

Gesundheit digital

E-Rezept, ePA und Arztbesuch per Video



Mit den Tipps aus meiner Sendung nutzen Sie digitale Gesundheitsdienste einfach, sicher und selbstbestimmt.



Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

Gesundheit wird digitaler – aber sie muss deshalb nicht komplizierter werden. Viele neue Angebote ersparen Wege, schaffen Überblick und helfen dabei, wichtige Informationen schneller zur Hand zu haben. Und das Beste: Für den einfachsten Weg brauchen Sie oft weder eine App noch besondere Technik.

In der Sendung habe ich Ihnen gezeigt, wie Sie das E-Rezept im Alltag einlösen, was die elektronische Patientenakte für Sie bedeutet und wann ein Arztbesuch per Video sinnvoll ist. In dieser Zusammenfassung finden Sie alle wichtigen Schritte, Ihre Rechte bei der ePA und eine praktische Checkliste für die Videosprechstunde.

Herzlichst,
Ihr Kaner Etem

Digitale Gesundheit: Was sich im Alltag verändert hat

Drei Angebote begegnen Ihnen heute besonders häufig: Das E-Rezept ersetzt bei verschreibungspflichtigen Medikamenten meist den rosa Zettel. Die elektronische Patientenakte (ePA) bündelt Befunde, Arztbriefe und Medikamentendaten. Die Videosprechstunde ermöglicht geeignete Arzttermine von zu Hause aus.

Wichtig ist die Wahlfreiheit: Ein E-Rezept können Sie in der Apotheke einfach mit Ihrer Gesundheitskarte einlösen. Ihre ePA können Sie auch ohne Smartphone über die Krankenkasse oder deren Ombudsstelle verwalten. Und bei einer Videosprechstunde reicht meist ein normales Gerät mit Kamera, Mikrofon und Internet.

Sie müssen kein Technikprofi sein. Wählen Sie den Weg, der zu Ihnen passt. Digital bedeutet nicht automatisch „nur mit Handy“. Gesundheitskarte, Papiausdruck, Telefon und persönliche Hilfe bleiben wichtige und vorgesehene Zugangswege.

Das E-Rezept im Alltag

Seit 2024 ist das E-Rezept der Standard für verschreibungspflichtige Medikamente der gesetzlichen Krankenversicherung. Die Praxis erstellt und signiert die Verordnung digital. In der Apotheke wird sie aus der sicheren Telematikinfrastruktur abgerufen.

So einfach geht es mit der Gesundheitskarte

Für den unkompliziertesten Weg brauchen Sie keine App und keine PIN:

1. **Medikament verschreiben lassen: Die Arztpraxis erstellt das E-Rezept wie gewohnt nach der Behandlung.**
2. **In die Apotheke gehen: Nehmen Sie Ihre elektronische Gesundheitskarte mit.**
3. **Gesundheitskarte einstecken: Die Apotheke ruft Ihre offenen E-Rezepte ab. Eine PIN ist nicht nötig.**
4. **Medikament erhalten: Sie nehmen es mit oder vereinbaren – falls angeboten – einen Botendienst.**

Alternativ kann die Praxis einen Papiausdruck mit Rezeptcode erstellen. Wer eine App nutzt, kann Rezepte ansehen, eine Apotheke auswählen und Medikamente vorbestellen. Für Angehörige bietet die offizielle E-Rezept-App eine Familienfunktion – immer nur mit dem Einverständnis der unterstützten Person.

Medikamente günstiger finden mit [medizinfuchs.de](https://www.medizinfuchs.de)

Besonders bei rezeptfreien Medikamenten können die Preise deutlich voneinander abweichen. Auf [medizinfuchs.de](https://www.medizinfuchs.de) suchen Sie nach Produktname oder Pharmazentralnummer (PZN) und vergleichen Angebote verschiedener Versandapotheken. Achten Sie auf den Gesamtpreis einschließlich Versandkosten.

Praktisch ist der Merkzettel: Er vergleicht mehrere Produkte als Gesamtbestellung und zeigt, ob eine Bestellung bei einer oder mehreren Apotheken günstiger ist. Bestellung, Lieferung und pharmazeutische Beratung erfolgen bei der ausgewählten Versandapotheke – [medizinfuchs.de](https://www.medizinfuchs.de) selbst ist ein kostenloses Vergleichsportal.

Welcher Weg passt zu mir?

- **Gesundheitskarte:** Der einfachste Weg vor Ort. Karte in der Apotheke einstecken, keine PIN und kein Smartphone nötig.
- **Papierausdruck:** Die Praxis druckt einen Rezeptcode aus, den die Apotheke scannt. Gut, wenn Sie lieber Papier in der Hand haben.
- **E-Rezept-App oder Krankenkassen-App:** Rezepte sehen, Apotheke auswählen und vorbestellen. Für die Einrichtung werden ein Smartphone, Gesundheitskarte und PIN oder eine GesundheitsID benötigt.
- **Online-Bestellung:** In manchen Apotheken-Apps (z. B. Shop Apotheke) halten Sie die Gesundheitskarte einfach ans Smartphone.. Dafür ist keine Karten-PIN nötig.
- **Hilfe durch Angehörige:** Gesundheitskarte mitgeben, Papierausdruck nutzen oder die Familienfunktion der App einrichten. Unterstützung ist möglich – immer nur mit Einverständnis.

Die elektronische Patientenakte: Ihr digitaler Aktenordner

Die ePA sammelt wichtige Gesundheitsinformationen an einem geschützten Ort. Gesetzlich Versicherte haben sie seit 2025 in der Regel automatisch, sofern sie nicht widersprochen haben. Die Nutzung bleibt freiwillig.

1. **Befunde und Arztbriefe an einem Ort** – hilfreich, wenn mehrere Praxen oder ein Krankenhaus beteiligt sind.
2. **Medikationsliste aus E-Rezepten** – für einen besseren Überblick über verordnete Arzneimittel.
3. **Weniger Doppeluntersuchungen** – weil vorhandene Ergebnisse schneller verfügbar sein können.
4. **Wichtige Unterlagen nach Krankenhausaufenthalten** – zum Beispiel Entlassbriefe oder Laborbefunde.

5. **Eigene Dokumente und Vorsorgeunterlagen** – auf Wunsch können Sie auch persönliche Unterlagen hochladen und ergänzen.

Sie bestimmen, wer was sehen darf

Der Zugriff ist an eine Behandlung gebunden. Arztpraxen und Krankenhäuser erhalten nach dem Einlesen der Gesundheitskarte standardmäßig meist 90 Tage Zugriff, Apotheken in der Regel 3 Tage. Ihre Krankenkasse stellt die ePA bereit, kann die medizinischen Inhalte aber nicht regulär lesen.

Ihre wichtigsten Möglichkeiten:

- Der gesamten ePA widersprechen – jederzeit bei Ihrer Krankenkasse. Eine bestehende ePA und ihre Inhalte werden dann gelöscht.
- Eine einzelne Praxis, Klinik oder Apotheke sperren – über die ePA-App oder die Ombudsstelle Ihrer Krankenkasse.
- Das Speichern eines konkreten Dokuments ablehnen – sagen Sie dies direkt dem behandelten Arzt / der Ärztin, der Praxis oder Klinik.
- Dokumente verbergen oder löschen und die Zugriffsdauer ändern – über die App oder mit Unterstützung der Ombudsstelle.

Die Grundregel: Sie behalten die Kontrolle. Wenn Sie die ePA ablehnen, entstehen Ihnen keine Nachteile bei der Behandlung. Fragen Sie bei Unsicherheit Ihre Krankenkasse, bevor Sie eine Einstellung ändern oder Daten endgültig löschen.

ePA ohne Smartphone verwalten

Ihre Rechte gelten auch ohne App. Sie müssen die ePA nicht selbst auf einem Smartphone bedienen, um Widersprüche zu erklären oder Zugriffe zu begrenzen.

Ombudsstelle der Krankenkasse

Die Ombudsstelle unterstützt Sie bei Widersprüchen, sperrt auf Wunsch einzelne Einrichtungen und kann Ihnen das Zugriffsprotokoll bereitstellen. Den Kontakt erhalten Sie direkt bei Ihrer Krankenkasse.

Vertretung durch eine Vertrauensperson

Sie können eine nahestehende Person als Vertretung einsetzen. Diese hilft beim Verwalten der ePA, ohne dass Sie Ihre persönlichen Zugangsdaten weitergeben müssen. Klären Sie vorher gemeinsam, welche Aufgaben übernommen werden sollen.

Vier einfache Startschritte

- **Bei der Krankenkasse nachfragen:** Wurde für mich eine ePA angelegt und wie erreiche ich die Ombudsstelle?
- **Verwaltungsweg wählen:** ePA-App, Desktop-Lösung, Ombudsstelle oder Vertretung durch eine Vertrauensperson.
- **Einfache Regeln festlegen:** Welche Einrichtungen dürfen zugreifen und welche Dokumente sollen verborgen bleiben?

Wichtig bei sensiblen Daten

Ein verborgenes Dokument ist in der Regel für alle medizinischen Einrichtungen verborgen. Außerdem können Medikamente indirekt Hinweise auf eine Diagnose geben. Etwa bei psychischen Erkrankungen oder anderen besonders sensiblen Themen sollten Sie Arztpraxis und Ombudsstelle gezielt nach den passenden Widerspruchsmöglichkeiten fragen.

Der Arzt per Video und die digitale Krankschreibung

Eine Videosprechstunde eignet sich gut, um Befunde zu besprechen, den Verlauf zu kontrollieren, Medikamente zu klären oder leichtere Beschwerden einzuschätzen – immer dann, wenn keine unmittelbare körperliche Untersuchung nötig ist.

Nicht geeignet ist sie bei Notfällen, Atemnot, Brustschmerzen, Lähmungen, starker Verschlechterung oder Beschwerden, die abgetastet, abgehört oder anders körperlich untersucht werden müssen. Im Notfall gilt: 112 anrufen.

Schritt 1 – Termin vereinbaren: Fragen Sie zuerst Ihre vertraute Praxis, ob sie eine Videosprechstunde anbietet. Sie erhalten einen Termin sowie einen Link oder Zugangscode.

Schritt 2 – Technik prüfen: Smartphone, Tablet oder Computer mit Kamera, Mikrofon, Lautsprecher und stabiler Internetverbindung bereithalten. Nutzen Sie einen ruhigen, gut beleuchteten Raum.

Schritt 3 – Unterlagen bereitlegen: Gesundheitskarte, Medikamentenliste, Messwerte, Fragen und gegebenenfalls Vorbefunde griffbereit halten.

Schritt 4 – Rechtzeitig einwählen: Öffnen Sie den Link etwa zehn Minuten vorher und warten Sie im digitalen Wartezimmer. Halten Sie die Gesundheitskarte für eine mögliche Sichtprüfung bereit.

Schritt 5 – Danach nachfragen: Klären Sie, ob ein E-Rezept ausgestellt wurde, ob eine eAU vorliegt und wie die weitere Behandlung abläuft.

TeleClinic: Videosprechstunde auch außerhalb der Praxiszeiten

Falls Ihre eigene Praxis keinen passenden Videotermin anbietet, ist [TeleClinic](#) eine zusätzliche Möglichkeit. Die Behandlung findet per TeleClinic-App mit Ärztinnen und Ärzten aus Deutschland statt. Gesetzliche Krankenkassen übernehmen die Kosten des regulären Online-Arztbesuchs; Privatversicherte erhalten eine Rechnung.

- Rund um die Uhr erreichbar – auch nachts, an Wochenenden und Feiertagen.
- Keine Anfahrt und kein Wartezimmer; hilfreich bei leichten Beschwerden, auf Reisen oder wenn Sie wenig mobil sind.
- Nach ärztlichem Ermessen erhalten Sie E-Rezept, Krankschreibung oder weitere Dokumente direkt in der App.
- Vor der Behandlung wird geprüft, ob Ihr Anliegen für eine Videosprechstunde geeignet ist.

Wichtige Hotlines und Anlaufstellen auf einen Blick

Anlaufstelle	Wofür sie da ist
112	Notruf – bei Atemnot, Brustschmerzen, Lähmungen, Bewusstlosigkeit oder anderer akuter Gefahr
116117	Ärztlicher Bereitschaftsdienst und Terminservice – wenn es dringend ist, aber kein lebensbedrohlicher Notfall
Ihre Krankenkasse	Fragen zu ePA-App, Gesundheitskarten-PIN, GesundheitsID und zuständiger Ombudsstelle
Ombudsstelle der Krankenkasse	Widersprüche umsetzen, Einrichtungen sperren, Zugriffsprotokoll bereitstellen und bei der ePA helfen
Ihre Arztpraxis	E-Rezept ausstellen, Videosprechstunde anbieten, Beschwerden beurteilen und eAU erstellen

Ihre Apotheke	E-Rezept einlösen, Verfügbarkeit prüfen sowie Abholung, Botendienst oder Versand klären
---------------	---

E-Rezept, ePA, Video und eAU im Schnellvergleich

Thema	Das Wichtigste
E-Rezept vor Ort	In der Apotheke reicht meist die Gesundheitskarte – ohne PIN und ohne Smartphone.
E-Rezept per App	Rezepte ansehen, Apotheke auswählen und vorbestellen; Einrichtung mit Gesundheitskarte-PIN oder GesundheitsID.
Elektronische Patientenakte	Freiwilliger digitaler Aktenordner; Sie können Zugriffe begrenzen, Dokumente verbergen oder widersprechen.
ePA ohne App	Krankenkasse oder Ombudsstelle ansprechen; Ihre Rechte gelten auch ohne Smartphone.
Videosprechstunde	Gut für Besprechungen und Kontrollen, nicht für Notfälle oder notwendige körperliche Untersuchungen.
Notfall	Keine Videosprechstunde: bei akuter Gefahr sofort 112 anrufen.

Elektronische AU	Die Praxis sendet die eAU an die Krankenkasse; den Arbeitgeber müssen Sie weiterhin selbst informieren.
------------------	---

Die 3 wichtigsten Merksätze

- 1. E-Rezept: In der Apotheke reicht meist Ihre Gesundheitskarte – ganz ohne PIN und Smartphone.**
- 2. ePA: Sie behalten die Kontrolle. Widerspruch, Sperren und Hilfe durch die Ombudsstelle sind jederzeit möglich.**
- 3. Videosprechstunde: Praktisch für geeignete Beschwerden – bei Notfällen oder nötiger Untersuchung gehört der Termin in die Praxis oder der Notruf 112 gewählt.**

Fangen Sie klein an: Nutzen Sie zuerst den einfachsten Weg – zum Beispiel die Gesundheitskarte für das E-Rezept. Fragen Sie bei Unsicherheit Ihre Krankenkasse, Arztpraxis oder Apotheke. Digitale Gesundheit soll Ihren Alltag erleichtern, nicht zusätzlich belasten. Ich wünsche Ihnen Gesundheit, Sicherheit und einen gelassenen Umgang mit den neuen Möglichkeiten.

Quellenangaben: Bundesministerium für Gesundheit (ePA für alle), gematik (E-Rezept), gesund.bund.de (E-Rezept, ePA, Videosprechstunde und eAU), Kassenärztliche Bundesvereinigung und Gemeinsamer Bundesausschuss (Videosprechstunde und Krankschreibung), GKV-Spitzenverband (ePA und Ombudsstelle), medizinfuchs.de (Medikamenten-Preisvergleich) und TeleClinic (Videosprechstunde, Kostenübernahme, E-Rezept und AU).

Impressum: Computerwissen, ein Unternehmensbereich der VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG, Theodor-Heuss-Straße 2–4, 53177 Bonn · Vorstand: Richard Rentrop, Michael Schrader, Bonn · Redaktionell Verantwortlicher: Sven Udert · Redaktion & Moderation: Kaner Etem, München · www.computerwissen.de

Alle Angaben ohne Gewähr. Stand: 27.07.2026