



Universität
Zürich^{UZH}

Komplementäre und Integrative Digitale Gesundheit
Institut für Hausarztmedizin
Cochrane Complementary Medicine Switzerland

Digital Society Initiative
Comprehensive Cancer Center Zurich, Clinical Program

Integrative Frauengesundheit

Claudia M. Witt, Prof. Dr. med., MBA



LinkedIn



“I care deeply about life – that’s why I’m passionate about Health & AI”

Bilder generiert durch: Mensch KI-Team Casey Murphy & Midjourney V7 and DeeVid AI V1.12

Nationale Kohorte

Gemeinsam forschen für eine gesündere Zukunft



- Nutzung von komplementärer und integrativer Medizin bei Frauen deutlich häufiger als bei Männern,
- besonders in der Gruppe mit gemischter und häufiger Nutzung.



UZH Gender Factsheets



Universität
Zürich^{UZH}

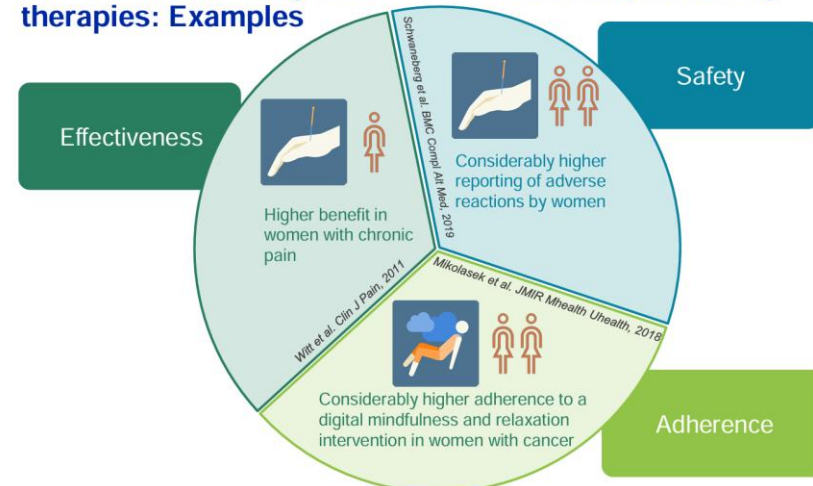
Medizinische Fakultät der Universität Zürich

Factsheet Complementary and Integrative Medicine

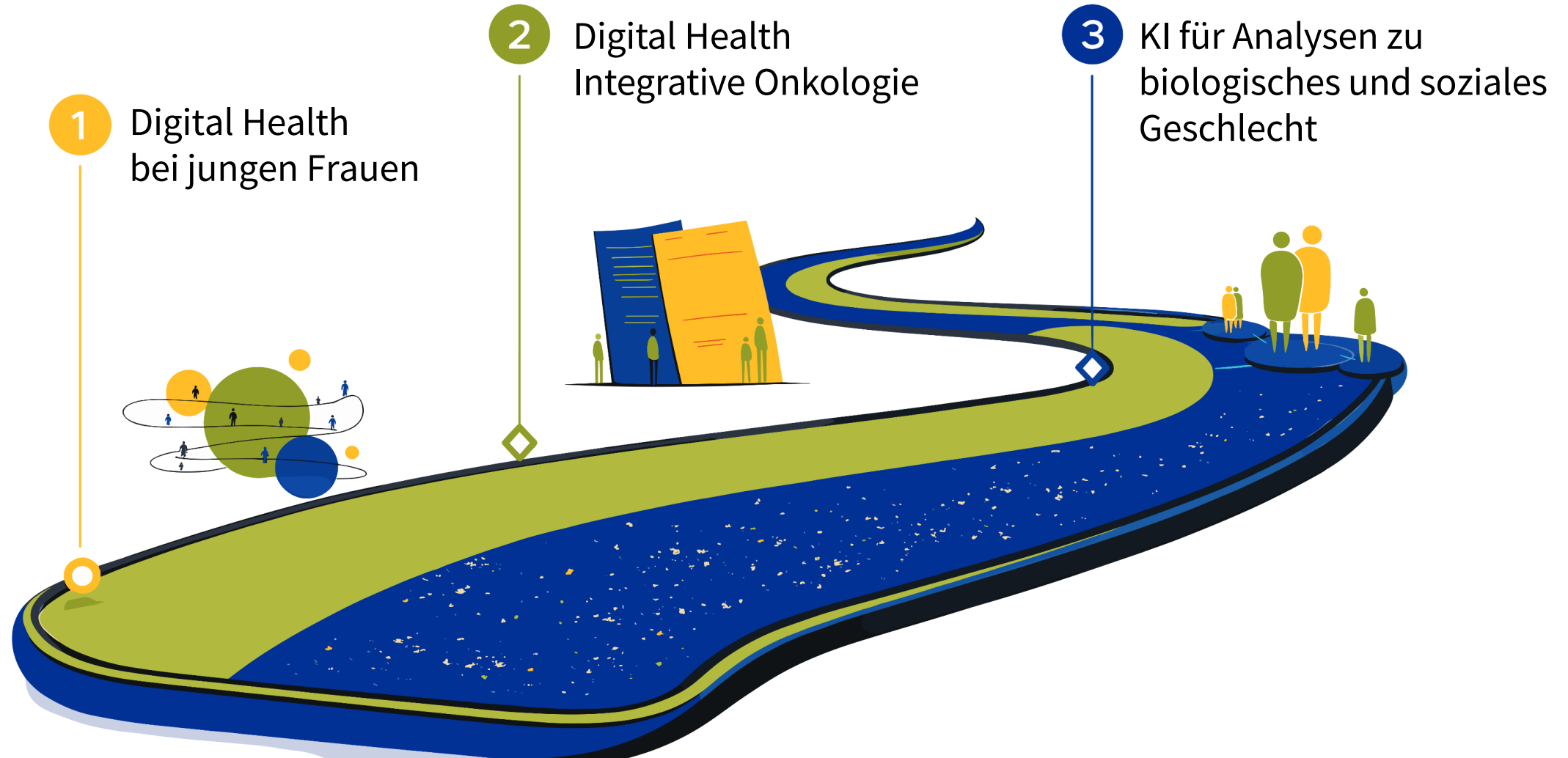
Sex and gender differences

Authors: Prof. Dr. med. Claudia M. Witt
Co-Authors: Claudia Canella, MA; Dr. med. Christine Huber; Dr. sc. Anita Thomae

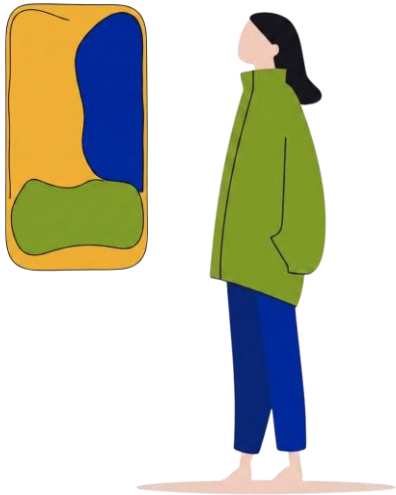
Effectiveness, safety and adherence of complementary therapies: Examples



Themen (Use Cases)



App Studien zu Menstruationsschmerzen



Original Research

ajog.org

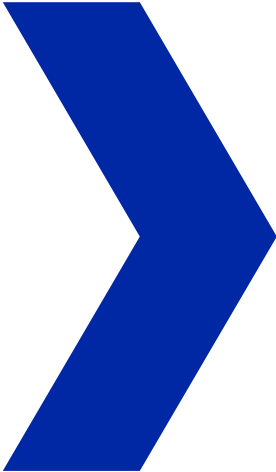
GYNECOLOGY

Effectiveness of app-based self-acupressure for women with menstrual pain compared to usual care: a randomized pragmatic trial

Susanne Blödt, PhD¹; Daniel Pach, MD¹; Sanna von Eisenhart-Rothe; Fabian Lotz; Stephanie Roll, PhD; Katja Icke; Claudia M. Witt, MD, MBA

CrossMark

2011 Stakeholder Engagement



Gemeinsamer
Bundesausschuss
Innovationsausschuss

Innovationsausschuss Förder

Projekte > Neue Versorgungsformen > MeMäF – Verbesserung der Frauengesundheit mit einem

MeMäF – Verbesserung der Frauengesundheit mit einem digital unterstützten Versorgungsmodell für Mädchen und junge Frauen mit Menstruationsschmerzen

Hybrides Versorgungsmodell

Prévia da App Store

Capturas de tela do iPhone

Atividades e Pesquisa

Calendário menstrual

JMIR mHealth and uHealth
Mobile and tablet apps, ubiquitous and pervasive computing, wearable computing and
domotics for health

JMIR Publications

ISSN 2291-9223

About Search Archive Current Issue Submit Editorial Board

JMIR Mhealth Uhealth, 2020 Feb; 8(2): e14661.
Published online 2020 Feb 11. doi: 10.2196/14661: 10.2196/14661

PMCID: PMC7055820
PMID: 32058976

International ResearchKit App for Women with Menstrual Pain: Development, Access, and Engagement

Monitoring Editor: Gunther Eysenbach

Reviewed by Catarina Reis and Tahir Janmohamed

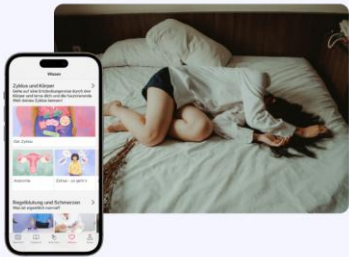
Jiani Wang, MSc,¹ Alizé A Rogge, MSc,¹ Mike Armour, PhD,² Caroline A Smith, PhD,² Christopher R D'Adamo, PhD,³ Claudia R Pischke, PhD,⁴ Hung-Rong Yen, PhD,^{5,6}
Mei-Yao Wu, PhD,⁶ Ari Ojeda Ocampo Mont, PhD,⁷ Claudia M Witt, MD, MBA,^{#1,3,8} and Daniel Pach, MD^{#1,8}

2018 UX-Design inkl. kulturelle Adaptierung

MeMaF

Starke Schmerzen sind nicht die Regel

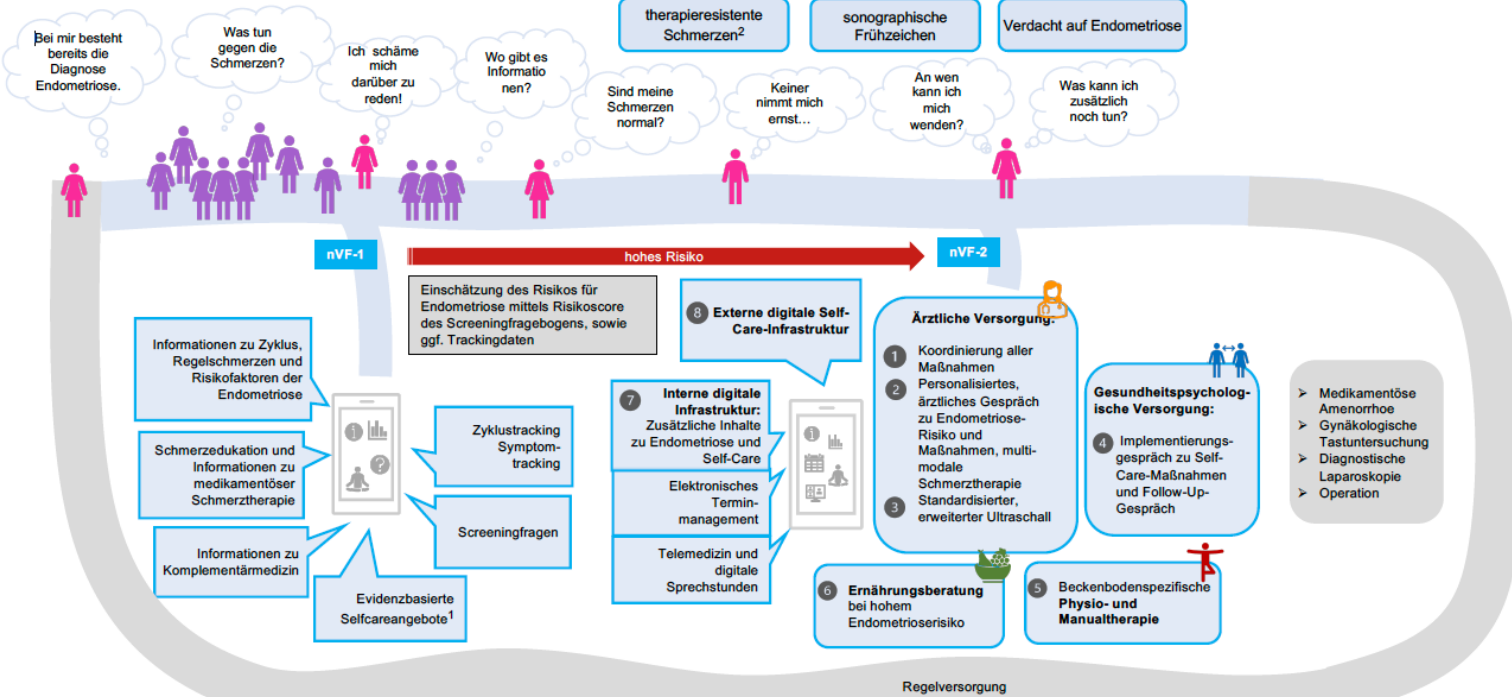
Erfahre mehr über deine Menstruation mit period. Die wissenschaftliche App zur Selbsthilfe bei Menstruationsschmerzen.



Kohorte mit Menstruationsschmerzen (n=3000)
Neue Versorgungsform Stufe 1 (nVF-1): 12-21 Monate
Beobachtungsstudie: max. 21 Monate

Risikogruppe für Endometriose (n=220)
Neue Versorgungsform Stufe 2 (nVF-2): 6 Monate
Randomisierte Kontrollierte Studie RCT: 12 Monate

Histologisch gesicherte Endometriose



¹ Schmerzedukation, Bewegung, Yoga, Beckenbodentraining, Akupressur, Meditation, Schlaf, Sexualität; ² d.h. Maßnahmen/Empfehlungen durch App erreichen keine Besserung

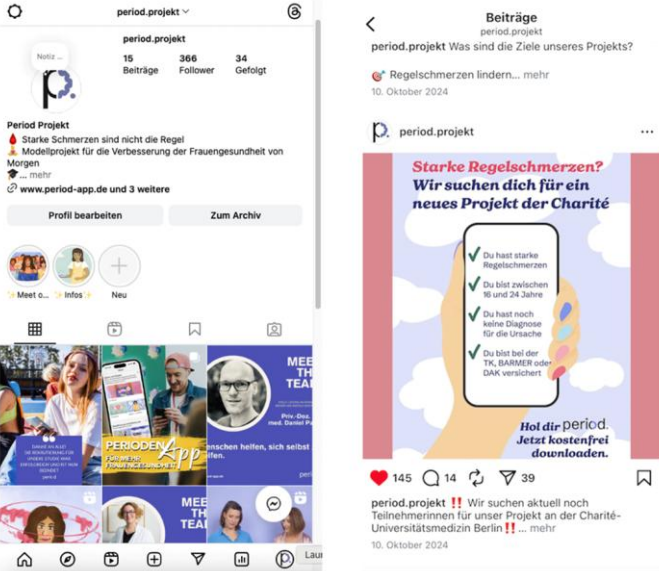


Figure 1. Screenshots from the project's Instagram channel displaying study-related information.

Journal of Clinical Epidemiology 196 (2026) 112310
ORIGINAL RESEARCH
Enhancing trial recruitment through a social media influencer campaign in the MeMaF study: a mixed methods approach
Stefanie Lysk^{a,*}, Claudia M. Witt^b, Claudia Canella^b, Sabine Wiegmann^a, Rebecca Paprott^c, Hannah Neumayer^d, Thomas Gärtner^e, Stefan Konigorski^{d,f}, Daniel Pach^g
^aCharité – Universitätsmedizin Berlin, Corporate Member of Freie Universität Berlin and Humboldt-Universität zu Berlin, Institute of Social Medicine, Epidemiology and Health Economics, Berlin, Germany
^bComplementary and Integrative Digital Health, Institute of Primary Care – University of Zurich and University Hospital Zurich, Zurich, Switzerland
^cHasso Plattner Institute for Digital Health, University of Potsdam, Potsdam, Germany
^dHasso Plattner Institute for Digital Health at Mount Sinai, Icahn School of Medicine at Mount Sinai, New York, USA
Accepted 29 April 2026; Published online 6 May 2026

N=3496
Social-Media-Influencer-Kampagne
45,5 Teiln/ Tag vs. 6,8 pro Tag

Integrative Onkologie

Ein **patientenzentriertes, evidenzinformiertes** Gebiet der Krebstherapie, das Mind-Body-Verfahren, natürliche Produkte und/oder Lebensstil-Änderungen aus unterschiedlichen Traditionen **begleitend** zu den konventionellen Krebstherapien einsetzt.

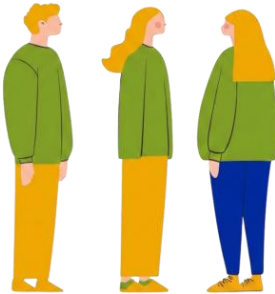
Die Integrative Onkologie versucht, Gesundheit, Lebensqualität und klinische Outcomes über den Behandlungsverlauf hinweg zu optimieren und Menschen zu befähigen, Krebs vorzubeugen und zu **aktiven Teilnehmenden vor und während der Krebsbehandlung**, sowie über diese hinaus zu werden.



Example cancer: Demographic predictors of complementary medicine use

Demographic factor	Relevance
Female sex	High
Higher education	High
Younger age	High
Higher income	High
Previous use of complementary and alternative medicine	High

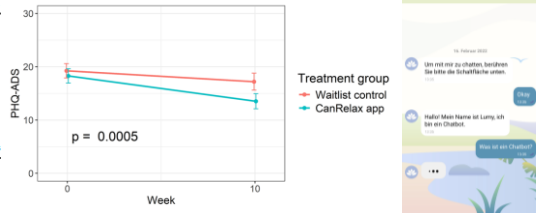
Kenne et al. Complementary Therapies in Clinical Practice, 2019



App mit regelbasiertem Chatbot

Mobile health intervention CanRelax reduces distress in people with cancer in a randomized controlled trial

Jürgen Barth^{1,2,3,4}, Sonja Schläpfer^{1,2,3,4}, Fabian Schneider^{1,2,3,4}, Prabhakaran Santhanam^{1,2,3,4}, Tobias Kowatsch^{1,2,3,4}, Priska Heinz^{1,2,3,4}, Ulrike Held^{1,2,3,4}, Manuela Eicher^{1,2,3,4} & Claudia M. Witt^{1,2,3,4}



82 % Frauen, effektiv bei Frauen nicht bei Männern



Association between working alliance and treatment outcomes in a mobile health intervention with a conversational agent (CanRelax)

Sonja Schläpfer^{1,2,3,4}, Jürgen Barth^{1,2,3,4}, Priska Heinz^{1,2,3,4}, Ulrike Held^{1,2,3,4}, Tobias Kowatsch^{1,2,3,4}, Claudia M. Witt^{1,2,3,4}

Bei Frauen stärkerer Zusammenhang zwischen therapeutischer Beziehung und Verbesserung des Distress

Klinische Studie ICanSelfCare Für Krebsbetroffene mit Fatigue und/oder Schlafproblemen

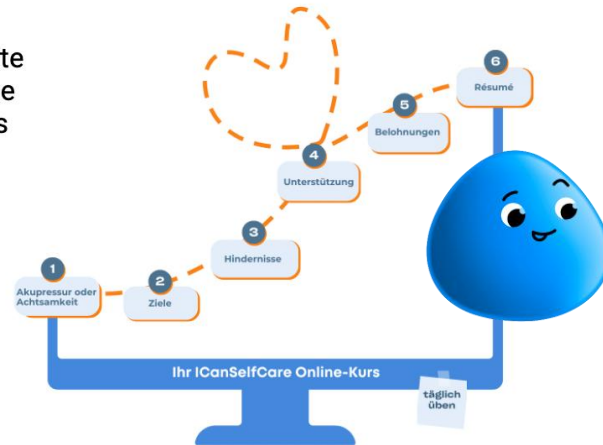


Studienziel

- Können Akupressur oder eine achtsamkeitsbasierte Technik, wenn sie digital vermittelt werden, Fatigue und/oder Schlafprobleme bei Menschen mit Krebs lindern?
- Wie beeinflussen Präferenzen und Nutzung die Wirksamkeit

Intervention

- 6-wöchiger Online-Kurs und selbständige Anwendung der Self Care Technik
- Aufwand für Teilnehmende: ca. 15 bis 20 Minuten am Tag



Journal of Cancer Education
<https://doi.org/10.1007/s13187-026-02861-w>

Co-Design



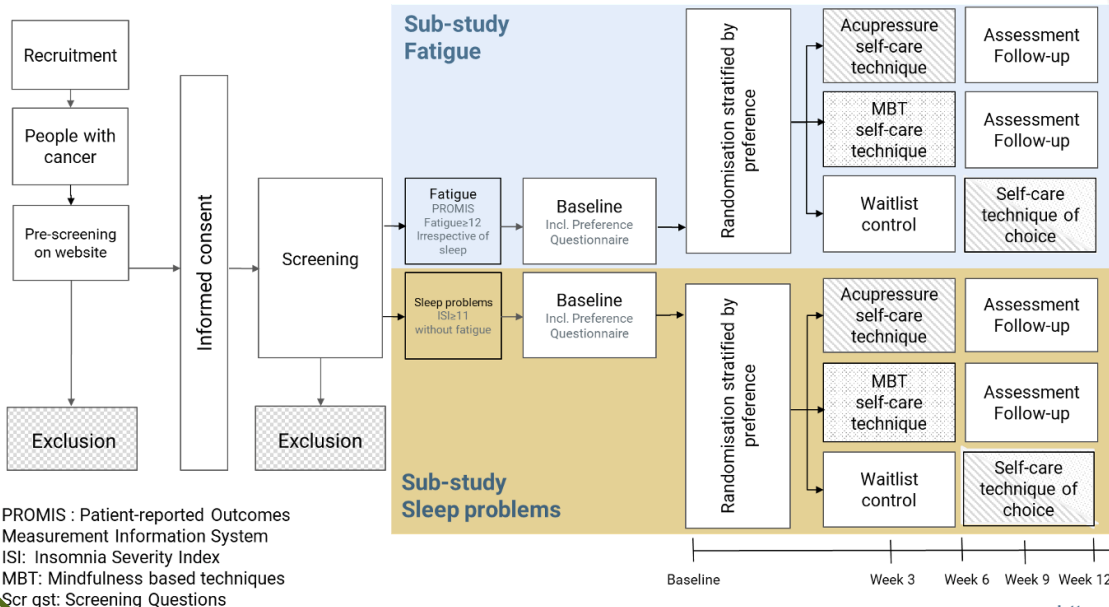
Developing Self Care Digital Trainings for Cancer Patients: An Implementation Research Project with Broad Stakeholder Engagement

Anita V. Thomae¹ · Sarah Brüllmann¹ · Linxin Zhang¹ · Twyla Müller^{1,2} · Christine Huber¹ · Nadine Laub¹ · Claudia Canella¹ · Jürgen Barth¹ · Mario Gabban¹ · Matthias Hellberg-Naegele³ · Zina-Mary Manjaly^{4,5} · Helga Meier Schnorf¹ · Alexander Siebenhüner^{6,7} · Joachim Weis⁸ · Claudia M. Witt¹

Received: 3 February 2026 / Accepted: 14 March 2026
© The Author(s) 2026



ICanSelfCare: Studiendesign



PROMIS : Patient-reported Outcomes Measurement Information System
ISI: Insomnia Severity Index
MBT: Mindfulness based techniques
Scr qst: Screening Questions

<https://icanselfcare.ch/>

Kosten-Effektivität von Influencermarketing als Unterfragestellung

Schlafprobleme bei Krebs?

Damit sind Sie nicht allein!

Werden Sie aktiv

Im **ICanSelfCare-Online Kurs** lernen Sie Akupressur oder Achtsamkeit für Ihren Alltag: Sicher, wissenschaftlich begleitet, kostenfrei.

Jetzt für klinische Studie anmelden:
www.icanselfcare.ch

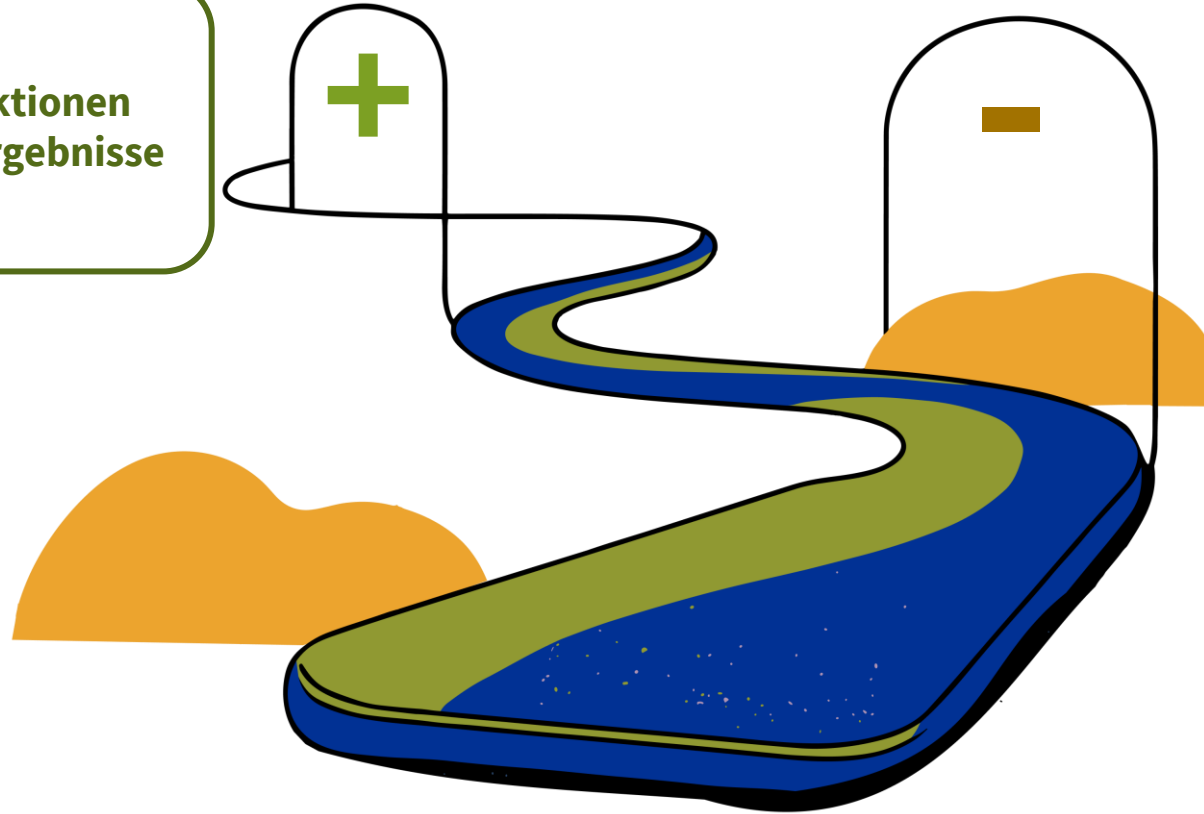
Unterstützt von der Krebsforschung Schweiz

Lehrstuhl für Integrative und Komplementäre Digitale Gesundheit

Universität Zürich **USZ** Universitätsklinikum Zürich

Künstliche Intelligenz

**Individualisiertere Prediktionen
Auffinden genderspez. Ergebnisse**



**Bias für Geschlecht und Integrative
Medizin**

- selektierte Daten
- zu wenig Daten

Berücksichtigung des biologischen und sozialen Geschlechts bei der Evidenzsynthese mittels KI



Forschungsziel: schnellere geschlechtsspezifische Analyse bei der Evidenzsynthese

- evaluieren, wie klinische Leitlinien Geschlecht und gesundheitliche Chancengleichheit berücksichtigen,
- KI-Tools entwickeln für systematische Reviews zur Verbesserung der besagten Analyse
- KI-Framework für eine schnellere und inklusivere Evidenzsynthese



Integrative Frauengesundheit

Digital Health ist unterstützend - Co-Creation notwendig

Neue Möglichkeiten mit KI - Bias nicht vergessen



"I care deeply about life – that's why I'm passionate about Health & AI"



LinkedIn

Universität Zürich

Bilder generiert durch: Mensch KI-Team Casey Murphy & Midjourney V7 and Deivid AI V1.12