Textnachrichten als Werkzeug, um die Blutzuckereinstellung von Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes zu verbessern

Datum: 07.03.2023

Original Titel:
Text-message responsiveness to blood glucose monitoring reminders is associated with HbA1c benefit in teenagers with Type 1 diabetes

DGP – **Können Textnachrichten, die an Jugendliche mit Typ-1-Diabetes versendet werden und die diese zum Selbstmessen ihres Blutzuckers anregen, zu einem verbesserten Krankheitsmanagement beitragen? Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, dass dies der Fall sein kann, allerdings nur, wenn die Jugendlichen gut und langfristig auf die Textnachrichten ansprechen.**

Helfen SMS oder WhatsApp-Nachrichten Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes dabei, bessere Blutzuckerwerte zu erreichen? Diese Frage stellten sich Wissenschaftler aus den USA und führten eine Studie durch.

Die Wissenschaftler schlossen 147 Jugendliche mit Typ-1-Diabetes im Alter zwischen 13 und 17 Jahren in ihre Studie ein, die zu bestimmten (von den Jugendlichen selbstgewählten) Zeiten Textnachrichten erhielten. Ziel der Textnachrichten war es, die Jugendlichen darin zu erinnern, ihren Blutzucker zu messen. Die Jugendlichen sollten auf die Textnachrichten dann wiederum mit einer eigenen Textnachricht antworten, bei der sie die Ergebnisse der Blutzuckermessung angaben. Die Studie dauerte 18 Monate an.

Knapp die Hälfte der Jugendlichen sprach sehr gut auf die Textnachrichten an

Bei Studienbeginn litten die Jugendlichen im Schnitt schon seit 7,1 Jahren an Diabetes und hatten einen Langzeitblutzuckerwert von 8,5 %. Der durchschnittliche Anteil an Tagen mit einer oder mehreren Reaktionen auf die Textnachrichten nahm im Lauf der Zeit ab und lag in den ersten 6 Monaten der Studie bei 60 % der Tage, zwischen den Monaten 7 und 12 bei 53 % der Tage und zwischen den Monaten 13 und 18 bei 43 % der Tage. Als *High-Responder* (= Jugendliche, die gut auf die Textnachrichten ansprachen) wurden Jugendliche betrachtet, die über die 18 Monate hinweg an mindestens 50 % der Tage eine oder mehrere Textnachrichten versendeten. 49 % der Jugendlichen zählten zu diesen *High-Respondern*.

High-Responder zeigten deutliche bessere Ergebnisse in Hinblick auf den Langzeitblutzuckerwert

Die Ergebnisse zeigten, dass sich der Langzeitblutzuckerwert der *High-Responder* im Laufe der 18 Monate nicht verbessert, aber auch nicht verschlechtert hatte. Dies sah bei den *Low-Respondern* (= Jugendliche, die nicht gut auf die Textnachrichten ansprachen) anders aus: bei ihnen verschlechterte sich der Langzeitblutzuckerwert in den 18 Monaten und stieg um 0,3 % an.

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

Deutlich bessere Chance für gute Blutzuckereinstellung bei den Jugendlichen, die gut auf die Textnachrichten ansprachen

Unterauswertungen zeigten, dass Jugendliche, die bei Studienbeginn einen Langzeitblutzuckerwert von mehr als 8 % aufwiesen und zu den *High-Respondern* gehörten, eine 2,5-fach höhere Chance als die *Low-Responder* hatten, dass ihr Langzeitblutzuckerwert im Laufe der 18-monatigen Studie deutlich gesenkt wurde. Jugendliche, die bei Studienbeginn einen Langzeitblutzuckerwert von weniger als 8 % aufwiesen und zu den *High-Respondern* gehörten, hatten sogar eine 5,7-fach höhere Chance als die *Low-Responder*, dass ihr Langzeitblutzuckerwert nach den 18 Monaten bei weniger als 7,5 % lag.

Diese Ergebnisse zeigen, dass Jugendliche, die gut auf Textnachrichten reagieren, welche sie zum Messen ihres Langzeitblutzuckerwertes animieren, dadurch in Form von einem verbesserten Langzeitblutzuckerwert profitieren können. Gerade bei Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes werden Maßnahmen benötigt, die das Engagement der Jugendlichen zum Management ihrer Erkrankung fördern.

Referenzen:

McGill DE, Volkening LK, Butler DA, Wasserman RM, Anderson BJ, Laffel LM. Text-message responsiveness to blood glucose monitoring reminders is associated with HbA1c benefit in teenagers with Type 1 diabetes. Diabet Med. 2019 May;36(5):600-605. doi: 10.1111/dme.13929. Epub 2019 Feb 25.

DeutschesGesundheitsPortal

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

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“

Alle Rechte © DeutschesGesundheitsPortal.de/HealthCom