

Digitale Adipositas-Therapie

zanadio ist eine ursächliche, multimodale Adipositas-Therapie für Patient:innen im BMI-Bereich von 30–40 kg/m² als Leistung aller Kassen.

Therapie

Das App-basierte Programm bietet zielgerichtete Hilfe bei der Lebensstilintervention, um eine **langfristige Gewichtsreduktion (5% bis 10%) und -stabilisierung** zu erreichen. Es basiert auf den **S3-Leitlinien** und bedient die Therapiesäulen Ernährung, Bewegung und Verhalten. zanadio kann als digitale Adipositas-Therapie von Patient:innen mit direktem Support durch den Hersteller in Eigenanwendung eingesetzt werden. Als App ist zanadio jederzeit und ortsunabhängig einsetzbar.

Kosten und Abrechnung

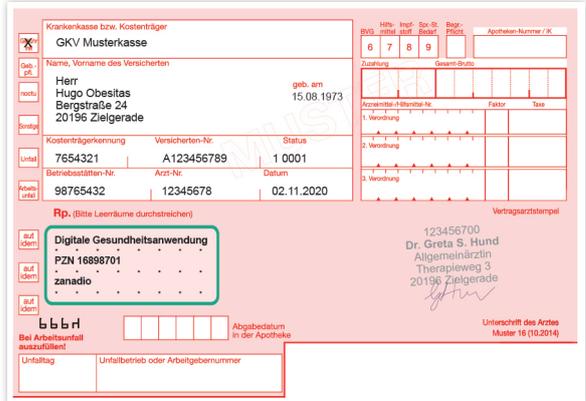
zanadio ist eine Regelleistung ohne Zuzahlung aller gesetzlichen Kassen. Die Verordnung erfolgt extrabudgetär und **belastet daher weder Arznei- noch Heilmittelbudget**. Die Erstverordnung ist über die GOP 01470 sowie die Verlaufskontrolle über **86700** (max. zweimal) abrechenbar - insgesamt **bis zu 16,24 Euro extrabudgetär** pro Patient:in.

Wirksamkeit

Die Wirksamkeit von zanadio wurde kürzlich in einer RCT-Studie an der Universität Leipzig nachgewiesen. Nach 12 Monaten erreichten die zanadio-Nutzer:innen (Interventionsgruppe) eine **signifikante Gewichtsreduktion von durchschnittlich fast 8 Prozent**. In der Kontrollgruppe hingegen war das Gewicht zum Studienende nahezu unverändert.

Verordnung

Die Verordnung erfolgt auf Muster 16 („Kassenrezept“). Sie muss neben der Angabe „**Digitale Gesundheitsanwendung**“ die PZN „**16898701**“ sowie den Produktnamen „**zanadio**“ enthalten.



Achtung: Bei Nutzung eines -Systems (z. B. Medistar, Turbomed) ist möglicherweise eine Verordnung aus dem gewohnten Verordnungszentrum nicht möglich. Hier ist eine Verordnung manuell oder über das App-Verordnungszentrum (Button  im System) möglich.

Indikationen:

- + diagnostizierte Adipositas (ICD-10: E66.-)
- + 18 Jahre oder älter
- + Body-Mass-Index: 30–40 kg/m²
- + keine fortgeschrittenen Begleiterkrankungen
- + physische und mentale Fähigkeit, eine Adipositas-Behandlung selbstständig durchzuführen
- + Beherrschung der deutschen Sprache in Wort und Schrift
- + im Besitz eines Smartphones (mit Betriebssystem ab iOS Version 13 oder ab Android Version 5) und in dessen Handhabung geübt

Kontraindikationen:

- + sekundäre Adipositasformen (Cushing-Syndrom, Hypothyreose, Prader-Willi-Syndrom, Hypogonadismus u. a.)
- + manifeste Hypothyreose, die nicht medikamentös eingestellt ist
- + Z. n. bariatrischer Operation innerhalb der letzten drei Jahre oder in Vorbereitungsphase auf eine bariatrische Operation
- + fehlende Veränderungsressourcen
- + körperliche Einschränkungen, die eine mäßige eigenständige physische Aktivität nicht ermöglichen
- + akute unbehandelte oder instabile psychische Störungen
- + vermutete oder bestehende Schwangerschaft