



Erste DiGA mit Dual-Wirkung zugelassen: „Oviva Direkt Bluthochdruck“ senkt Blutdruck und Gewicht

- Neu gelistete und klinisch validierte Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) Oviva *Direkt Bluthochdruck* senkt systolischen Blutdruck im Durchschnitt um insgesamt 11 mmHg und reduziert Körpergewicht um 4,14 Prozent innerhalb von drei Monaten.
- Die simultane Behandlung von Hypertonie und Adipositas adressiert zwei der kostenintensivsten chronischen Erkrankungen im deutschen Gesundheitssystem.
- Die Volkskrankheit Hypertonie wird digital wirksam behandelbar – klinisch belegt, ärztlich entlastend und systemisch relevant.

Berlin, 19. Januar 2026 – Hypertonie ist die häufigste chronische Erkrankung in Deutschland und der wichtigste Faktor für einen vorzeitigen Tod. Laut der [Deutschen Hochdruckliga](#) ist fast jeder dritte Deutsche von Bluthochdruck betroffen. Oviva, führender Anbieter digitaler Therapielösungen für gewichtsbezogene und chronische Erkrankungen in Europa, bringt mit Oviva Direkt Bluthochdruck die erste Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) auf den Markt, die sowohl Hypertonie leitliniengerecht behandelt als auch gleichzeitig eine klinisch signifikante Gewichtsreduktion erzielt. Damit adressiert die App-basierte Therapie erstmals die häufige Komorbidität von Bluthochdruck und Adipositas in einer integrierten Lösung.

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) hat die digitale Therapie Oviva Direkt Bluthochdruck zur Behandlung von Hypertonie als DiGA zugelassen. Damit ist die DiGA ab sofort verordnungsfähig und wird von allen gesetzlichen Krankenkassen erstattet.

Evidenzbasierte Wirksamkeit bei Volkskrankheit Nr. 1

Die Wirksamkeit der neuen DiGA wurde in der [randomisierten, kontrollierten HYPE-Studie](#) (RCT) untersucht. In der klinischen Studie wurde nach drei Monaten Nutzung der neuen Oviva-App für Bluthochdruck eine signifikante Senkung des systolischen Blutdrucks im Schnitt um insgesamt 11 mmHg erreicht – ein Effekt, der mit klassischen Medikamenten vergleichbar ist. Zusätzlich verloren die Studienteilnehmer im Durchschnitt 4,14 Prozent ihres Körpergewichts. Im Vergleich zur Kontrollgruppe sind es 8,45 mmHg und 2,88 Prozent Gewichtsverlust.

Diese zusätzliche Dual-Wirksamkeit der Bluthochdruck-DiGA ist besonders relevant: In Deutschland haben schätzungsweise 20 bis 30 Millionen Menschen Hypertonie. Davon sind rund zehn Millionen übergewichtig und etwa sieben Millionen adipös. Die Studienergebnisse zeigen zudem, dass Oviva Direkt Bluthochdruck das Risiko für schwere Herz-Kreislauf-Ereignisse wie Herzinfarkt oder Schlaganfall um mehr als 20 Prozent senken kann.



Prof. Dr. med. Florian Limbourg, stellvertretender Vorsitzender der Deutschen Hochdruckliga, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie sowie Koordinator des Hypertoniezentrums in der Klinik für Nieren- und Hochdruckerkrankungen an der Medizinischen Hochschule Hannover.

„Fast jeder zweite Patient mit Hypertonie ist nicht im Blutdruck-Zielbereich, was die Bedeutung integrierter Therapieansätze unterstreicht. Bereits moderate Blutdrucksenkungen können das kardiovaskuläre Risiko deutlich verringern“, erklärt Prof. Dr. med. Florian Limbourg, Studienleiter der HYPE-Studie und stellvertretender Vorsitzender der Deutschen Hochdruckliga.

Strukturierte Lebensstilintervention mit hoher Alltagstauglichkeit

Die antihypertensive Leitlinientherapie basiert auf zwei Säulen: der pharmakologischen und der nicht-pharmakologischen Behandlung. Aktuelle Leitlinien empfehlen nicht-pharmakologische Lebensstilinterventionen als Erstlinientherapie für alle Hypertonie-Patienten. Diese Modifikationen verstärken die Wirkung der medikamentösen Behandlung, da gesunde Ernährung, Gewichtsreduktion, regelmäßige Bewegung, Alkoholverzicht, Raucherentwöhnung und Stressbewältigung zusätzliche kardiovaskuläre Vorteile bieten.

Die DiGA implementiert evidenzbasierte Lebensstilinterventionen nach aktuellen Leitlinien: DASH-Ernährung (Dietary Approaches to Stop Hypertension), strukturierte Bewegungstherapie, Stressmanagement und Adhärenzförderung. Oviva Direkt Bluthochdruck bietet den Patientinnen und Patienten Zugang zu einem erprobten und von Leitlinien unterstützten Programm zur Lebensstiländerung. Dabei werden die Interventionen, die auf bewährten Therapien zur Verhaltensänderung beruhen, über eine benutzerfreundliche App in den Alltag der Erkrankten integriert.



Dr. Kai Eberhardt, CEO und Mitgründer von Oviva, © Oviva

„Rund 50 Prozent der diagnostizierten Hypertonie-Patienten leiden trotz verfügbarer Pharmakotherapie unter unkontrolliertem Bluthochdruck“, erläutert Kai Eberhardt, CEO und Mitgründer von Oviva. „Hauptursachen sind mangelnde Therapieadhärenz und fehlende strukturierte Lebensstilmodifikation. Mit Oviva Direkt Bluthochdruck schließen wir eine Therapielücke. Wir schaffen erstmals eine digitale Intervention, die lebensnah beide Krankheitsbilder simultan und leitlinienkonform adressiert.“

Praxisentlastung durch strukturierte Therapiedokumentation

Für die behandelnden Ärztinnen und Ärzte verbessert die neu zugelassene DiGA die Therapietreue ohne zusätzlichen Praxisaufwand: Sie generiert automatisiert strukturierte Therapieberichte. Zudem können die Gesundheitsdaten auch über die elektronische Patientenakte (ePA) abgerufen werden, sofern Nutzende dies erlauben. Diese Funktionalität adressiert die zeitlichen Ressourcen in der ambulanten Versorgung und ermöglicht eine kontinuierliche, leitliniengerechte Betreuung auch zwischen den Arztkonsultationen.

„Diese Innovation zeigt, wie digitale Gesundheitsanwendungen chronische Volkskrankheiten evidenzbasiert und effizient behandeln können“, erklärt Dr. Kai Eberhardt. „Die Nachfrage nach wirksamen digitalen Therapien sowie ihre Akzeptanz in der Bevölkerung steigen stetig. Mit unseren Lösungen wollen wir als Oviva kritische Versorgungslücken im Gesundheitssystem schließen und die Ärzteschaft entlasten.“

Systemrelevanz für Kostenträger und Gesundheitswesen

Die simultane Behandlung von Hypertonie und Adipositas adressiert zwei der kostenintensivsten chronischen Erkrankungen im deutschen Gesundheitssystem. Die präventive Wirkung auf Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall und Niereninsuffizienz bietet ein erhebliches Kostensenkungspotenzial für die Krankenversicherungen.

Über Oviva

Oviva ist Europas führender Anbieter für digitale, erstattete Therapien bei Adipositas und chronischen Erkrankungen. Das Unternehmen wurde 2014 von Kai Eberhardt und Manuel Baumann gegründet, um Menschen mit gewichtsbedingten Erkrankungen durch eine effektive und leicht zugängliche digitale Therapie zu unterstützen. Die zertifizierte Oviva App verbindet Verhaltensänderung, klinische Expertise und moderne Technologie zu einer langfristig wirksamen, menschlich begleiteten Versorgung. Seit 2025 unterstützt die App zusätzlich gezielt die Senkung des Blutdrucks.

Teilnehmende können ihr Verhalten mithilfe von Funktionen wie Mahlzeiten-Tracking und Zielsetzung reflektieren, Fortschritte dokumentieren und Schritt für Schritt gesündere Gewohnheiten entwickeln. Ovivas Ansatz verbessert nicht nur die Gesundheit von Patientinnen und Patienten, sondern entlastet auch Ärztinnen und Ärzte und unterstützt ein effizienteres Gesundheitssystem.

Oviva arbeitet direkt mit gesetzlichen Krankenkassen und nationalen Gesundheitssystemen in Deutschland, der Schweiz und dem Vereinigten Königreich zusammen und hat europaweit bereits über eine Million Menschen behandelt.

Weitere Informationen unter: www.oviva.com/de/de