

**PRESSEINFORMATION**

**Unterstützung zur Selbsthilfe bei Diabetes**

Ein niederösterreichisches Forschungsprojekt untersucht, wie sich Patient\*innen mittels Messenger-App gegenseitig unterstützen können

**Für Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2 ist ein ausgewogener Lebensstil wichtig, um beschwerdefrei zu leben. Das Forschungsprojekt DiabPeerS unter der Leitung der FH St. Pölten untersucht, wie sich Patient\*innen online mittels Instant Messaging unterstützen können.**

**St. Pölten, 11.12.2020** – Diabetes mellitus ist eine der 4 wichtigsten nicht übertragbaren Krankheiten weltweit. Global litten 2019 circa 463 Millionen Erwachsene daran und bis 2045 wird ein Anstieg der Zahl der Betroffenen um 51 Prozent erwartet. Diabetes mellitus Typ 2 ist eine stark vom Lebensstil abhängige Erkrankung und ist die häufigste Form von Diabetes.

Aufgrund des chronischen Charakters erfordert die Krankheit eine kontinuierliche Therapie, regelmäßige Kontrolle und einen bewussten Lebensstil. Unbehandelt kann Diabetes zu schweren Langzeitkomplikationen wie Herzkreislauf- und Nierenerkrankungen, einer geringeren Lebensqualität, schlechterer psychischer Gesundheit und einer verkürzten Lebenserwartung führen.

**Mit Selbst-Management besser leben**

Der Erfolg der Diabetestherapie hängt stark von den Betroffenen selbst ab. Denn Patient\*innen müssen auf ihren Lebensstil, wie z. B. eine adäquate Ernährung, und richtige Medikamenteneinnahme achten, ihren Blutzucker messen und regelmäßig ärztliche Kontrollen wahrnehmen. Daher spielen Diabetes-Selbst-Management-Schulungen, bei denen die Betroffenen Wissen und Fähigkeiten im Umgang mit Diabetes mellitus erlernen eine wichtige Rolle in der Diabetestherapie.

Doch Studien belegen, dass die Betroffenen die positiven Ergebnisse der Diabetes-Selbst-Management-Schulungen schwer über längere Zeit im Alltag erhalten können. Erste Erfahrungen zeigen, dass Peer-Support, also die Unterstützung durch eine Person, die Erfahrung mit einem bestimmten Verhalten, der Krankheit und der schwierigen Situation hat, helfen kann. Es scheint, dass durch die Unterstützung durch andere Betroffene die Selbst-Management-Fähigkeiten, die Selbstwirksamkeit und in weiterer Folge die Kontrolle des Blutzuckerspiegels sowie die langfristige Gesundheit der Patient\*innen verbessert werden.

**Einsatz und Betreuung im Alltag**

„Nur mit einem Arztbesuch, einer Untersuchung und einem Medikament ist es bei Typ-2-Diabetikerinnen und -Diabetikern nicht getan. Ganz im Gegenteil“, erklärt Gerhard Hutter, Vorsitzender des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich. „Diese Krankheit erfordert viel Einsatz und Disziplin durch die Betroffenen selbst. Als Österreichische Gesundheitskasse stellen wir mit medizinischen Leistungen und wissenschaftlich bewährten Programmen wie ‚Therapie Aktiv‘ die strukturierte, ärztliche Versorgung sicher. Darüber hinaus kann aber auch die Betreuung im Alltag ein essentieller Erfolgsfaktor sein, der die Lebensqualität der erkrankten Menschen steigert. Daher unterstützen wir gerne das Projekt DiabPeerS der FH St. Pölten.“

Durch den unterstützenden Einsatz von Peer-Support im Rahmen einer Standardtherapie könnten bessere Resultate bei niedrigeren Kosten erzielt werden. Obwohl die Ergebnisse dazu vielversprechend sind, steht die Forschung zu Peer-Support in der Diabetesbehandlung noch am Anfang und der Einfluss verschiedener Faktoren ist unklar.

**Unterstützung mit Instant-Messaging-Services**

Hier setzt das Projekt „DiabPeerS” an. Es untersucht in den nächsten 3 Jahren, wie sich Patient\*innen mit Diabetes mellitus Typ 2 gegenseitig online über Instant-Messaging-Services unterstützen können. Die Programme funktionieren wie WhatsApp, Telegram, Signal und andere Produkte. Im Rahmen des Projektes spielen krankheitserfahrene und geschulte Diabetiker\*innen eine besondere Rolle. Sie führen die Online-Gruppen und regen durch aktives Themensetzen zu Diskussionen rund um Diabetes mellitus Typ 2 an. Um sie dabei bestmöglich zu unterstützen, begleitet sie eine Diätologin.

„Peer-Support hat ein erhebliches Potenzial für das Diabetes-Management, da die Unterstützung einfach, schnell und kostengünstig erbracht werden kann und mit wenig Aufwand für die Betroffenen verbunden ist. Zudem verwendet bereits fast die Hälfte der 40- bis 69-Jährigen, also jener Altersgruppe, die am häufigsten von Typ-2-Diabetes betroffen ist, Instant-Messaging-Programme“, sagt Elisabeth Höld, Ernährungswissenschafterin und Projektleiterin an der FH St. Pölten. Im Projekt wird die österreichische Software grape zum Einsatz kommen.

**Kooperation der Gesundheitsdisziplinen**

Laut Stefan Stieger, dem Leiter des Fachbereichs Psychologische Methodenlehre am Department Psychologie und Psychodynamik der Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften, und Martin Wiesholzer, dem Leiter der Klinischen Abteilung für Innere Medizin 1 am Uniklinikum, erfordern multifaktorielle Erkrankungen wie Diabetes mellitus Typ 2 interdisziplinäre Zusammenarbeit: Durch die Kooperation von Diätologie, Ernährungswissenschaft, Medizin, Psychologie, Publizistik, Medienmanagement, Technik und Soziologie können Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene besser entwickelt werden. Dem wird auch das interdisziplinäre Team im Projekt DiabPeerS gerecht.

Mehr als 200 über-40-jährige Patient\*innen mit Diabetes mellitus Typ 2 sollen für das Projekt über sieben Monate beobachtet werden – eine Gruppe mit Online-Peer-Unterstützung, die andere zum Vergleich ohne.

**Projekt DiabPeerS**

Das Projekt „DiabPeerS - Improving glycaemic control in patients with type 2 diabetes mellitus through peer support Instant Messaging: a randomized controlled trial” wird im Zuge des Life Science Call von der NÖ Forschungs- und Bildungsges.m.b.H. (NFB) finanziert. Das Institut für Gesundheitswissenschaften und das Institut für Creative\Media/Technologies, der FH St. Pölten, führen das Projekt gemeinsam mit der Österreichischen Gesundheitskasse, dem Fachbereich Psychologische Methodenlehre am Department Psychologie und Psychodynamik der Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften und der Klinischen Abteilung für Innere Medizin 1 des Universitätsklinikum St. Pölten durch.

**Fotos:**

FH St. Pölten, Credit: Martin Lifka Photography

Projektlogo, Credit: FH St. Pölten

**Über die Fachhochschule St. Pölten**

Die Fachhochschule St. Pölten ist Anbieterin praxisbezogener und leistungsorientierter Hochschulausbildung zu den Themen Medien, Wirtschaft, Digitale Technologien, Informatik, Security, Bahntechnologie, Gesundheit und Soziales. 26 Studiengänge und zahlreiche Weiterbildungslehrgänge bieten ca. 3400 Studierenden eine zukunftsweisende Ausbildung. Neben der Lehre widmet sich die FH St. Pölten intensiv der Forschung. Die wissenschaftliche Arbeit erfolgt zu den oben genannten Themen sowie institutsübergreifend und interdisziplinär. Die Studiengänge stehen in stetigem Austausch mit den Instituten, die laufend praxisnahe und anwendungsorientierte Forschungsprojekte entwickeln und umsetzen.

**Informationen und Rückfragen:**

Mag. Mark Hammer

Fachverantwortlicher Presse

Marketing und Unternehmenskommunikation

T: +43/2742/313 228 269

M: +43/676/847 228 269

E: [mark.hammer@fhstp.ac.at](mailto:mark.hammer@fhstp.ac.at)

I: <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>

Pressetext und Fotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>.

Allgemeine Pressefotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse/pressefotos-logos>.

Die FH St. Pölten hält ausdrücklich fest, dass sie Inhaberin aller Nutzungsrechte der mitgesendeten Fotografien ist. Der Empfänger/die Empfängerin dieser Nachricht darf die mitgesendeten Fotografien nur im Zusammenhang mit der Presseaussendung unter Nennung der FH St. Pölten und des Urhebers/der Urheberin nutzen. Jede weitere Nutzung der mitgesendeten Fotografien ist nur nach ausdrücklicher schriftlicher Zustimmung (Mail reicht aus) durch die FH St. Pölten erlaubt.

Natürlich finden Sie uns auch auf Facebook und Twitter:

<https://www.facebook.com/fhstp>, [https://twitter.com/FH**\_**StPoelten](https://twitter.com/FH_StPoelten).

Sollten Sie in Zukunft keine weiteren Zusendungen der Fachhochschule St. Pölten wünschen, senden Sie bitte ein Mail mit dem Betreff „Keine Presseaussendungen" an [presse@fhstp.ac.at](mailto:presse@fhstp.ac.at).