

Type 2 Diabetes Mellitus und was für die Patient:innen am wichtigsten ist, wenn es sich um die Ergebnisse des Selbstmanagements handelt

Einführung

Die meisten Menschen über 65 Jahre leiden unter einer oder mehreren chronischen Krankheiten. Die Behandlung dieser Erkrankungen macht heute einen erheblichen Teil der Gesundheitskosten aus, etwa 70 % bis 80 %*.

Patient:innen, die mit chronischen Krankheiten leben, kümmern sich um ihre Krankheit meist selbst, zu Hause und in der Gemeinschaft, oft mit Hilfe von Familienangehörigen oder anderen informellen Pflegepersonen. Den Patient:innen die richtige Unterstützung für das Selbstmanagement und ein gutes Leben mit der Krankheit zu bieten, ist ein wesentlicher Bestandteil einer guten Versorgung bei chronischen Krankheiten und verlängert die Lebenserwartung.

Studien deuten darauf hin, dass die richtige Art der Selbstmanagement-Unterstützung die Gesundheitsergebnisse (im Folgenden als „Gesundheitsoutcomes“ oder „Outcomes“ bezeichnet) der Patient:innen verbessern und auch einen gesellschaftlichen Nutzen erbringt. Allerdings fehlt es den Gesundheitsfachberufen und den politischen Entscheidungsträgern heute an Informationen darüber, welche Maßnahmen zur Unterstützung des Selbstmanagements (im Folgenden als "Selbstmanagement-Interventionen" oder SMI bezeichnet) für verschiedene Patienten in unterschiedlichen Kontexten am besten geeignet sind. Patient:innen mit Typ 2 Diabetes (T2DM) werden in der Regel nach der Diagnose an therapeutische Schulungsprogramme verwiesen, und dies ist ein wichtiger Bestandteil der SMI.

COMPARE-EU ist ein Projekt, das teilweise von der Europäischen Kommission im Rahmen ihres Forschungsrahmenprogramms "Horizont 2020" finanziert wird. Es begann im Januar 2018 und wird im Dezember 2022 enden. Das Projekt zielt darauf ab, die wirksamsten und kosteneffizientesten SMI für Erwachsene in Europa, zu ermitteln, zu vergleichen und zu bewerten. Dabei stehen Patient:innen im Fokus, die an einer der vier chronischen Erkrankungen leiden: T2DM, chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD), Adipositas und Herzinsuffizienz. **Im Rahmen des Projekts wurden 4 Core Outcome Sets (COS) entwickelt, die als Richtschnur für Selbstmanagement-Interventionen bei diesen Krankheiten dienen sollen, und es wird ein Online-Entscheidungstool für politische Entscheidungsträger, Forscher:innen, Patient:innen und die Gesundheitsbranche entwickelt.**

Was ist ein Core Outcome Set: eine Liste von Outcomes, die Patient:innen und Angehörige der Gesundheitsberufe den Forschenden empfohlen haben, im Rahmen von Forschungsstudien in einem bestimmten Bereich zu messen und zu berichten. Vor der Auswahl des COS wurde von COMPARE-EU-Vertreter:innen eine umfangreiche Literaturrecherche und -analyse durchgeführt.

Welche neuen Erkenntnisse bringt diese Forschung?

Eine wesentliche Stärke unseres COS besteht darin, dass es sich stark **an den Präferenzen der Patient:innen orientiert** und gleichzeitig die Sichtweisen der Angehörigen der Gesundheitsberufe und der Forschung widerspiegelt. Dies bedeutet, dass das COS **recht zuverlässig ist und in vielen verschiedenen Bereichen eingesetzt werden könnte**. In einem nächsten Schritt wird das COS verwendet, um ein Online-Tool zu entwickeln, das die Entscheidungsfindung von politischen Entscheidungsträgern, Angehörigen der Gesundheitsberufe, Entwicklern von Leitlinien für die Behandlung chronischer Krankheiten, Patient:innen und deren Familien in Bezug auf die am besten geeigneten SMI in verschiedenen Kontexten unterstützt.

Wie wurde das COS entwickelt?

Zunächst analysierten die COMPAR-EU-Forschenden die wissenschaftliche Literatur und fanden eine lange Liste mit verschiedenen Outcomes. Wir, das COMPAR-EU-Projektkonsortium, haben dann die wichtigsten dieser Outcomes in einem zweistufigen Delphi-Verfahren ausgewählt. Ein Delphi-Verfahren ist eine Technik, um durch eine Reihe von strukturierten Fragebögen und Diskussionen am runden Tisch eine Einigung zwischen Expert:innen zu erzielen.

Die Gruppe wählte **13 Outcomes** aus, die in das endgültige COS aufgenommen werden sollten. Von diesen 13 Outcomes waren **6 von allen Teilnehmenden als besonders wichtig erachtet**, d. h. sie finden eine sehr große Unterstützung – 70 % (oder mehr) der Teilnehmenden stimmen ihnen zu. Bei sieben Outcomes gab es in der Gruppe eher gemischte Meinungen, aber auch sie sind Teil des COS.

Welche Outcomes schätzen die Patient:innen am wichtig?

Diese **Outcomes sind die wichtigsten** für Patient:innen in Bezug auf Selbstmanagement von T2DM:

**#Langfristige Komplikationen #HbA1C #Hyperglykämie # Hyperglykämie Ereignis
#Gewicht(Gewichtsmanagement) & #Lebensqualität**

Das vollständige COS finden Sie im Folgenden:

Das vollständige Core Outcome Set für T2DM

COMPAR-EU	
T2DM Core Outcome Set	
Outcome:	Erklärung
Langfristige Komplikationen	Es gibt fünf wichtige Langzeitfolgen des Diabetes mellitus: 1. spezifische Augenkomplikationen einschließlich möglicher Erblindung; 2. Nierenerkrankungen, die zu Nierenversagen führen können; 3. Neuropathie mit dem Risiko von Fußgeschwüren und/oder Fußamputation; 4. Charcot-Gelenke/Charcot-Fuß; und 5. Störungen des autonomen Nervensystems, einschließlich sexueller Funktionsstörungen. Menschen mit Typ-2-Diabetes haben auch ein erhöhtes Risiko für Herzkrankheiten, Verstopfungen der Arterien und Venen sowie für die Blutversorgung des Gehirns (zerebrovaskuläre Erkrankungen).
HbA1C innerhalb der empfohlenen Grenzwerte	Höhere Werte von glykiertem Hämoglobin weisen auf eine schlechtere Kontrolle des Blutzuckerspiegels hin. Der HbA1C-Test misst den durchschnittlichen Blutzuckerspiegel über 2-3 Monate. Bei Menschen mit Diabetes muss dieser Wert regelmäßig kontrolliert werden, um festzustellen, ob die Krankheit gut eingestellt ist.
Verkürzte Zeit mit Hyperglykämie	Hyperglykämie oder ein Überschuss an Glukose in der Blutbahn. Die spezifische Maßnahme muss individuell angepasst werden. Für Menschen, die mit Diabetes Mellitus leben, ist es besser, die Zeit, die sie in einem Zustand der Überzuckerung verbringen, zu verkürzen, da dies Schäden an Teilen des Körpers wie Augen, Nerven, Nieren und Blutgefäßen verhindert.
Fehlen eines Hyperglykämie Events	Hypoglykämie-Ereignis oder niedriger Blutzuckerspiegel (für die spezifische Maßnahme muss dies individuell festgelegt werden). Keine oder weniger Hypoglykämie-Ereignisse (für bestimmte Arten von Medikamenten).
Gewichts(-Management)	1. Gewichtsabnahme: Das Gewicht reduzieren. 2. Stabiles Gewicht: In der Lage sein, ein ausgeglichenes Gewicht zu halten. 3. Taillenumfang: Eine Abnahme des Taillenumfangs.
Verbesserte Lebensqualität	Lebensqualität (mit besonderem Augenmerk auf der Fähigkeit, gewohnte Aktivitäten durchzuführen, der Belastung durch die Behandlung, der Mobilität, der Bewältigung von Schmerzen oder Beschwerden, der Zufriedenheit und dem Selbstwertgefühl). Einschließlich, aber nicht beschränkt auf Diabetes-spezifische Messungen der Lebensqualität.
Beteiligung und Entscheidungsfindung	Sich in der Lage fühlen, aktiv an ihrer/seiner eigenen Versorgung teilzunehmen (so viel wie sie/er möchte). Wenn die Betroffenen sich im

	Selbstmanagement engagieren, müssen sie motiviert sein, denn das ist ein Kernelement des Selbstmanagements.
Fähigkeiten des Selbstmanagement	Fähigkeiten und Fertigkeiten mit besonderem Schwerpunkt auf 1. der Selbstwirksamkeit, 2. der Überwachung der eigenen Gesundheit und Symptome, 3. dem für ein effektives Selbstmanagement erforderlichen Wissen und 4. Gesundheitskompetenz.
Verhaltensweisen des Selbstmanagements	Maßnahmen mit besonderem Schwerpunkt auf der Einnahme von Medikamenten oder anderen Behandlungen wie empfohlen (Adhärenz), Kontrolle des Rauchens, Ernährungsgewohnheiten und körperliche Aktivität.
Lebenserwartung	Lebenserwartung mit besonderem Schwerpunkt auf der Zahl der gesunden Lebensjahre.
Erfahrung in der Pflegesituation	Erfahrung mit der Pflege mit besonderem Schwerpunkt auf der Zufriedenheit der Patient:innen mit der Pflege.
Planmäßige Pflege	Ein Rückgang der geplanten Pflegeeinsätze.
Außerplanmäßige Pflege	Weniger oder gar keine ungeplante Versorgung, gemessen an der Zahl der ungeplanten Besuche oder Notfalleinweisungen.
ZUSÄTZLICHE OUTCOMES*	
Wissen der Pflegenden	Das Wissen der Pflegenden über den Gesundheitszustand und die Diagnose, die Behandlung und andere Aspekte wie Lebensstil und gesunde Entscheidungen.
Blutdruck (Kontrolle)	Senkung des Bluthochdrucks (Hypertonie) oder die Notwendigkeit, weniger Blutdruckmedikamente einzunehmen.
Auswirkungen auf die Gesundheitskosten für das Gesundheitssystem	Kosteneinsparungen für das Gesundheitssystem infolge der Selbstmanagement-Intervention.
Kosten-Nutzen-Verhältnis der Selbstmanagement-Intervention (Erträge aus der Gesundheitsversorgung)	Die ideale Kombination aus Gesamtkosten und Qualität (oder Zweckmäßigkeit), um die Anforderungen des Nutzers zu erfüllen. Sie kann anhand der Kriterien Wirtschaftlichkeit, Effizienz und Effektivität bewertet werden.

*Zusätzliche Outcomes sind Outcomes, die von Patient:innen, Forschenden und medizinischem Personal als zweitrangig angesehen werden.

Hintergrund: Über **80 % der über 65-Jährigen leiden unter chronischen Krankheiten**. Außerdem entstehen zwischen **70 und 80 %** der Kosten im Gesundheitswesen durch die Behandlung chronischer Krankheiten. In der Literatur wird darauf hingewiesen, dass eine **angemessene Auswahl** der Outcomes von SMI **unerlässlich** ist, wenn die Forschung die Entscheidungsfindung leiten und die Politik informieren soll. Auch bei chronischen Erkrankungen können SMI die klinischen und gesellschaftlichen Outcomes verbessern.

Was ist Selbstmanagement/Selbstversorgung: Selbstmanagement wird definiert als "das, was Einzelpersonen, Familien und Gemeinschaften mit der Absicht tun, die Gesundheit zu fördern, zu erhalten oder wiederherzustellen und mit Krankheiten und Behinderungen mit oder ohne Unterstützung von Fachkräften des Gesundheitswesens umzugehen. Es umfasst unter anderem *Selbstprävention, Selbstdiagnose, Selbstmedikation* und *Selbstmanagement* von Krankheiten und Behinderungen.

Die Projektpartner sind das [European Patients' Forum](#); das [Avedis Donabedian Research Institute](#) aus Spanien; [Institute for Medical Technology Assessment](#) aus den Niederlanden; das [Netherlands institute for health services research](#); die [OptiMedis AG](#) aus Deutschland; die [University of Ioannina](#) aus Griechenland und das [Sant Pau Research Institute](#) aus Spanien.

Was ist ein Lay Summary: Eine Zusammenfassung für Laien ist eine kurze Zusammenfassung eines Forschungsprojekts, die dazu dient, komplexe Ideen sowie technische und wissenschaftliche Begriffe für Personen zu erklären, die keine Vorkenntnisse über das Thema haben. Sie sind nicht nur für Patient:innen wichtig, sondern auch für Laien und nicht spezialisierte medizinische Fachkräfte.

Was ist ein Delphi-Verfahren: Eine Technik, die darauf abzielt, durch eine Reihe von strukturierten Fragebögen und Beratungen am runden Tisch einen Kompromiss und eine Einigung über die Meinungen von Experten in einem zeitlich begrenzten Gremium zu erzielen.

Wer hat das T2DM COS ausgewählt: Die Outcomes wurden in einem zweistufigen Delphi-Verfahren von Patient:innen und Vertreter:innen von Patientenorganisationen, Forschenden und medizinischen Fachkräften aus ganz Europa 2018 in Berlin priorisiert.

Welche neuen Erkenntnisse hat diese Forschung gebracht: Eine wesentliche Stärke des COMPAR-EU COS ist, dass sie sich stark an den Präferenzen der Patienten orientieren und gleichzeitig die Perspektiven von Klinikern, Forschenden und Vertreter:innen der Gesellschaft widerspiegeln. Wir sind zuversichtlich, dass das COS und die ergänzenden Outcomes die Präferenzen aller wichtigen Interessengruppen vertreten. Daher kann das resultierende COS mit einer Kontextanpassung in einer Vielzahl von Umgebungen in Europa und sogar weltweit angewendet werden.

[Für weitere Informationen:](#)

Bitte kontaktieren Sie uns hier contact@self-management.eu

Sie können auch die Projekt-Webseite besuchen: <https://self-management.eu/>

COMPAR-EU

Projektkoordination:



Projektpartner



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme under grant agreement No 754936. The content of this leaflet reflects only the COMPAR-EU groups' views, and the European Commission is not liable for any use that may be made of the information contained herein.

