

## Prostana®: Online-Programm zur Therapiebegleitung bei Prostatakrebs

---

### Was ist Prostana®?

Prostana ist ein interaktives, webbasiertes Gesundheitscoaching zur Therapiebegleitung für Menschen mit Prostatakrebs. Das Online-Programm wurde nach Kriterien der evidenzbasierten Medizin von einem Team aus Ärzten, Psychotherapeuten, Software-Ingenieuren und weiteren Experten entwickelt. Es beruht auf aktuellen Erkenntnissen der kognitiven Verhaltenstherapie und kann in einer Vielzahl von Versorgungsformen eingesetzt werden (z.B. therapiebegleitend, als Unterstützung, etc.).

### Wie funktioniert Prostana®?

In einem dynamischen Dialog lernt das Online-Programm Sie besser kennen und vermittelt Ihnen relevante Informationen zu Ihrer Erkrankung und möglichen Therapieoptionen. Prostana unterstützt Sie mit diversen Übungen und Tipps für einen gesünderen Lebensstil (z.B. Ernährung, Bewegung usw.), bei der Wahl einer adäquaten Therapie und bei Methoden, wie Sie und Ihre Angehörigen mit Ängsten und Sorgen umgehen können. Zudem können Sie Ihren Gesundheitszustand (z.B. PSA-Werte, allgemeiner Gesundheitszustand etc.) protokollieren und eine mögliche Verbesserung sichtbar machen.

### Nutzung von Prostana®?

Prostana steht Ihnen während zwei Jahren zur Verfügung. Sie können sich mit Hilfe Ihres persönlichen Zugangsschlüssels auf [www.hmsag.ch/webcoaching](http://www.hmsag.ch/webcoaching) registrieren und das Online-Programm auf Ihrem Smartphone, Tablet oder Computer nutzen. Somit können Sie das Online-Programm unterbrechen und zu einem späteren Moment an der gleichen Stelle fortfahren: Nutzen Sie Prostana wann, wo und solange Sie möchten.



## Ihre Daten sind geschützt

---

Datensicherheit und Diskretion sind bei von Prostana gewährleistet und entsprechen den aktuellen EU-Datenschutzrichtlinien (DSGVO). Sie können das Online-Programm anonym nutzen und sich mit pseudonymisierten Angaben (Name/E-Mail-Adresse) registrieren, die keine Rückschlüsse auf Ihre Person ermöglichen. Ihre Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

## So können Sie starten

---

- Ihre Ansprechperson wird Ihnen einen Zugangsschlüssel für proivi zukommen lassen.
- Registrieren Sie sich mit Ihrem Zugangsschlüssel auf [www.hmsag.ch/webcoaching](http://www.hmsag.ch/webcoaching).
- Stimmen Sie den Lizenzbedingungen zu und starten Sie Ihr Gespräch.

## Fragen rund um Ihr Online-Programm

---

Das webbasierte Gesundheitscoaching ist noch wirksamer, wenn es während einer begleiteten Beratung absolviert wird. Bitte beachten Sie, dass für die persönliche Beratung Ihre Ansprechperson zuständig ist. Bei technischen Fragen wenden Sie sich bitte an den Hersteller, die GAIA AG ([prostana@broca.io](mailto:prostana@broca.io)).