INFORMATION FÜR BEHANDELNDE ÄRZTINNEN UND ÄRZTE · MECFS-TRACKER.APP

Meinen ME/CFS-Verlauf strukturiert einsehen

Selbstbeobachtung und Beobachtungen von Angehörigen – verschlüsselt, ohne Cloud, nur für Ihre Praxis lesbar.

Sehr geehrte Frau Doktor, sehr geehrter Herr Doktor,

ich dokumentiere meinen Krankheitsverlauf mit der Patienten-App **me.cfs Tracker**. Die App enthält unter anderem das Aktivitäts- und Symptomprotokoll für Erwachsene, das der Praxisleitfaden ME/CFS der Deutschen Gesellschaft für ME/CFS e. V. (in Kooperation mit dem Charité Fatigue Centrum) empfiehlt. Damit Sie meinen Verlauf vor dem Termin ansehen können und ich im Termin nicht alles aus dem Gedächtnis schildern muss, möchte ich ihn Ihnen vorab digital zur Verfügung stellen – wenn Sie das möchten.

Patientin / Patient (optional): _____ Nächster Termin: _____

Was Sie in Ihrer Praxis sehen

Tagesprotokoll

Meine Einträge je Tageszeit in der Methode, die ich nutze: Minimal-Check (0–4), vereinfachtes Aktivitätstagebuch (0–10) oder das Aktivitäts- und Symptomprotokoll nach DBS/OMF-Anhang 1; PEM-Markierungen, Begleitsymptome, Notizen.

Vitalwerte und Fragebogen

Optional Ruhepuls, gemessener Puls, HRV (mit Messart), Blutdruck, Schlafdauer und Body Battery je Tageszeit (Garmin-Wert 5–100, kein medizinischer Messwert – Erklärung und Quellen in der Praxis-App); Beginn und Ende von Crashs; der Fragebogen DSQ-SF in der offiziellen deutschen Fassung.

Änderungen und Nachträge

Ändere ich einen Eintrag nachträglich, sehen Sie Zeitpunkt und vorher/nachher. Nachgetragene Einträge sind als „nachgetragen am …“ gekennzeichnet. Die Angaben bleiben Selbstauskünfte.

Beobachtungen von Angehörigen

Nur wenn ich sie freigebe: Beobachtungen meiner Angehörigen aus der App me.cfs Begleiten, getrennt von meinen eigenen Angaben.

So starten Sie

1 · Öffnen

docs.mecfs-tracker.app im Browser aufrufen, keine Installation. Zugang für medizinisches Fachpersonal über DocCheck.

2 · Koppeln

Praxisschlüssel lokal anlegen (Passwort; optional Windows Hello, Touch ID oder Sicherheitsschlüssel) und einmal Kontaktkarte und Prüfcode mit mir austauschen.

3 · Einsehen

Meine verschlüsselte Datei für den gewählten Zeitraum öffnen, ansehen und bei Bedarf drucken oder als PDF speichern.

Einordnung für Praxis-IT und Datenschutz

- **Kein Server für Gesundheitsdaten, kein Konto:** Die Daten liegen verschlüsselt auf meinem Gerät und gehen nur als Datei an Ihren Praxis-Arbeitsplatz, verschlüsselt für dieses Gerät und von meinem Gerät signiert.
- **Reine Anzeige:** me.cfs Praxis zeigt meine Angaben an, bewertet sie nicht, stellt keine Diagnose und gibt keine Therapieempfehlung. Die rechtliche Einordnung nach der Medizinprodukte-Verordnung steht noch aus.
- **Keine PVS-Schnittstelle nötig:** Die Druckansicht lässt sich als PDF in Ihre Patientenakte übernehmen – als meine Selbstauskunft; ob und was Sie übernehmen, entscheiden Sie.
- **Kosten:** Für Ihre Praxis derzeit kostenlos; geplant ist eine künftige Bezahlung, sofern die Finanzierung nicht anders gesichert wird – sie wird mindestens drei Monate vorher angekündigt, bis dahin entstehen keine Kosten. Für mich als Patientin/Patient ist die App dauerhaft kostenlos.

Kontakt und Rückfragen: info@mecfs-tracker.app · Patienten-App: my.mecfs-tracker.app · Praxis-App: docs.mecfs-tracker.app