

# Effektivität der 8-Stunden-Version von MEDIAS 2

Maier, B.<sup>1</sup>, Glückler, C.<sup>2</sup>, Kulzer, B.<sup>1</sup>, Hermanns, N.<sup>1</sup>, Reinecker, H.<sup>2</sup> & Haak, T.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Forschungsinstitut der Diabetes-Akademie Mergentheim  
<sup>2</sup>Psychologisches Institut der Universität Bamberg

**Fragestellung:** MEDIAS 2 ist ein etabliertes Schulungs- und Behandlungsprogramm für nicht-insulinbehandelte Typ 2 Diabetiker. In seiner Originalversion umfaßt dieses Programm 12 Kursstunden. Anliegen dieser Studie war die Überprüfung der Effektivität einer 8 Stunden-Version von MEDIAS 2. Zielvariablen waren die Effekte dieses Schulungs- und Behandlungsprogramms auf die Blutzuckereinstellung, das Gewicht, das Selbstbehandlungsverhalten und die Lebensqualität der Studienteilnehmer 6 Monate nach Beendigung von MEDIAS 2.

**Methodik:** Diese multizentrische Studie wurde in einem ambulanten Setting in verschiedenen diabetologischen Schwerpunkteinrichtungen durchgeführt. Teilnehmer waren Typ 2 Diabetiker im Alter von 40 bis 65 Jahren, die mit oralen Antidiabetika und/oder Diät behandelt wurden. Von ursprünglich 102 Studienteilnehmern konnten 68 Patienten ausgewertet werden (Drop Out Rate 33%). Die Eingangsdaten der auswertbaren Patienten sowie der Drop Outs sind vergleichend in Tabelle 1 dargestellt. In den Baseline-Charakteristiken ergab sich kein statistisch bedeutsamer Unterschied zwischen Patienten, die für die Abschlussauswertung zur Verfügung standen und den Drop Outs. Die Effektivität dieses Programms wurde 6 Monate nach Ende der Schulung erhoben. Neben metabolischen Zielvariablen (HbA1c, Blutfette, Blutdruck und Gewicht) wurde der Effekt des Programms auf das Selbstbehandlungsverhalten (Blutzucker- oder Harnzuckerselbstkontrollen, Fußpflege, körperliche Bewegung) und auf psychologische Variablen wie das Ausmaß diabetessepezifischer Probleme und Depressivität mittels der Fragebogen PAID (dt. Version des Problem Areas in Diabetes - Fragebogen) und ADS (Allgemeine Depressions Skala) geprüft.

**Ergebnisse:** Es zeigten sich signifikante Verbesserungen sowohl in den Hauptzielvariablen HbA1c und Gewicht (siehe Abbildung 1) als auch bei den Lipiden (Abbildung 2). Ebenso waren signifikante Verbesserungen des Selbstbehandlungsverhaltens als auch der psychischen Befindlichkeit beobachtbar (Abbildung 3). In der Abbildung 4 sind nochmals zusammenfassend die jeweiligen Effektstärken der erhobenen Haupt und Nebenzzielvariablen der 8-stündigen Version von MEDIAS 2 abgebildet. Die größten Effektstärken ergaben sich bei der Verbesserung der glykämischen Kontrolle und des Selbstbehandlungsverhaltens. Die Blutdruckwerte verbesserten sich von 130/82 mm Hg auf 129/81 mm Hg leicht (systolisch:  $p = .314$ ; diastolisch  $p = .128$ ).

**Schlussfolgerung:** Es zeigte sich, dass die 8-Stunden-Version effektiv im Hinblick auf die Reduktion metabolischer Risikofaktoren ist. Ebenso zeigte sich ein signifikant positiver Effekt auf das Selbstbehandlungsverhalten. Diabetespezifische und -unspezifische Belastungen reduzierten sich, so dass auch von einem positiven Effekt der 8-Stunden-Version von MEDIAS 2 auf die Lebensqualität ausgegangen werden kann.

Tabelle 1: Stichprobenbeschreibung

| Charakteristik          | Completers n=68 | Drop Out n=34 | p   |
|-------------------------|-----------------|---------------|-----|
| Alter (J.)              | 53,4 ±10,8      | 49,9 ±7,9     | .05 |
| Diabetesdauer (J.)      | 3,7 ±3,8        | 4,3 ±4,2      | .38 |
| % weiblich              | 39              | 44            | .65 |
| % mit OAD               | 68              | 62            | .56 |
| HbA1c (%)               | 7,3 ±1,6        | 7,1 ±1,5      | .27 |
| Nüchtern glukose mg/dl  | 132 ±60         | 137 ±52       | .76 |
| BMI kg/m <sup>2</sup>   | 32,6 ±6,3       | 33,2 ±7,2     | .70 |
| Cholesterin mg/dl       | 214 ±40         | 217 ±49       | .96 |
| Triglyceride mg/dl      | 246 ±168        | 209 ±107      | .96 |
| HDL mg/dl               | 42 ±8           | 48 ±9         | .02 |
| Depressivität           | 13,6 ±10,2      | 15,9 ±9,9     | .30 |
| Diabetes spez. Probleme | 23,5 ±15,8      | 25,9 ±19,9    | .76 |

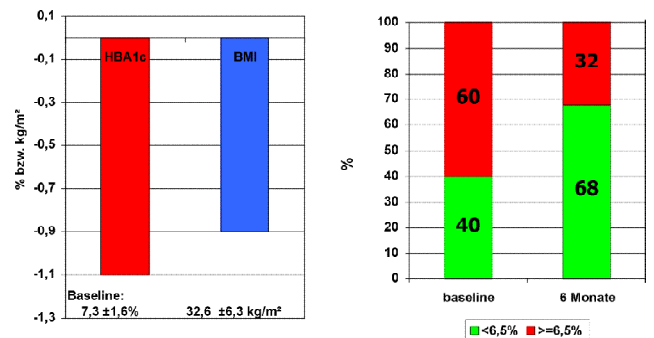


Abbildung 1: Veränderungen der HbA1c und BMI: Bewertung entsprechend der Nationalen Versorgungsleitlinie Diabetes mellitus Typ 2

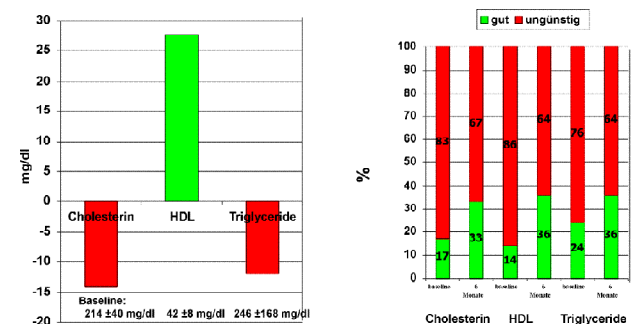


Abbildung 2: Veränderungen der Lipide sowie Bewertung entsprechend der Nationalen Versorgungsleitlinie Diabetes mellitus Typ 2

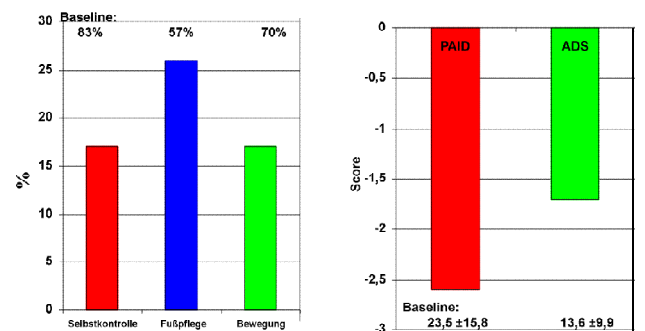


Abbildung 3: Veränderungen des Selbstbehandlungsverhaltens und der psychischen Befindlichkeit

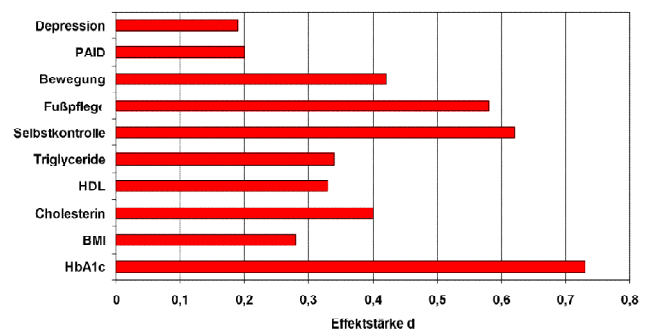


Abbildung 4: Effektstärken von MEDIAS 2 auf die Zielvariablen