



(Zu) Viele Möglichkeiten

Vor nicht viel länger als zehn Jahren hat sich das Smartphone in unser Leben geschlichen – und unser Kommunikationsverhalten grundlegend verändert. Heute können sich die meisten kaum mehr vorstellen, ohne den digitalen Begleiter unterwegs zu sein. Schon ein Tag, an dem das Smartphone versehentlich zu Hause bleibt, ist für viele schwierig, und dabei ist das fehlende Telefon oft das kleinste Problem. Schliesslich finden sich darauf auch die Termine, die Kontakte, die Fahrkarte, die Musik, die Freunde – kurz gesagt, es ist der Zugang zur Welt.

Auch den Gesundheitsbereich haben mobile Geräte verändert, der sogenannte mobile Healthmarkt ist ein sehr schnell wachsender Bereich. Das Smartphone kann nicht nur sichtbar machen, was aus guten Silvestervorsätzen punkto Bewegung geworden ist. Dank installierten Sensoren und dem ein oder anderen Zusatzgerät kann es auch Blutdruck, Blutzucker und Puls messen, ein EKG schreiben, als Ultraschallgerät eingesetzt werden, als Otoskop und als Ophthalmoskop fungieren – die Liste kann fortgesetzt werden. Mit entsprechenden Apps lassen sich die Messwerte dann erfassen, verfolgen, grafisch darstellen und je nachdem an den Arzt übermitteln. Oder, mit dem richtigen Algorithmus im Hinter-

grund, sogar gleich online bewerten. Wieder andere Apps dienen der Informationsbeschaffung. Manch ein Patient ist heute so medizinisch schon umfassend informiert, bevor er in die Praxis kommt. (Und einige denken zumindest, sie seien es.) Wieder andere würden, wo möglich, gern auf den persönlichen Besuch verzichten: Auf der Suche nach ärztlichem Rat werden vermehrt mobile Wege genutzt – und die Rede ist dabei nicht vom profanen Telefongespräch. Auch Dienste wie WhatsApp und Skype dienen heute schon dem Austausch von Fragen, Befunden und Bildern. Zwar wird dabei der Datenschutz nicht immer grossgeschrieben – aber in Zeiten, in denen sogar die Gensequenz online analysiert werden kann, scheint dies für viele vernachlässigbar.

So nützlich das Smartphone im Bereich der Gesundheit von der Prävention bis zur Therapiekontrolle auch eingesetzt werden kann, darf man doch das grundsätzlich damit einhergehende Suchtpotenzial nicht ausser Acht lassen. Je mehr potenzielle Informationen, je stärker vernetzt, desto mehr Zeit wird investiert. Wer schon einmal darüber nachgedacht hat, ob sein Nutzungsverhalten bereits problematisch sein könnte, kann das gleich online überprüfen. Hinweise gibt zum Beispiel der 15-Fragen-Test der psychiatrischen Abteilung der Universität von Connecticut (1). Abgefragt wird, wann, wie oft und in welchen Situationen das Smartphone gecheckt wird – vielleicht auch ohne unmittelbare Suchtgefahr eine gute Gelegenheit, den Umgang mit dem Smartphone wieder einmal zu überprüfen?

Christine Mücke

1. <http://virtual-addiction.com/smartphone-compulsion-test/>