

# Informationen für Ärztinnen und Ärzte

## ViViRA. Die App auf Rezept bei Rückenschmerzen.

### Über ViViRA

- ✓ Dauerhaft zugelassene digitale Gesundheitsanwendung
- ✓ Zur Behandlung von akuten und chronischen Rückenschmerzen
- ✓ Therapeutisches Training per App mit täglich 4 Übungen
- ✓ Intensität und Komplexität der Übungen passen sich durch Patientenfeedback an
- ✓ Wöchentliche Verlaufskontrollen und Fortschrittsbericht als Grundlage für Auswertungsgespräche

### Vorteile für Ärzt\*innen und die Praxis

- ✓ **Budgetneutral:** Die Verordnung ist budgetneutral und belastet demnach weder Ihr Arznei- noch Ihr Heilmittelbudget.
- ✓ **Extrabudgetär:** Die ViViRA eigene GOP 01472 bzw. 30781 (64 Punkte) ermöglicht eine extrabudgetäre Abrechnung.
- ✓ **Fortschritts- und Verlaufskontrolle:** ViViRA stellt den Patient\*innen in der App Fortschrittsberichte zur Verfügung, die als Unterstützung bei Verlaufskontrollen genutzt werden können.
- ✓ **Leitliniengerechte Therapie:** Die individuelle ViViRA Bewegungstherapie entspricht der aktuell gültigen S3-Leitlinie zum Nichtspezifischen Kreuzschmerz.

### Wirksamkeit

- Die Ergebnisse der klinischen RCT-Studie zeigen, dass die Anwendung von ViViRA Rückenschmerzen in klinisch relevantem Ausmaß reduziert.
- Die Wirkung ist stärker als die allgemeine Krankengymnastik im Versorgungsalltag.
- Die Anwendung verringert die therapiebegleitende Schmerzmitteleinnahme.

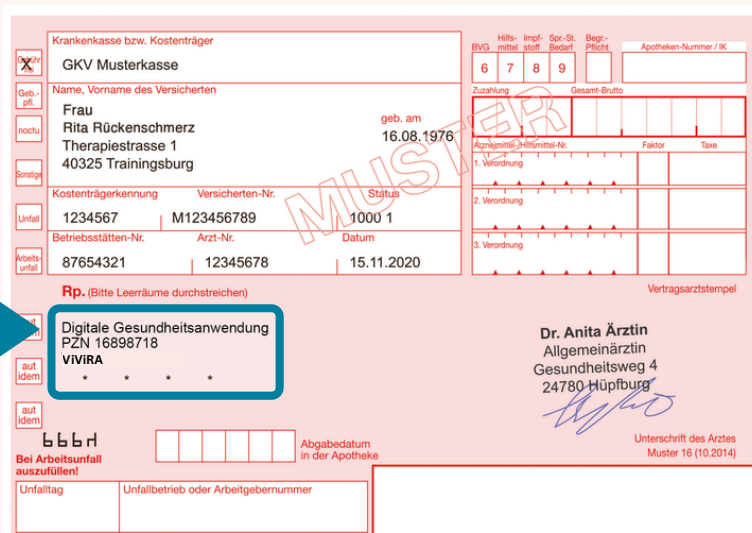


Hier erfahren Sie mehr über die ViViRA Therapie, Studien und (Kontra-)Indikationen

### So funktioniert die Verordnung:

Die Verschreibung erfolgt direkt aus dem Praxisverwaltungssystem (PVS) auf einem Muster 16 (Kassenrezept) mit dem **PZN-Code 16898718**.

- ✓ Bei akuten oder chronischen Rückenschmerzen
- ✓ Wenn eine Verbesserung durch strukturierte, geführte Bewegungstherapie begünstigt wird



#### 1. ViViRA auf Rezept verordnen

ViViRA kann in vielen Praxisverwaltungssystemen (PVS) über die PZN 16898718 oder die Eingabe von "ViViRA" gefunden werden. Alternativ kann sie auch manuell eingetragen werden.

- ✓ Digitale Gesundheitsanwendung
- ✓ PZN 16898718
- ✓ ViViRA

#### 2. Abrechnung über eigene GOP

Verlaufskontrolle und Abschlussgespräch werden extrabudgetär nach **GOP 01472** oder **GOP 30781** (64 Punkte) vergütet. Eine Folgeverordnung ist möglich.



**ViViRA ist ein Medizinprodukt**  
der Risikoklasse 1  
(gemäß MDR)



**Offizielle DiGA**  
BfArM-gelistet



**Schutz von Gesundheitsdaten**  
ISO 27001-zertifiziert

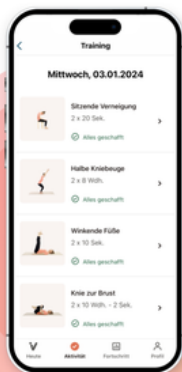


**Fokus auf Patient\*innensicherheit**  
ISO 13485-zertifiziert

# Informationen für Patientinnen und Patienten

## ViViRA. Die App auf Rezept bei Rückenschmerzen.

ViViRA ist eine dauerhaft zugelassene **digitale Gesundheitsanwendung (DiGA)** zur Behandlung von akuten und chronischen Rückenschmerzen. Das **therapeutische Training per App** bietet dir täglich 4 Einheiten, deren Intensität und Komplexität sich entsprechend deines Feedback individuell anpassen. Wöchentliche Verlaufskontrollen und monatliche Bewegungstests helfen dir dabei, deine Fortschritte zu verfolgen.



### 4 Übungen täglich

#### Trainiere bei Rückenschmerzen zu Hause per App

- Du trainierst täglich anhand von **4 Übungen für insgesamt ca. 15 Minuten**
- Vor jeder Übung bekommst du eine **kurze Anleitung**
- Du erhältst **Unterstützung zur korrekten Ausführung** während der Übungen
- Bei Schwierigkeiten gibt die ViViRA App dir Tipps zur **Abänderung der Übung**
- Diese Hinweise gibt dir ViViRA per **Video, Ton und Text**

## Checkliste: In 3 Schritten zu ViViRA

### 1. Vereinbare einen Termin und erhalte ein Rezept

- Alle Ärzt\*innen und Psychotherapeut\*innen in Deutschland können dir die ViViRA App verschreiben. Alternativ kannst du auch bei einem Telemedizin-Anbieter einen Termin zur Online-Sprechstunde vereinbaren: [vivira.com/hilfe](https://www.vivira.com/hilfe)

**Noch keine Arztpraxis?** Unser Kundenservice hilft dir dabei, eine passende Praxis zu finden. Ruf uns einfach an unter 030 814 53 6868 (Mo-Fr 09:00 - 18:00 Uhr).

### 2. Sende dein Rezept ganz einfach an uns

- Du hast ein Rezept für ViViRA erhalten?** Nutze unseren Rezept-Service und wir reichen dein Rezept auf Wunsch bei deiner Krankenkasse ein: [vivira.com/rezept-service](https://www.vivira.com/rezept-service)  
Natürlich kannst du dein Rezept auch eigenständig bei deiner Krankenkasse einreichen.

### 3. Gib den Freischaltcode in der App ein

- Um ViViRA nutzen zu können, brauchst du einen **16-stelligen Freischaltcode** zur Aktivierung der App. Den Code erhältst du von deiner gesetzlichen Krankenkasse.

## Kein Rezept oder noch unsicher?

Probiere ViViRA direkt aus, mit dem **7-Tage Startraining**

