

PRESSEINFORMATION

DKOU 2022

Wirksamkeit bei Rückenschmerzen klinisch bestätigt: ViViRA als Alternative zur allgemeinen Krankengymnastik im Versorgungsalltag

Berlin, 25. Oktober 2022. Eine aktuelle klinische Studie¹ hat die Wirksamkeit einer Behandlung von Rückenschmerzen mit der digitalen Gesundheitsanwendung (DiGA) ViViRA im Vergleich zur Physiotherapie (allgemeine Krankengymnastik) über 12 Wochen im Versorgungsalltag untersucht und kommt zu positiven Ergebnissen: Nach 2 Wochen gaben Patient*innen der Interventionsgruppe mit ViViRA-Therapie (108 Teilnehmer*innen) eine Schmerzreduktion von 38% an, nach 12 Wochen um 53%. Sie war zu jedem Messzeitpunkt größer als die in der Kontrollgruppe mit Physiotherapie (105 Teilnehmer*innen). “Die randomisierte, kontrollierte Studie zeigt, dass sich die Rückenschmerzen bei Patient*innen, die das bewegungstherapeutische Trainingsprogramm von ViViRA anwendeten, in klinisch relevantem Ausmaß reduzierten - und zwar stärker als bei Patient*innen mit Physiotherapie (allg. Krankengymnastik)”, erklärte heute Dr. Leo Benning, Leiter des Clinical Teams der ViViRA Health Lab GmbH, zum Auftakt des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU), der bis zum 28. Oktober 2022 in Berlin stattfindet. Beide Patientengruppen gaben zudem ihren Schmerzmittelbedarf an: In der ViViRA-Gruppe ging die Schmerzmitteleinnahme therapiebegleitend stärker zurück als in der Physiotherapie-Gruppe. “ViViRA ist damit nicht nur eine wirksame Therapieoption, die der allgemeinen Krankengymnastik überlegen ist: Für Patient*innen, die lange auf einen Physiotherapie-Termin warten müssten, einen weiten Fahrtweg zurücklegen müssten oder arbeitsbedingt zu Praxisöffnungszeiten gar nicht zur Behandlung kommen könnten, hat die digitale ViViRA-Therapie, die unabhängig von Ort und Zeit zur Verfügung steht, eine besondere Attraktivität”, resümiert Dr. Leo Benning.

1. Studienergebnis: ViViRA reduziert Rückenschmerzen (Abbildung 1)

Die durchschnittliche Schmerzreduktion in der Interventionsgruppe mit ViViRA war zu jedem Messzeitpunkt statistisch signifikant und klinisch relevant^{2,3}: Patient*innen mit der ViViRA-Therapie gaben 2 Wochen nach Studienbeginn eine Schmerzreduktion von 38% auf einer verbal-numerischen Ratingskala (VNRS) an. Nach 12 Wochen war der Schmerz um 53% verringert. Die Schmerzreduktion in der Interventionsgruppe mit ViViRA war zu jedem Messzeitpunkt größer als die in der Kontrollgruppe mit

¹ Weise et al. (2022). The Effect of an app-based home exercise program on self-reported pain intensity in unspecific and degenerative back pain: a pragmatic open-label randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*. doi:10.2196/41899

² Ostelo et al. (2008). Interpreting change scores for pain and functional status in low back pain: towards international consensus regarding minimal important change. *Spine*, 33(1), 90-94. doi:10.1097/BRS.0b013e31815e3a10

³ Olsen et al. (2018). Minimum clinically important differences in chronic pain vary considerably by baseline pain and methodological factors: systematic review of empirical studies. *Journal of Clinical Epidemiology*, 101, 87-106.e2. doi:10.1016/j.jclinepi.2018.05.007

Physiotherapie (allg. Krankengymnastik). Nach 2 Wochen war die Schmerzintensität in der Interventionsgruppe 35 Prozentpunkte und nach 12 Wochen 39 Prozentpunkte geringer als in der Kontrollgruppe. → [Mehr Informationen zur RCT-Studie](#)

2. Studienergebnis: ViViRA reduziert die Schmerzmitteleinnahme (Abbildung 2)

Die durchschnittliche Reduktion der Schmerzmitteleinnahme in der Interventionsgruppe mit ViViRA war ebenfalls statistisch signifikant: Patient*innen mit der ViViRA-Therapie gaben in den Wochen 3-6 im Vergleich zu den Wochen 1-2 eine verringerte Schmerzmitteleinnahme von 54% anhand einer Skala zur Bewertung der zeitgleich eingenommenen Schmerzmedikation (MQS-III) an (s. Abb. 2). In den Wochen 7-12 verringerte sich die Schmerzmitteleinnahme um 67%⁴. Die Schmerzmitteleinnahme in der Interventionsgruppe mit ViViRA war in den Wochen 3-6 um 60 Prozentpunkte geringer als in der Kontrollgruppe mit Physiotherapie (allg. Krankengymnastik). In den Wochen 7-12 war die Schmerzmitteleinnahme in der Interventionsgruppe 40 Prozentpunkte geringer als in der Kontrollgruppe.

ViViRA passt sich dem individuellen Therapiebedarf an

ViViRA ist für die Indikationsgebiete unspezifischer sowie degenerativer Rückenschmerz geeignet und steht Patient*innen mit ärztlicher Verordnung sofort sowie unabhängig von Ort und Zeit per App zur Verfügung. ViViRA ist ohne Hilfsmittel anwendbar und passt sich kontinuierlich dem individuellen Therapiebedarf der Patient*innen an. Täglich personalisierte bewegungstherapeutische Übungen werden durch Video, Ton und Text angeleitet. Anhand von Patientenfeedback zu Schmerz und Funktion wird das Training durch einen medizinischen Progressionsalgorithmus individuell und kontinuierlich angepasst. Als vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) dauerhaft zugelassene DiGA ist ViViRA erstattungsfähig und kann an Patient*innen so häufig und so lange wie nötig von Ärzt*innen kollektivvertraglich verordnet werden. Dabei ist ViViRA budgetneutral und belastet nicht das ärztliche Arznei- oder Heilmittelbudget. Auch die meisten privaten Krankenversicherungen (PKV), die Beihilfe sowie die gesetzliche Unfallversicherung erstatten die Kosten für ViViRA. Seit kurzem ist die Verordnung von ViViRA zudem im Rahmen des stationären Entlassmanagements rechtssicher möglich.

ViViRA auf dem DKOU 2022

Einblicke in die klinische Evidenz von ViViRA sowie den DiGA-Versorgungsalltag gibt Dr. Philip Heimann, Geschäftsführer und Mitgründer, ViViRA Health Lab GmbH, auf dem **Lunchsymposium** („ViViRA - Evidenz und Integration in den Versorgungsalltag für die Rückenschmerz-App auf Rezept“), am **Donnerstag, den 26. Oktober 2022, 13:00-14:00 Uhr, Raum Weimar**. Für alle Fragen rund um ViViRA stehen DKOU-Kongressbesucher*innen auch Ansprechpartner*innen am **ViViRA-Stand Nr. 07 in Halle 2.2.** zur Verfügung. → [Mehr Informationen zum DKOU 2022](#)
(5.144 Zeichen inkl. Leerzeichen)

⁴Hans et al. (2022, 28.-30. April). Concomitant use of pain medication in a randomized controlled trial of a digital therapeutic for the treatment of lower back pain [Konferenz-Abstract]. 70. Jahrestagung der VSOU e.V., Baden-Baden, BW, Deutschland.

Grafiken: Abbildungen 1 und 2

Download: <https://www.vivira.com/presse/>

Pressekontakt:

Silja Koenig

ViViRA Health Lab GmbH

www.vivira.com

presse@vivira.com

T. 030 814 536 869

Über ViViRA Health Lab GmbH

Das Digital-Health-Unternehmen ViViRA Health Lab GmbH entwickelt und vermarktet digitale Gesundheitsanwendungen im Bereich Muskel-Skelett-Erkrankungen. Ziel ist es, Menschen mit Muskel-Skelett-Erkrankungen durch digitale Therapie-Programme bei der Reduktion von Schmerz und der Wiederherstellung der körperlichen Funktionsfähigkeit zu unterstützen. Das Unternehmen mit Sitz in Berlin wurde 2015 von Dr. Philip Heimann und den Reha-Klinik-Betreibern Dr. Petra Becker (Dr. Becker Klinikgruppe, Köln) und Fabian Blank (ehem. Meduna Klinikverbund, Bad Bertrich) gegründet. Das Medical Board der ViViRA Health Lab GmbH wird von Dr. med. Markus Klingenberg (Beta Klinik, Bonn) geleitet.

Das erste Produkt der ViViRA Health Lab GmbH ist ViViRA, die meistverordnete App auf Rezept bei Rückenschmerzen. Sie bietet ein leitliniengerechtes, bewegungstherapeutisches Training zur Schmerzreduktion nach funktionellem Trainingsprinzip. Als CE-gekennzeichnetes Medizinprodukt mit wirksamer Schmerzreduktion wurde ViViRA vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) in das offizielle DiGA-Verzeichnis aufgenommen und ist somit dauerhaft verordnungsfähig. ViViRA ist die erste und bislang einzige DiGA für das Muskel-Skelett-System, der dies dank ihrer klinisch erwiesenen Evidenz gelungen ist. Darüber hinaus wurde ViViRA die Patientensicherheit über eine ISO-13485-Zertifizierung sowie die Datensicherheit über eine ISO-27001-Zertifizierung bestätigt. Weitere Informationen unter www.vivira.com.