

## App unterstützt Patienten beim Selbstmanagement ihrer Erkrankung

**Datum:** 15.09.2021

**Original Titel:**

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

**MedWiss - Diabetes-Patienten, die zum Selbstmanagement ihrer Erkrankung eine App nutzen, konnten damit ihren Langzeitblutzuckerwert häufig auf einen Wert von < 7 % senken. Dies zeigen die Ergebnisse der im Folgenden beschriebenen Studie.**

---

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 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. Die App könnte damit eine wertvolle Unterstützung für die Patienten sein.

**Referenzen:**

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