Hausarztpraxis Dr. med. Dietmar Kurz
Hausärztliche Innere Medizin · Diabetologie · Notfallmedizin
Trinkbornstr. 47 · 64291 Darmstadt-Wixhausen

Patienteninformation
Tel. 0 61 50 / 98 00 28
praxis@hausarzt-dr-kurz.de · www.hausarzt-dr-kurz.de

Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA): App auf Rezept selbst beantragen

Liebe Patientin, lieber Patient, digitale Gesundheitsanwendungen (kurz: DiGA) sind geprüfte medizinische Apps und Webanwendungen, die Ihre Krankenkasse bei entsprechender Diagnose bezahlt – zum Beispiel bei Schlafstörungen, Rückenschmerzen, Tinnitus, Angststörungen oder Adipositas. Alle zugelassenen DiGA finden Sie im offiziellen Verzeichnis des BfArM.

Es gibt zwei Wege, eine DiGA zu erhalten: über eine ärztliche Verordnung oder direkt über einen eigenen Antrag bei Ihrer Krankenkasse. In den meisten Fällen ist der **direkte Antrag** der schnellere und unkompliziertere Weg – dafür brauchen Sie keinen Termin in unserer Praxis und kein Rezept von uns. Mit diesem Schreiben möchten wir Ihnen zeigen, wie Sie dabei am besten vorgehen.

	So beantragen Sie eine DiGA selbst
1	**Passende DiGA im offiziellen Verzeichnis finden:** Rufen Sie das DiGA-Verzeichnis des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) auf: **diga.bfarm.de**. Dort können Sie nach Ihrer Erkrankung bzw. Ihren Beschwerden filtern (z. B. „Schlafstörung“, „Depression“, „Rückenschmerz“) und die passende Anwendung auswählen. Für jede DiGA finden Sie dort eine Beschreibung, für welche Diagnose sie zugelassen ist.
2	**Antrag direkt bei Ihrer Krankenkasse stellen:** Stellen Sie den Antrag auf Kostenübernahme für die gewählte DiGA direkt bei Ihrer Krankenkasse – meist geht das online über das Kundenportal oder die App Ihrer Kasse, alternativ telefonisch oder schriftlich. Eine ärztliche Verordnung oder ein Befundbericht aus unserer Praxis ist dafür in der Regel nicht erforderlich – fragen Sie Ihre Kasse vorab, welchen Nachweis sie benötigt. Halten Sie Ihre Versichertennummer bereit und beschreiben Sie kurz Ihre Diagnose bzw. Beschwerden.
3	**Prüfung durch die Krankenkasse abwarten:** Ihre Krankenkasse prüft Ihren Versichertenstatus und den Leistungsanspruch. Die Bearbeitungsdauer ist je nach Krankenkasse unterschiedlich. Bei Rückfragen meldet sich die Kasse direkt bei Ihnen.
4	**Freischaltcode erhalten:** Nach positiver Prüfung erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse einen Freischaltcode, meist als QR-Code per Post oder direkt in der App/im Kundenportal Ihrer Kasse.
5	**DiGA aktivieren und nutzen:** Je nach Anwendung laden Sie die DiGA als App im App Store bzw. Google Play Store herunter oder rufen die Webanwendung im Browser auf und geben dort Ihren Freischaltcode ein. Anschließend können Sie die Anwendung sofort nutzen.

Gut zu wissen

- Eine Diagnose sollte bereits bekannt sein, z. B. aus einem früheren Arztbesuch oder Befund.
- Sie müssen für den Antrag keine Nachweise oder Befunde von uns beibringen; die Krankenkasse prüft den Anspruch selbst. **Ausnahme:** Die Diagnose wurde erst im aktuellen Quartal gestellt!
- Bei Fragen zum Antrag hilft Ihnen die Servicehotline Ihrer Krankenkasse am schnellsten weiter.
- Passt keine gelistete DiGA zu Ihrer Situation oder ist eine ärztliche Verordnung ausdrücklich gewünscht, sprechen Sie uns gerne in der Sprechstunde an.

Diese Information wurde nach bestem Wissen erstellt und dient der Orientierung; sie ersetzt keine Rechtsberatung. Maßgeblich sind die Auskünfte Ihrer Krankenkasse. Stand 11/2026