

DiGA zur Tabakentwöhnung

Smoke Free ist eine aufgrund ihres positiven Versorgungseffekts vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte dauerhaft gelistete digitale Gesundheitsanwendung (DiGA), die Apotheken ihren Kundinnen und Kunden im Rahmen ihrer Beratung zur Tabakentwöhnung empfehlen können.

- Smoke Free fördert nachweislich die Rauchabstinenz¹ und wird für Menschen mit Tabakabhängigkeit (ICD 10 F17.2) von allen gesetzlichen sowie den meisten privaten Krankenkassen auf Rezept vollständig erstattet.
- Die App ist eine evidenzbasierte Verhaltenstherapie, die als Tabakentwöhnungsprogramm für die Verschreibung medikamentöser Entwöhnungshilfen qualifiziert, aber auch begleitend zu diesen oder unabhängig davon genutzt werden kann.
- Smoke Free arbeitet mit etablierten verhaltenstherapeutischen Methoden, darunter Techniken zur Motivation, Selbstwirksamkeit, Zielsetzung und Identitätsänderung sowie Feedback und spielerische Elemente, um die regelmäßige Nutzung zu fördern und Fortschritte und Erfolge sichtbar zu machen.



Abb.: © Smoke Free

Mehr Informationen: <https://smokefree.de/>

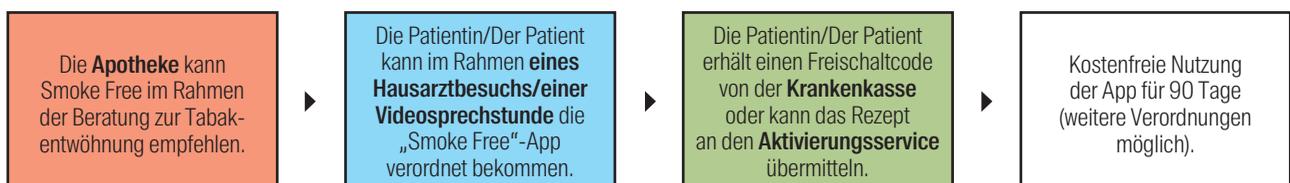


Kurzinformation zu Smoke Free	
Plattformen	Apple App Store, Google Play Store
Sprachen	Deutsch, Englisch
Funktionsweise	90-tägiges Rauchstopp-Programm mit: <ul style="list-style-type: none"> • diversen Fortschrittsindikatoren, • Tagebuch, • Motivationstools, • Community-Chat für soziale Unterstützung, • „Quit Coach“-Chatbot für tageszeitunabhängige Unterstützung, • Spiel zur Ablenkung
Effekt/Nutzen	Die Wirksamkeit wurde unter anderem in der DiGA-Zulassungsstudie mit 1.466 Teilnehmerinnen und Teilnehmern nachgewiesen, wobei 39 % der „Smoke Free“-Gruppe nach 6 Monaten selbstberichtet rauchfrei waren. ¹
Weitere Informationen	https://smokefree.de/

¹ Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte. Smoke Free – Rauchen aufhören. <https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis/01909/fachkreise>

Versicherte können die kostenlose Nutzung der „Smoke Free“-App auf folgenden Wegen freischalten:

- Bei einem Hausarztbesuch oder im Rahmen einer Videosprechstunde kann die DiGA per Rezept verordnet werden.
- Das Rezept wird anschließend entweder:
 - 1) an die Krankenkasse geschickt, die einen Freischaltcode zusendet und so die kostenfreie Nutzung der App ermöglicht, oder
 - 2) von der Patientin/dem Patienten an den Aktivierungsservice übermittelt, der sofortigen Zugang zu den DiGA-Funktionen bereitstellt.



Die App wird extrabudgetär vergütet und belastet damit nicht das Arznei- oder Heilmittelbudget der verordnenden Arztpraxis. DiGA sind für Patientinnen und Patienten kostenfrei!