

In dieser Anleitung zeigen wir Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie die App einrichten und verwenden können.

Herunterladen der App

1

Um die Vertidisan-App nutzen zu können, müssen Sie diese zunächst auf Ihr Handy oder Tablet herunterladen und installieren.

Bei Apple-Geräten (iPhone, iPad) können sie diese im AppStore unter folgendem Link herunterladen:

<https://apps.apple.com/app/id6469709614>

Bei Android-Geräten (Samsung, Google, Huawei, etc.) können Sie im Google PlayStore unter folgendem Link herunterladen:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=de.vertidisan.app>



HINWEIS:

Bitte beachten Sie die Systemvoraussetzungen:

Sie benötigen ein Handy oder Tablet mit den Betriebssystem von

- Apple (mind. iOS 15)
- oder Google (mind. Android 10)

Eine Verwendung am PC oder TV ist derzeit leider nicht möglich.

Anmeldung und Freischaltung der Vertidisan®-App

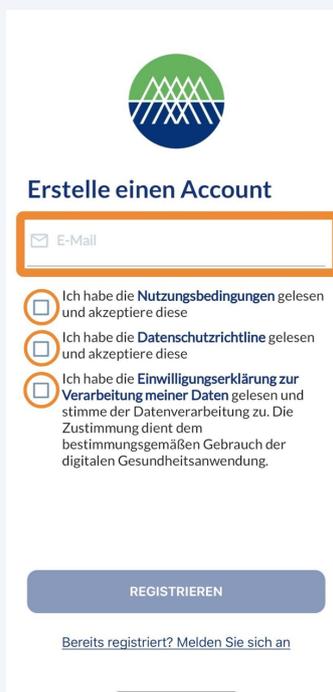
2

Wenn Sie die Vertidisan®-App heruntergeladen und installiert haben, öffnen Sie die App auf Ihrem Handy oder Tablet und drücken Sie auf "Jetzt Registrieren".

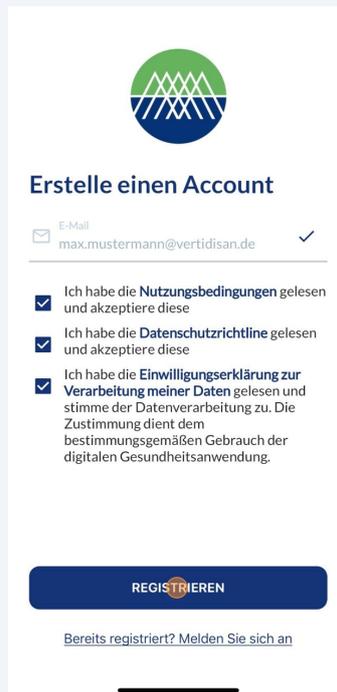


3

Tragen Sie Ihre Emailadresse ein, setzen Sie die Häkchen in den drei Kontrollkästchen.



4 Drücken Sie dann auf den Knopf "Registrieren".



The screenshot shows a mobile registration form with a circular logo at the top center. The logo features a green upper half with white mountain-like peaks and a blue lower half with white peaks. Below the logo, the title "Erstelle einen Account" is displayed in a bold, dark blue font. Underneath the title, the email address "max.mustermann@vertidisan.de" is shown with a checkmark to its right. A horizontal line separates this section from the terms and conditions. Three terms are listed, each with a checked checkbox: "Ich habe die Nutzungsbedingungen gelesen und akzeptiere diese", "Ich habe die Datenschutzrichtlinie gelesen und akzeptiere diese", and "Ich habe die Einwilligungserklärung zur Verarbeitung meiner Daten gelesen und stimme der Datenverarbeitung zu. Die Zustimmung dient dem bestimmungsgemäßen Gebrauch der digitalen Gesundheitsanwendung." At the bottom of the form is a dark blue button with the text "REGISTRIEREN" in white. Below the button is a link that says "Bereits registriert? Melden Sie sich an".



Erstelle einen Account

E-Mail
max.mustermann@vertidisan.de ✓

- Ich habe die **Nutzungsbedingungen** gelesen und akzeptiere diese
- Ich habe die **Datenschutzrichtlinie** gelesen und akzeptiere diese
- Ich habe die **Einwilligungserklärung zur Verarbeitung meiner Daten** gelesen und stimme der Datenverarbeitung zu. Die Zustimmung dient dem bestimmungsgemäßen Gebrauch der digitalen Gesundheitsanwendung.

REGISTRIEREN

[Bereits registriert? Melden Sie sich an](#)

5 Vergeben Sie nun ein Passwort: Dafür müssen Sie es zwei mal identisch eingeben.

Die App zeigt Ihnen ebenfalls an, ob die Anforderungen an das Passwort erfüllt sind. (Blaue Häkchen)

Die Anforderungen an das Passwort lauten:

- Das Passwort muss einen Klein- und Großbuchstaben enthalten
- Das Passwort muss eine Zahl enthalten
- Das Passwort muss mindestens 8 Zeichen lang sein

Drücken Sie dann auf "Bestätigen".

Erstelle einen Account

Passwort
Test12345

Passwort wiederholen
••••••••

- ✓ Das Passwort muss einen Klein- und Großbuchstaben enthalten
- ✓ Das Passwort muss eine Zahl enthalten
- ✓ Das Passwort muss mindestens 8 Zeichen lang sein

BESTÄTIGEN

i Tipp: Sie können sich das Passwort auch als Klartext anzeigen lassen, um es überprüfen zu können.

Drücken Sie dafür auf das "Augensymbol" (hier grün eingekreist) im jeweiligen Passwortfeld.

6 Sie haben nun ein Benutzerkonto angelegt. Dieses muss noch bestätigt werden.

Dazu erhalten Sie innerhalb der nächsten Minuten eine E-Mail.

Rufen Sie daher bitte Ihr Emailpostfach auf (die App können Sie bei Bedarf schließen).



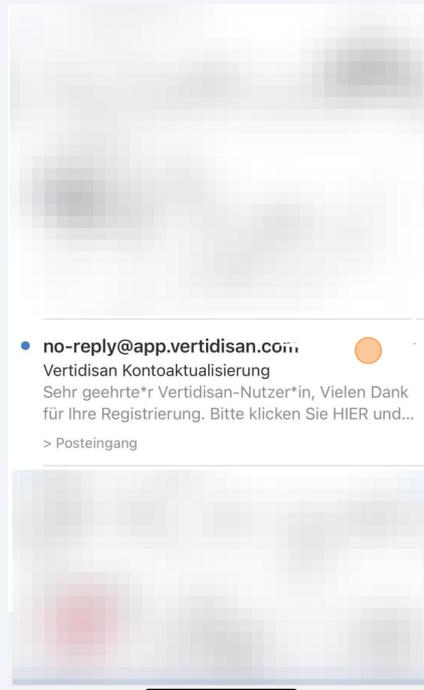
i Tipp: Sie können die E-Mail-Bestätigung an jedem Endgerät ausführen von dem aus Sie Zugriff auf Ihre E-Mails haben (bspw. auch an Ihrem PC).

7

Suchen Sie in Ihrem E-Mail-Postfach nach der Bestätigungsemail.

Absender: no-reply@app.vertidisan.com

Betreff: Vertidisan Kontoaktualisierung



Sollte die E-Mail bei Ihnen nicht eingehen, können dafür u.a. folgende Gründe vorliegen:

- Es kann vereinzelt ein paar Minuten dauern bis die E-Mail bei Ihnen eingeht.
- Die E-Mail könnte in Ihrem Spam-Ordner eingegangen sein - prüfen Sie bitte, ob Sie die Nachricht dort finden.
- Es könnte sein, dass Ihre E-Mail-Adresse einen Tippfehler enthielt, sodass die Bestätigungsemail nicht bei Ihnen ankommt. In diesem Fall müssten Sie den Registrierungsprozess nochmals von vorne Beginnen.

Sollten weiterhin Probleme bestehen, zögern Sie nicht sich an unseren Support zu wenden.

8

Öffnen Sie die E-Mail und drücken Sie auf den Link mit der Aufschrift "HIER".

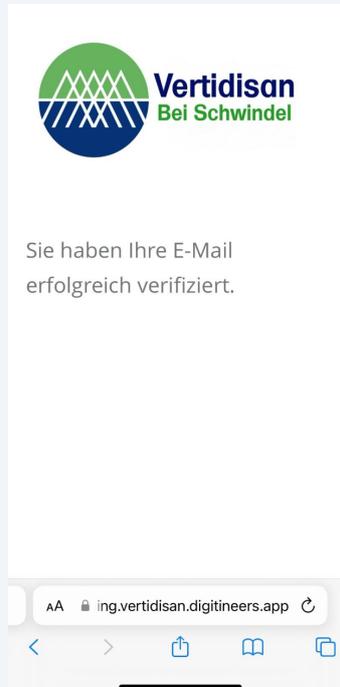


9

Es öffnet sich Ihr Internetbrowser mit der Mitteilung "Sie haben Ihre E-Mail erfolgreich verifiziert".

Sie haben damit die Kontoerstellung erfolgreich abgeschlossen und können die App nun einrichten.

Sie können den Browser nun wieder schließen und zurück in die Vertidisan®-App gehen.



Bitte beachten Sie, dass der Link in der Bestätigungsemail nur eine kurze Zeit gültig ist.

Sollte eine Fehlermeldung erscheinen "We are sorry... Action expired" ist der Link leider bereits nicht mehr gültig und Sie müssten den Registrierungsprozess nochmals von vorne beginnen.

10

Sollten Sie nach dem Öffnen der App wieder den Hinweis auf den Versand der Bestätigungsemail sehen, können Sie diesen ignorieren und auf "Weiter" drücken.



11

Um sich in der App anzumelden, tragen Sie im Anmeldefenster (mit der Überschrift "Willkommen zurück!") ihre

- E-Mailadresse
- und das Passwort, das Sie soeben vergeben haben,

ein.

Drücken Sie dann auf den Knopf "Anmelden".

Willkommen zurück!

E-Mail

Passwort

Haben Sie Ihr Passwort vergessen?

Angemeldet bleiben

ANMELDEN

[Registrieren](#)



Tip: Falls Sie darauf verzichten möchten bei der Nutzung der App jedes Mal Email-Adresse und Passwort einzugeben, können Sie unten das Häkchen bei "Angemeldet bleiben" drücken - es erscheint dann ein Popup welches Sie mit "OK" bestätigen müssen.

12

Um den Inhalt der App nutzen zu können, benötigen Sie einen Freischaltcode.

Wie Sie einen Freischaltcode erhalten, erfahren Sie unter www.vertidisan.de.

Tragen Sie im Feld "Code" ihren Freischaltcode ein.
(Es ist dabei unerheblich, ob Sie die Buchstaben groß oder klein schreiben, es sollte jedoch einheitlich sein.)

Drücken Sie danach auf den Knopf "Einlösen".

Freischaltung

Vertidisan mit Rezept oder Arztbericht kostenlos und zuzahlungsfrei erhalten.

Geben Sie hier Ihren Freischaltcode ein.

Wie erhalten Sie kostenlos einen Freischaltcode?
Das erfahren Sie auf www.vertidisan.de.

Code

Einlösen

Sie sind noch unentschieden und möchten sich erst einmal die Vorschau von Vertidisan ansehen?

Blick in Vertidisan



HINWEIS:

Sollte die Einlösung des Freischaltcodes nicht funktionieren, prüfen Sie bitte:

1. Ob der Freischaltcode keine Tippfehler enthält und alle Buchstaben entweder groß **oder** klein geschrieben sind.

2. Ob Sie eine Verbindung zum Internet haben. (Probieren Sie ggf. aus eine andere Internetverbindung zu verwenden, bspw. die mobilen Daten Ihres Handys)

Bleiben die Probleme weiterhin bestehen, melden Sie sich gerne bei unserem Support.



Tipp: Sollten Sie noch keinen Freischaltcode besitzen, können Sie eine eingeschränkte Testversion der App nutzen.

Drücken Sie dafür auf den Knopf "Blick in Vertidisan".

Sie können in der Testversion auch jederzeit einen Freischaltcode eingeben, um die Appinhalte komplett freizuschalten.

Wenn Sie sich für die Testversion entscheiden, können Sie die nächsten Schritte dieser Anleitung überspringen und mit dem Kapitel "Verwendung des täglichen Übungsprogrammes" fortfahren.

Personalisieren der Vertidisan®-App

13

Wenn Sie die App erfolgreich freigeschaltet haben, können Sie die App auf sich anpassen.

Es beginnt mit der Möglichkeit, sich von der App täglich an die Übungen erinnern zu lassen.

Setzen Sie hierfür das Häkchen bei "Ich möchte täglich erinnert werden" und drücken Sie dann auf den blauen Kasten mit der Uhrzeit, um die Erinnerungszeit einzustellen.

Diese Einstellung ist optional, jedoch empfehlen wir die Funktion zu verwenden.

Sie können die Erinnerungsfunktion später jederzeit wieder abschalten und/oder die Uhrzeit anpassen (siehe Kapitel "[Einstellungen](#)").





Eventuell ist es notwendig, dass Ihr Gerät der Vertidisan®-App eine Berechtigung erteilen muss, um Benachrichtigungen zu senden.

Diese Berechtigung müssen Sie zulassen, damit die Benachrichtigungsfunktion funktionieren kann.

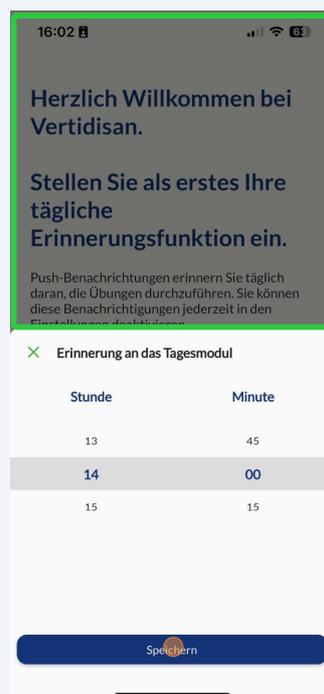
Sollte das Häkchen nicht "anklickbar" sein, so fehlen der App noch die Berechtigungen zum Versand der Benachrichtigung. Diese können Sie i.d.R. in den Systemeinstellungen ihres Endgerätes einstellen.

14

Es öffnet sich dann ein Menü zum Einstellen der Erinnerungsuhrzeit.

Das Aussehen dieses Menüs kann je nach Endgerät unterschiedlich dargestellt werden, im Beispiel sehen Sie die Ansicht bei einem iPhone.

Wählen Sie die Uhrzeit aus, und drücken Sie auf "Speichern".



Tipp: Sollten Sie den Knopf "Speichern" nicht sehen können, drücken Sie einfach irgendwo außerhalb des Auswahlbereichs auf ihren Bildschirm (grün markiert), um das Menü zu schließen.

Diesen Tipp können Sie in sämtlichen Menüs anwenden.

15

Die Vertidisan®-App bietet Ihnen die Möglichkeit Fragebögen auszufüllen, um ihre Fortschritte zu dokumentieren und/oder bspw. zu exportieren, um diese in ihre elektronische Patientenakte einzutragen oder sie ihrer Ärztin/ihrer Arzt weiterzuleiten.

Um diese Funktion nutzen zu können, müssen Sie das Häkchen zur "Einwilligungserklärung zur Datenverarbeitung" setzen.

Sie können die Einwilligung jederzeit zurückziehen (s. Kapitel "Einstellungen").

Ihr Therapiebericht

Sie können Vertidisan einen Therapiebericht erstellen lassen. Sie können Ihren Therapiebericht Ihrem/r Arzt/Ärztin und/oder Ihrer elektronischen Patientenakte ePA übergeben, wenn Sie dieses wünschen.

Ich habe die **Einwilligungserklärung zur Datenverarbeitung für meinen Therapiebericht sowie zum Zweck der dauerhaften Gewährleistung der technischen Funktionsfähigkeit, der Nutzerfreundlichkeit und der Weiterentwicklung der digitalen Gesundheitsanwendung** gelesen und stimme der Datenverarbeitung zu.

Ich kann einfach WIDERRUFEN, indem ich das Häkchen entferne. Widerrufe ich die Einwilligung, werden meine personenbezogenen Gesundheitsdaten gelöscht, ich kann sie jedoch zuvor als PDF oder digital beim Arzt oder in der ePA speichern.

BESTÄTIGEN

[Ausloggen](#)



HINWEIS:

Sie können Ihre Einwilligung zur Datenverarbeitung jederzeit zurückziehen, jedoch ist dieser Vorgang nicht umkehrbar.

Sollten Sie zu irgendeinem Zeitpunkt die Einwilligung zu den Therapieberichten zurückziehen, können keine Therapieberichte mehr erstellt oder exportiert werden.

16 Wählen Sie nun ihr Geschlecht und Ihre Altersgruppe aus.

Sie müssen an dieser Stelle keine wahrheitsgemäßen Angaben machen, wenn Sie dies nicht wünschen.

Drücken Sie danach auf "Bestätigen".

Demografie

Wir erbitten nun Ihre Angaben.

Männlich

31-35 Jahre

BESTÄTIGEN

[Ausloggen](#)

17 Als nächstes wird eine Angabe zur Art ihres Schwindels benötigt.

Leiden Sie an Dauerschwindel, wählen sie "Ich habe ständig Schwindel" aus und drücken Sie unten auf "Bestätigen".

Leiden Sie unter Anfallsschwindel, wählen Sie "Ich habe zeitweise Schwindel" aus.

Wählen Sie dann aus wie häufig der Schwindel auftritt.

Wenn Sie beispielweise 3 Mal in der Woche an Schwindel leiden:

1. Tragen Sie in das erste Feld "Jede Woche" ein.
2. Tragen Sie in das zweite Feld "3" ein.

Fahren Sie dann fort in dem Sie unten auf "Bestätigen" drücken.

Ihr Schwindel

Wie oft haben Sie Schwindel?

Ich habe ständig Schwindel

Ich habe zeitweise Schwindel

Meine Schwindelanfälle habe ich

Jede Woche

Geben Sie hier bitte die Zahl an, die der täglichen/wöchentlichen/monatlichen/jährlichen Häufigkeit Ihres Schwindels am nächsten kommt

3

Ich weiß nicht

BESTÄTIGEN

[Ausloggen](#)

18

Wählen Sie hier aus, welche Fragebögen Sie im Rahmen der Appnutzung ausfüllen wollen.

Es steht Ihnen frei welche und wie viele Fragebögen Sie ausfüllen möchten.

Fahren Sie fort, indem Sie die auf den Knopf "Bestätigen" drücken.

Auswahl Fragebögen

Beginnen Sie hier mit Ihren ersten Angaben für Ihren Therapiebericht. Diesen können Sie auch ausdrucken und Ihrem/Ihrer Arzt/Ärztin geben oder in Ihre elektronische Gesundheitsakte ePA übertragen. Für Ihre Angaben bitten wir Sie, mindestens einen der nachfolgenden Fragebögen auszufüllen oder mehrere. Je mehr Sie ausfüllen, desto ausführlicher Ihr Therapiebericht. Sie können die Fragebögen aber auch alle überspringen, dann allerdings wird Ihr Therapiebericht unvollständig sein. Wie der Bericht ausgewertet wird, finden Sie in der Wissensbibliothek unter "Therapiebericht: Auswertung".

- Fragebogen 1.1 (CGI-S)
- Fragebogen 1.2 (DHI)
- Fragebogen 1.3 kurz (VSS-sf-V)
- Fragebogen 1.3 lang (VSS)
- Fragebogen 1.4 Sturzfragebogen

BESTÄTIGEN

[Ausloggen](#)



Hinweis: Die Fragebögen "1.3 kurz" und "1.3 lang" ersetzen sich gegenseitig - Sie können also nicht beide Fragebögen gleichzeitig auswählen.



ACHTUNG:

Die folgende Einstellung hat den größten Einfluss auf die Inhalte Ihrer Therapie und kann später nicht mehr angepasst werden.

Für eine Änderung ist ein neues Benutzerkonto mit neuem Freischaltcode erforderlich.

19 Wählen Sie im folgenden Schritt ihre Diagnose aus.

Wenn Sie Vertidisan zum ersten Mal verwenden:

Wählen Sie die passende Erstdiagnose aus der Liste aus.

Hinweis:

1. Sollten Sie sich nicht sicher sein, drücken Sie auf das kleine ■-Symbol, um weitere Informationen zur Diagnose zu sehen.

2. Es stehen verschiedene Diagnosen zur Auswahl ggf. müssen sie etwas hoch -und runterwischen, um alle Diagnosen sehen zu können.

Falls Sie Ihre Diagnose nicht kennen oder nicht auffinden können, wählen Sie "Ich kenne meine Diagnose nicht." aus.

Um die Diagnose auszuwählen drücken Sie bitte auf die Diagnose selbst, nicht auf das ⓘ-Symbol.

Wenn Sie die Diagnose ausgewählt haben, wird deren Schrift blau und ein kleines blaues Häkchen erscheint auf der rechten Seite.

Wenn Sie Vertidisan zum wiederholten Male verwenden:

Gehen Sie nach ganz unten und wählen Sie aus, ob Sie die App zum zweiten, dritten oder vierten Mal verwenden (Fortsetzung mit Rezept 2,3 oder Dauertherapie).

Alternativ können Sie auch eine der Grunddiagnosen auswählen, wenn Sie wieder von vorne beginnen möchten.

Um fortzufahren drücken Sie unten wieder auf "Bestätigen".

Diagnose
Vertidisan wurde Ihnen zum ersten Mal verschrieben?
Kennen Sie Ihre Schwindel- oder Gleichgewichtsdiagnose? Dann klicken Sie Ihre Diagnose doch einfach in der nachfolgenden Liste an. Danach sucht Vertidisan Ihr Therapieprogramm aus.

Vertidisan wurde Ihnen erneut verschrieben?
Dann klicken Sie am Ende der Liste bitte den zutreffenden Knopf „FORTSETZUNG MIT REZEPT 2“, „FORTSETZUNG MIT REZEPT 3“ oder „WEITERE FORTSETZUNG DER TÄGLICHEN THERAPIE“ an. Danach sucht Ihnen Vertidisan Ihre Fortsetzungsbehandlung aus.

Ich kenne meine Diagnose nicht. ⓘ

Ich kenne meine Diagnose nicht, habe aber eine Fallneigung oder bin schon einmal gestürzt ⓘ

Akustikusneurinom ⓘ ✓

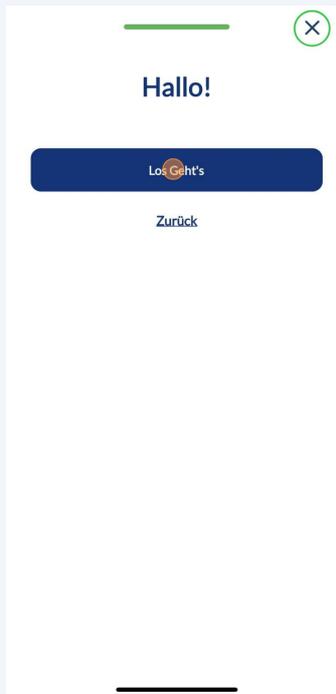
BESTÄTIGEN

[Ausloggen](#)

20 Es folgt das Ausfüllen des ersten Fragebogens.

Die Ergebnisse der Fragebögen werden ausgewertet und Ihnen später im Therapiebericht grafisch dargestellt.

Starten Sie den Fragebogen, indem Sie auf "Los Geht's" drücken.

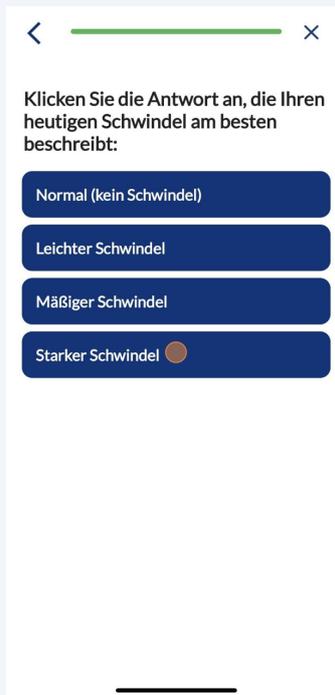


i Tipp:

Sollten Sie die Fragebögen jemals nicht (vollständig) ausfüllen wollen, können Sie den Fragebogen jederzeit über das kleine "x" oben rechts (hier grün markiert) schließen.

21

Wählen Sie zu jeder Frage die Antwort aus, die am besten passt und fahren Sie fort, bis der Fragebogen abgeschlossen ist.



The screenshot shows a mobile application interface for a questionnaire. At the top, there is a back arrow on the left and a close 'x' icon on the right, with a green progress bar in between. The main text asks the user to select the best description of their current dizziness. Below the text are four dark blue buttons with white text: 'Normal (kein Schwindel)', 'Leichter Schwindel', 'Mäßiger Schwindel', and 'Starker Schwindel'. A small brown radio button is selected next to 'Starker Schwindel'. The bottom of the screen shows a black home indicator bar.



Hiermit ist die Einrichtung der App abgeschlossen und Sie können mit dem täglichen Übungsprogramm beginnen.

Verwendung des täglichen Übungsprogrammes

22 Sie befinden sich nun im Hauptmenü der Vertidisan®-App.

Die App stellt Ihnen jeden Tag Übungen und Informationen zur Verfügung.

Um den heutigen Tag zu starten, drücken Sie einfach auf die entsprechende Kachel.



HINWEIS:

An manchen Kacheln finden Sie einen blauen Kreis mit einem weißem Pfeil (hier türkis markiert).

Dieser Pfeil zeigt an, dass es zu diesem Übungstag einen zusätzlichen Download gibt (bspw. ein PDF).

- **Um den Download zu starten, drücken Sie auf den Pfeil (türkise Markierung).**
- **Um die Übung zu starten, drücken sie auf die Kachel (orangene Markierung).**

23

Wenn Sie auf die Kachel gedrückt haben, um die Übung zu starten, erscheint zu jedem Tag zunächst eine kleine Einführung.

Lesen Sie sich diese Einführung Aufmerksam durch.

Fahren Sie dann fort, in dem sie auf den **blauen Pfeil auf der rechten Seite** drücken.

(Leider ist dieser Pfeil manchmal schlecht zu sehen - an diesem Problem wird zur Zeit gearbeitet.)



10 MIN

Ihr erster Tag

Herzlich willkommen an Ihrem ersten Tag mit Vertidisan! Heute führen wir Sie in Ihr Vertidisan-Therapieprogramm ein. Vertidisan begleitet Sie auf Ihrem Weg zur Schwindelverbesserung oder sogar Schwindelfreiheit!

Sehen und hören Sie dazu das Einführungsvideo von Prof. Zenner. Zusätzlich können Sie die Einführung auch lesen.

Und direkt danach beginnt auch schon Ihre Behandlung durch Vertidisan!

Kernbestandteil der Vertidisan®-App sind die Übungs -und Informationsvideos.

Alle Seiten, die Videos beinhalten, haben die folgenden Steuerungselemente, die wir hier mit farbigen Kreisen markiert haben:

- Blauer Kreis: Mit diesem Knopf können Sie das Video starten und pausieren.
- Gelbe Kreise: Mit diesen Knöpfen können sie das Video pro Klick 10 Sek zurückspulen (linker Knopf) bzw. vorspulen (rechter Knopf).
- Grüner Kreis: Mit diesem Knopf kommen Sie zur vorherigen Seite zurück
- Pinker Kreis: Mit diesem Knopf können Sie den Übungstag unterbrechen und kehren zum Menü zurück.

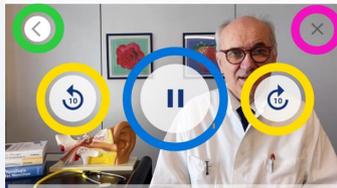
Wenn Sie möchten, dass die Steuerungselemente nicht mehr im Video zu sehen sind, drücken sie einfach irgendwo auf das Videobild. Die Steuerelemente sollten daraufhin ausgeblendet werden.

Wenn Sie die Elemente wieder einblenden möchten, drücken Sie wieder auf das Videobild.

Möchten Sie das Video im Vollbildmodus ansehen, drehen Sie einfach Ihr Gerät. (Dafür muss die entsprechende Funktion in Ihrem Handy oder Tablet aktiviert sein.)

Alle wichtigen Informationen des Videos finden Sie auch als Textform unterhalb des Videos.

Haben Sie diese Übung abgeschlossen und wollen Sie fortfahren, drücken Sie unten auf "Weiter" (orangener Kreis).



Einführung in Vertidisan

mit Prof. Dr. med. H.P. Zenner

Klicken Sie bitte das Video an.

Vertidisan wird Sie in den nächsten 3 Monaten mit mehr als 90 Therapieeinheiten täglich begleiten. Eine Therapieeinheit dauert zumeist 5-15 Minuten. Manchmal sind es auch 20-25 Minuten.

Ihre Therapieeinheiten beruhen auf wissenschaftlich gut untersuchten Methoden des Gleichgewichtstrainings, der Kognitiven Verhaltenstherapie, des ärztlichen Counselings als auch des Autogenen Trainings und der Progressiven Muskelentspannung.

Sie dienen der Wiederherstellung oder Aufrechterhaltung Ihrer Körperbalance.

Wenn Sie jetzt auf "weiter" tippen erklären wir Ihnen kurz Bedienung, Indikationen und Gegenanzeigen von Vertidisan. Danach kommen Sie bereits zur ersten





Tipp:

Die meisten Texte in der Vertidisan®-App unterstützen die Vorlesefunktion Ihres Handys.

Wenn Sie die Vorlesefunktion in den Einstellungen Ihres Handys aktiviert haben, werden Ihnen die Texte automatisch vorgelesen. Diese Funktion kann besonders hilfreich sein, wenn das Lesen von Bildschirmen für Sie anstrengend ist oder wenn Sie die Informationen lieber anhören möchten.

Bitte beachten Sie, dass das Aktivieren dieser Funktion die generelle Handhabung Ihres Handys verändern kann.

25

Alle weiteren Seiten eines Therapietages beinhalten Videos, Audios oder Texte und können analog bedient werden.

Folgen Sie den Anweisungen der App und drücken Sie jedes mal auf "Weiter" bis der Tag erfolgreich abgeschlossen wurde.

Der kleine grüne Balken am unteren Ende des Bildschirms zeigt Ihnen an, wie weit Sie an diesem Tag bereits vorangeschritten sind.



Gehend und stehend

Video bitte öffnen.

Gehend und stehend

6-13:

Quer durch den Raum gehen (je 10-mal mit offenen und geschlossenen Augen)

6-14:

Auf einem Fuß stehen (sowohl auf dem rechten als auch auf dem linken Fuß; Zuerst mit offenen und danach mit geschlossenen Augen)

6-15:

Gehen, indem ein Fuß unmittelbar vor den anderen gesetzt wird (erst mit offenen, dann mit geschlossenen Augen)

6-16:

Schiefe Ebene (Abhang) hinauf- und hinuntergehen (mit offenen, dann mit

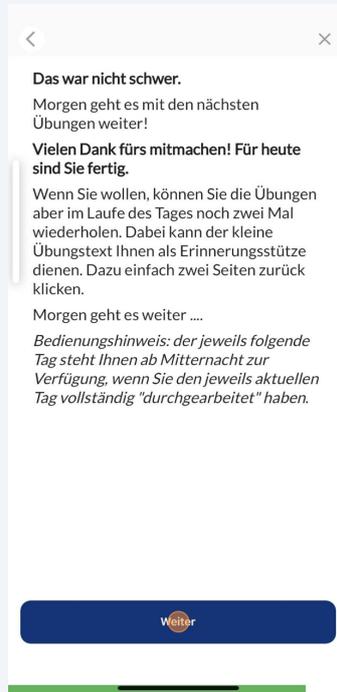
Weiter

26

Am Ende des Therapietages erhalten Sie weitere Informationen sowie eine Ankündigung für den nächsten Tag.

Drücken Sie auf "Weiter", um den Tag abzuschließen.

Sie gelangen anschließend zurück ins Hauptmenü.



Orientierung im Menü

27

Das Menü der Vertidisan®-App umfasst 4 Teilbereiche, zwischen denen Sie am unteren Rand des Bildschirms navigieren können. Drücken Sie dazu einfach auf das jeweilige Symbol.

1. **Heute (Kalendersymbol):** In diesem Hauptmenü finden Sie die Übersicht über Ihre aktuellen und vergangenen Therapietage.

2. **Berichte (Dokumentensymbol):** In diesem Menü können Sie Ihre Therapieberichte aufrufen und exportieren.

3. **Wissen (Buchsymbold):** In diesem Bereich finden Sie eine große Menge an weiterführenden Informationen, bspw. zur Schwindeldiagnostik, ergänzende Therapiemodule sowie Entspannungsübungen.

4. **Mehr (Drei Punkte):** In diesem Menü können Sie Einstellungen an der App vornehmen.

In welchem Menü Sie sich derzeit befinden, wird durch die Färbung des Menüpunktes angegeben:

Im Beispiel befinden wir uns im Heutemenü, welches grün leuchtet, während die anderen drei Menüs grau eingefärbt sind.



Heute-Knopf (Hauptmenü)

28 Über den Heute-Knopf erreichen Sie stets das Hauptmenü der App.

Überschrift **AKTUELL**

Hier können Sie Ihren aktuellen Übungstag aufrufen.

Überschrift **VOLLENDET**

Es ist ebenfalls möglich, sich sämtliche vergangenen Übungstage nochmals anzusehen.

Beachten Sie bitte dabei, dass die nach recht und links wischen können, um zwischen den bereits vollendeten Übungstagen zu navigieren.

Überschrift **BEVORSTEHENDE TAGE**

Hier können Sie sehen, welche nächsten Übungstage noch geplant sind.

Der nächste Übungstag wird gegen ca. 00:00 Uhr (MEZ) freigeschaltet, sofern Sie den aktuellen Übungstag vollendet haben.

Beachten Sie bitte dabei, dass Sie nach oben und unten wischen können, um zwischen den Tagen zu navigieren.



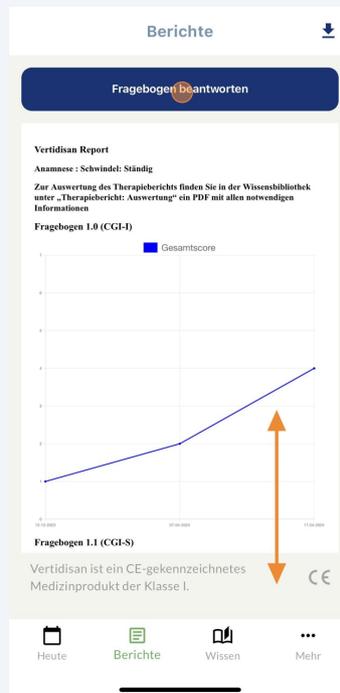
Therapieberichte

29

Im Menü "Bericht" können Sie die Ergebnisse Ihrer Fragebögen einsehen, die dort grafisch aufbereitet werden.

Sie können dabei nach oben und unten wischen, um zwischen den verschiedenen Grafiken zu wechseln.

Ebenfalls können Sie hier, wenn Sie mögen, regelmäßig die Fragebögen ausfüllen. Drücken Sie dazu auf den Knopf "Fragebogen beantworten".



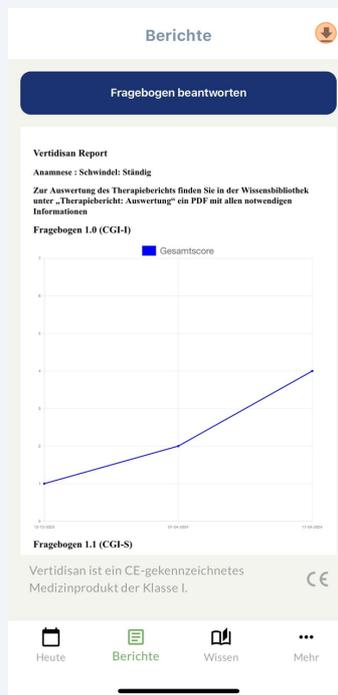
Hinweis: Sofern Sie bisher nur einmal einen Fragebogen ausgefüllt haben, wird noch keine Linie angezeigt, sondern lediglich ein einzelner Datenpunkt.

Sobald Sie zwei mal oder häufiger einen Fragebogen ausgefüllt haben, erstellt die App automatisch eine Linie.

30

Vertidisan® bietet Ihnen die Möglichkeit Ihre Therapieberichte als menschenlesbares PDF zu darzustellen, um dieses bspw. an Ihre Ärztin/Ihren Arzt weiterzuleiten.

Drücken Sie dazu oben rechts auf das Pfeilsymbol.



31 Bestätigen Sie den Hinweis, indem Sie auf "Export" drücken.

Bei einem **Apple-Gerät** öffnet sich nun ein PDF, welches Sie über die übliche Teilen-Funktion des Gerätes direkt z.B. per Mail verschicken können.

Bei einem **Android-Gerät** öffnet sich (aktuell) die geräteigene Druckfunktion. Dort haben Sie die Möglichkeit den Bericht entweder direkt mit einem Drucker zu drucken oder ihn bspw. als PDF auf Ihrem Gerät zu speichern, um ihn dann digital weiterzusenden.



i Tipp: Sie können das PDF bspw. per E-Mail an sich selbst schicken, um es am PC auszudrucken.

Wissensbereich

32 Über den Menüpunkt „Wissen“ gelangen Sie zur Wissensbibliothek.

Die Wissensbibliothek besteht aus 2 Bereichen:

1. Zusätzliche Therapiemodule, die Sie nach Ihrer Wahl nutzen können sowie die Therapieeinheit "Therapieabschluss".
2. Weiterhin bietet Ihnen die Wissensbibliothek viele fachärztliche Artikel zum Thema Schwindel, Literaturhinweise, Quizfragen, die Anleitung zur Auswertung Ihres Therapieberichtes und Otago Übungen.

Bitte beachten Sie auch hier dass, Sie wieder zwischen den einzelnen Elementen navigieren können, indem Sie nach oben, unten, rechts und links wischen.



Hinweis zum Modul "Therapieabschluss".

Wenn Sie das Modul "Therapieabschluss" starten, wird ihre Therapie beendet und Ihr Nutzerkonto, aus Datenschutzgründen, unwiederbringlich gelöscht.

Starten Sie dieses Modul bitte nur, wenn Sie die Therapie beenden möchten. Für eine weitere Nutzung wird danach ein neues Benutzerkonto und ein neuer Freischaltcode benötigt.

Eine Wiederherstellung des gelöschten Nutzerkontos ist nicht möglich.

Mehr & Einstellungen

Im Menübereich "Mehr" können Sie diverse Einstellungen vornehmen und wichtige Informationen einsehen.

Im **Unterbereich Konto** können Sie Ihr Benutzerkonto anpassen. Die Menüpunkte werden anhand der farbigen Markierung im Beispiel erläutert:

- **Orangener Kreis:** Hier können Sie Ihr Passwort ändern. Drücken Sie auf den Menüpunkt und folgen Sie den Anweisungen. *Eine separate, bebilderte Anleitung zum Ändern des Passworts oder bei Verlust des Passwortes wird in naher Zukunft veröffentlicht.*
- **Blauer Kreis:** Mit dieser Funktion können Sie Ihre **medizinischen Daten** in einem maschinenlesbaren Format exportieren. Dieses Format erlaubt eine standardisierte Übertragung in gängige Informationssysteme wie bspw. in Ihre elektronische Patientenakte, sofern diese jene Funktion bereits unterstützt.
- **Gelber Kreis:** Mit dieser Funktion können Sie **alle Ihre persönlichen Daten** in maschinenlesbarer Form exportieren.
- **Grüner Kreis:** Mit dieser Funktion können Sie Ihre Therapie beenden. **Bitte beachten Sie dass dadurch ihr Nutzerkonto gelöscht wird.**
- **Roter Kreis:** **Mit dieser Funktion können Sie, ohne Angabe von Gründen, all Ihre persönlichen Daten löschen.** Dadurch wird allerdings auch Ihr Konto gelöscht. Die Löschung erfolgt i.d.R. um Mitternacht. Falls noch Sicherheitskopien auf den Servern bestehen sollten, werden diese nach spätestens 31 Tagen vollständig gelöscht.

Im **Unterbereich Zustimmungen** können Sie folgende Einstellungen vornehmen. Die Menüpunkte werden anhand der farbigen Markierung im Beispiel erläutert:

- **Orangenes Quadrat:** Entfernen Sie dieses Häkchen, um die **täglichen Erinnerungen zu deaktivieren. Wenn Sie das Häkchen danach wieder aktivieren, können Sie dadurch die Uhrzeit der Erinnerung anpassen.**
- **Blaues Quadrat:** Dies ist Ihre Zustimmung zu den Nutzungsbedingungen der App. Ohne diese Einwilligung können Sie die App nicht nutzen. Möchten Sie diesen nicht mehr zustimmen, muss das Benutzerkonto gelöscht werden.
- **Gelbes Quadrat:** Dies ist Ihre Zustimmung zur Datenschutzerklärung der App. Ohne diese Einwilligung können Sie die App nicht nutzen. Möchten Sie dieser nicht mehr zustimmen, muss das Benutzerkonto gelöscht werden.



34

- **Grünes Quadrat:** Dies ist Ihre Zustimmung zur bestimmungsgemäßen Verarbeitung Ihrer Daten. Ohne diese Einwilligung können Sie die App nicht nutzen. Möchten Sie dieser nicht mehr zustimmen, muss das Benutzerkonto gelöscht werden.

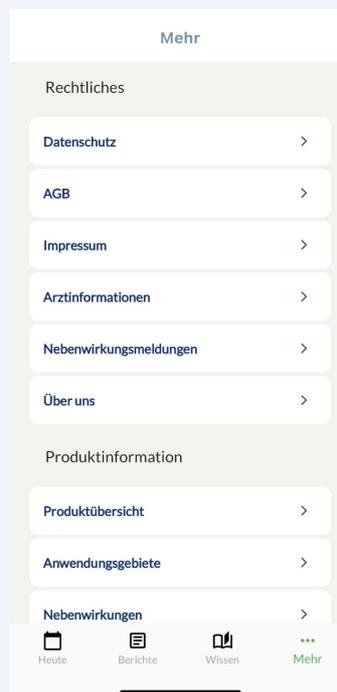
- **Rotes Quadrat:** Die ist Ihre Zustimmung zur Datenverarbeitung für Ihren Therapiebericht. Diese Einwilligung können Sie **einmalig** zurückziehen. Beachten Sie dabei bitte, dass dadurch **sämtliche Funktionen der Therapieberichte dauerhaft deaktiviert** werden.



35

Im **Unterbereich Rechtliches** finden Sie Informationen zu den folgenden Themen:

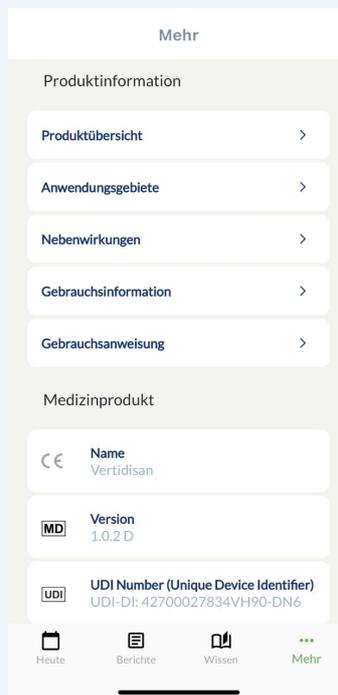
- **Datenschutzerklärung.** Lesen Sie, wie aufwändig und umfangreich der Datenschutz von Vertidisan ist.
- **AGB**
- **Impressum**
- **Arztinformationen**
- **Nebenwirkungsmeldungen**
- **Über uns**



36

Im **Unterbereich Rechtliches** finden Sie Informationen zu den folgenden Themen:

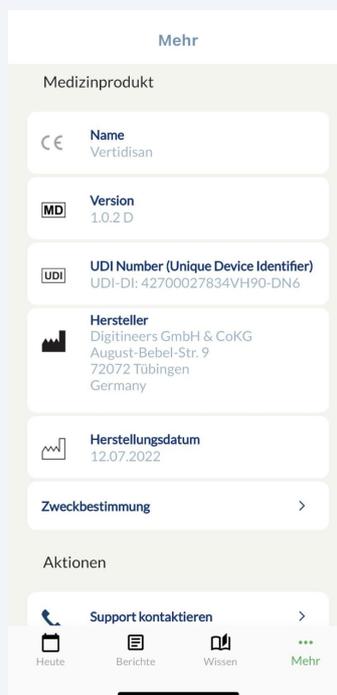
- **Produktübersicht.** Eine kurze Einführung in Vertidisan.
- **Anwendungsgebiete.** Wann und wofür Vertidisan angewendet wird und welche die Gegenanzeigen sind.
- **Nebenwirkungen.** Einschl. Nebenwirkungsmeldungen
- **Gebrauchsanweisung.** Wird auch als „Beipackzettel“ bezeichnet.
- **Gebrauchsanweisung,** auch Bedienungsanleitung



37

Im **Unterbereich Medizinprodukt** finden Sie Informationen zu den folgenden Themen:

- **Name**
- **Version**
- **Versionsnummer und Sprache** (D=deutsch)
- **UDI**. Zur Identifizierung als Medizinprodukt.
- **MedizinproduktHersteller**
- **Herstellungsdatum**
- **Zweckbestimmung**. Sie dürfen die App nur für den bestimmungsgemäßen Gebrauch/Zweckbestimmung verwenden



38

Im letzten Abschnitt "Aktionen" finden Sie folgende Informationen:

- **Support kontaktieren:** Hier finden Sie die Informationen, wann und wie man den Digitineers Support erreichen kann.

- **Ausloggen:** Drücken Sie diesen Knopf, um sich aus der App auszuloggen. Dadurch verlässt man den Inhaltsbereich der App und muss sich vor der nächsten Nutzung wieder mit Ihrer E-Mailadresse und Passwort in der App anmelden.

