

Was können Diabetes-App leisten?

Datum: 15.08.2018

Original Titel:

Mobile phone applications and self-management of diabetes: a systematic review with meta-analysis, meta-regression of 21 randomized trials, and GRADE

Diabetes-App können Patienten mit Typ-1-Diabetes und Typ-2-Diabetes dabei helfen, einen guten Langzeitblutzuckerwert zu erreichen, wie diese Auswertung von 21 Studien zeigte. Die Patienten profitierten besonders von dem Feedback von medizinischem Personal.

Heutzutage gibt es für fast alles eine App. Insbesondere der Gesundheitsbereich ist eine beliebte Branche für App-Entwickler. Neben Apps, die die Gewichtsabnahme erleichtern sollen, gibt es Apps, die als Schrittzähler fungieren, Apps mit denen Medikamente verwaltet werden können oder Apps, die sich an bestimmte Patientengruppen wie etwa Patienten mit Lungenkrankheiten, Krebskrankheiten oder auch Diabetes richten.

Forscher aus China und Großbritannien nahmen nun im Speziellen solche Apps unter die Lupe, die für Patienten mit Diabetes konzipiert sind. Die Forscher interessierte, ob die Anwendung einer App sich messbar auf das Selbstmanagement der Diabeteskrankheit auswirkte. Dazu analysierten die Forscher, inwiefern durch die Anwendung der Diabetes-App eine Reduktion des Langzeitblutzuckerwertes (bekannt als HbA1c-Wert) bei den Patienten erreicht werden konnte.

21 Studien mit 1550 App-Nutzern ausgewertet

Die Forscher suchten in medizinischen Datenbanken nach Studien, die sich mit Diabetes-Apps und deren Auswirkungen auf den Langzeitblutzuckerwert der Patienten beschäftigten. Dabei schlossen sie Patienten mit Typ-1-Diabetes und Typ-2-Diabetes ein. Die Forscher machten insgesamt 21 Studien ausfindig, an denen 1550 Diabetespatienten teilnahmen.

Apps boten Hilfe beim Krankheitsmanagement, insbesondere durch Feedback von medizinischem Personal

Die Studienergebnisse der 21 Studien wurden von den Forschern dann zusammenfassend ausgewertet. Es zeigte sich, dass die Anwendung der Diabetes-Apps bei den Patienten mit Typ-1-Diabetes zu einer deutlichen Absenkung des Langzeitblutzuckerwert um 0,49 % beitrug. Auch Patienten mit Typ-2-Diabetes profitierten von der App-Nutzung: Bei ihnen konnte der Langzeitblutzuckerwert um 0,57 % gesenkt werden. Tiefergehende Analysen deckten zudem auf, dass ein maßgeblicher Erfolgsfaktor für die Apps der Einbau von Feedback (= Rückmeldungen) von medizinischem Fachpersonal war. Über alle Studien gemeinsam betrachtet zeigte sich, dass die Reduktion des Langzeitblutzuckerwerts ohne Feedback von medizinischem Fachpersonal nur 0,24 % betrug, mit wenig Feedback 0,33 % und mit stark ausgeprägtem Feedback hingegen ganze 1,12 %.

Diese zusammenfassende Analyse von 21 Studien zeigt damit auf, dass Diabetes-App einen wertvollen Beitrag zur Reduktion des Langzeitblutzuckerwerts bei Patienten mit Diabetes Typ 1 und

Typ 2 leisten können. Als wichtiges Erfolgselement der App erweist sich die Integration von Feedback durch medizinisches Fachpersonal. Zukünftige Studien sollten nun die optimale Intensität dieses Feedbacks ausfindig machen, um die Apps für die Patienten auf diese Weise zu einem noch wertvolleren Instrument für das Selbstmanagement ihrer Diabeteserkrankung zu machen.

Referenzen:

Hou C, Xu Q, Diao S, Hewitt J, Li J, Carter B. Mobile phone applications and self-management of diabetes: a systematic review with meta-analysis, meta-regression of 21 randomized trials, and GRADE. *Diabetes Obes Metab.* 2018 Mar 27. doi: 10.1111/dom.13307. [Epub ahead of print]