

App unterstützt Patienten beim Selbstmanagement ihrer Erkrankung

Datum: 03.01.2023

Original Titel:

Effects of mobile phone application combined with or without self-monitoring of blood glucose on glycemic control in patients with diabetes: A randomized controlled trial

DGP - Diabetes-Patienten, die zum Selbstmanagement ihrer Erkrankung eine App nutzten, konnten damit ihren Langzeitblutzuckerwert häufig senken, zeigte eine chinesische Studie. Die individuelle Rolle digitaler Werkzeuge beim Diabetes-Management sollte jedoch im Arzt-Patienten-Gespräch geklärt werden.

Können Apps Diabetes-Patienten zu einem besseren Umgang und Selbstmanagement ihrer Erkrankung verhelfen? Oder profitieren die Patienten mehr davon, wenn sie ihren Blutzucker regelmäßig selbst bestimmen? Diesen Fragen gingen Forscher mit einer wissenschaftlichen Studie in China nach. Dazu teilten sie Patienten mit Typ-2-Diabetes in vier verschiedenen Gruppen auf. Gruppe A war die [Kontrollgruppe](#), die weder die App erhielt noch Selbstmessungen des Blutzuckers durchführen sollte. Gruppe B führte ausschließlich Selbstmessungen durch und Gruppe C kam ausschließlich in den Genuss der App. Gruppe D kombinierte App-Nutzung und die Selbstmessung des Blutzuckers.

185 Typ-2-Diabetes-Patienten mit einem Durchschnittsalter von 52 Jahren nahmen an der Studie teil. Die Studie dauerte 24 Wochen lang an. Nach dieser Zeit maßen die Forscher den Langzeitblutzuckerwert (bekannt als [HbA1c](#)-Wert), den Blutzuckergehalt im Nüchternzustand und die Konzentration von 1,5 Anhydroglucitol. 1,5 Anhydroglucitol ist ein Zucker, dessen Konzentration Auskunft über kurzfristige Blutzuckerspitzen gibt (eine niedrige Konzentration zeigt an, dass es zu Blutzuckerspitzen gekommen ist).

App-Nutzung verhalf den Patienten zu einem guten Management der Erkrankung

Nach 24 Wochen hatte sich der Langzeitblutzuckerwert in allen 4 Gruppen gemindert. Allerdings hatten mehr Personen aus den Gruppen C und D im Vergleich zu Personen der Gruppe A einen [HbA1c](#)-Wert von < 7 % erreicht. Vertiefte Analysen zeigten, dass sich die positiven Änderungen in Gruppe D vor allem auf die Anwendung der App und nicht auf die Selbstmessungen des Blutzuckers zurückführen ließen.

Schlussfolgernd zeigt diese Studie, dass Typ-2-Diabetes-Patienten, die Unterstützung durch eine App bekamen, ihren Langzeitblutzuckerwert häufig auf einen Wert < 7 % absenken konnten.

Individuelle Rolle digitaler Werkzeuge im modernen Diabetes-Management

Einschränkend muss hierbei berücksichtigt werden, dass die chinesische App und Studie sich nicht

direkt auf europäische Verhältnisse übertragen lassen. Die Studie bietet jedoch Hinweise darauf, welche Rolle digitale Werkzeuge beim Diabetes-Management spielen können. Mittlerweile gibt es eine Reihe von neueren Apps sowie modernere Methoden zum Monitoring des Diabetes, deren Vor- und Nachteile individuell im Arzt-Patienten-Gespräch besprochen werden können.

Referenzen:

Yu Y, Yan Q, Li H1 et al.: Effects of mobile phone application combined with or without self-monitoring of blood glucose on glycemic control in patients with diabetes: A randomized controlled trial. J Diabetes Investig. 2019 Feb 27. doi: 10.1111/jdi.13031. [Epub ahead of print]



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“