Daten auf keinen Fall verwen-

det werden, um damit Einnahmen in Form von Werbung, Marktanalysen oder ähnlichem zu generieren.

- Formulierungen in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen wie "Die App entspricht den geltenden Datenschutz-Bestimmungen" oder "Wir behalten uns Anpassungen unserer Geschäftsbedingungen vor" bieten der Anwenderin keinen ausreichenden Schutz.
- Eine geschützte Übertragung und Aufbewahrung der Daten, die keinen unerlaubten Zugriff Dritter zulässt, muss gesichert sein.