



## Lay Summary – Erstellung und Festlegung einer Klassifizierung von Selbstmanagement-Interventionen

*Hintergrund* - Das Interesse am Selbstmanagement nimmt zu, weil sich die Rolle der Patient:innen in der Gesundheits- und Pflegeversorgung verändert; die Patient:innen sind zunehmend aktive Teilnehmende an ihrer eigenen Gesundheitsversorgung. Die Zahl der Studien, die die Wirksamkeit von Selbstmanagement-Interventionen (SMI)\*<sup>1</sup> untersuchen, nimmt rasch zu, aber die Qualität und die verwendete Terminologie sind unterschiedlich. Die Schaffung einer einheitlichen Taxonomie – eine Hilfestellung zur Benennung und Klassifizierung der Interventionen - kann dazu beitragen, eine "gemeinsame Sprache" für alle Forschende, Gesetzgeber, Angehörigen der Gesundheitsberufe und Manager:innen, aber auch für Patient:innen und Patientenorganisationen zu schaffen, was die weitere Forschung im Bereich der Selbstmanagement-Interventionen erleichtern und auch deren Ansehen steigern wird.

*Ziel* – Entwicklung einer breit akzeptierten Taxonomie – eine Hilfestellung zur Benennung und Klassifizierung von Selbstmanagement-Interventionen - und Unterstützung bei der Identifizierung von Schlüsselementen dieser SMI (für die vier chronischen Erkrankungen des COMPAREU) und anschließende Durchführung eines Vergleichs zwischen diesen SMI.

*Methoden* – Die Taxonomie (auch COMPAREU-Klassifizierung genannt) wurde auf der Grundlage der Ergebnisse einer Literaturrecherche entwickelt, später COMPAREU-Vertreter:innen überarbeitet und dann von einer Gruppe internationaler Expert:innen für Selbstmanagement und chronische Erkrankungen zusammen mit Patientenvertretungen validiert.

*Ergebnisse* – Bei unserer Untersuchung wurden 132 Schlüsselemente der Selbstmanagement-Interventionen ermittelt, die in vier Kategorien eingeteilt wurden: 1) Interventionsmerkmale, 2) Selbstmanagement-Verhaltensweisen, 3) Ergebnisse zur Messung und zum Vergleich der verschiedenen Interventionen und Fokusgruppen und 4) die Zielgruppe, an die sich die Intervention richtet. Die folgende Abbildung zeigt die wichtigsten Kategorien.

Commented [PZ1]: The translation of the figure is below in the table

\* Selbstmanagement ist eine wichtige Maßnahme im Gesundheitswesen, da sie dazu beitragen kann, die komplexen individuellen, sozialen und wirtschaftlichen Auswirkungen chronischer Erkrankungen zu bewältigen, die Ergebnisse zu verbessern und die mit chronischen Erkrankungen verbundenen Gesundheitskosten zu senken. Für die Zwecke dieses Projekts wird **Selbstmanagement** definiert als das, was Einzelpersonen, Familien und Gemeinschaften mit der Absicht tun, ihre Gesundheit zu fördern, zu erhalten oder wiederherzustellen und mit Krankheit und Behinderung zurechtzukommen, mit oder ohne Unterstützung durch medizinisches Fachpersonal. Es umfasst unter anderem Selbstprävention, Selbstdiagnose, Selbstmedikation und das Selbstmanagement von Krankheiten und Behinderungen".



## Hintergrund –

In den letzten zehn Jahren wurden mehr als 41.100 Artikel über Selbstmanagement-Interventionen (SMI) oder Techniken veröffentlicht. Dieses wachsende Interesse könnte mit der aktiveren Rolle der Patient:innen in der Gesundheitsversorgung zusammenhängen – Patient:innen werden immer mehr als Mitgestalter:innen/Gestalter:innen ihrer Behandlungspfade gesehen, anstatt nur als passive Empfänger:innen.

Obwohl es viele Studien gibt, gibt es keine einheitliche Definition von Selbstmanagement, und die Schritte sind in der Forschung, in Arztpraxen oder in Gesundheitsgesetzen nicht einheitlich. Dies macht es für Forscher schwierig, verschiedene Behandlungen zu vergleichen, da die Art und Weise, wie die Menschen die von ihnen unternommenen Schritte und ihre Ergebnisse beschreiben, zu unterschiedlich ist, um sie zu vergleichen.

*Selbstmanagement" bedeutet, dass eine Person mit einer chronischen Erkrankung selbst Maßnahmen ergreift, um sich um ihre Erkrankung zu kümmern, ihre Anzeichen und Symptome zu überwachen und zu kontrollieren und mit ihrem Arzt/ihren Ärzten zusammenzuarbeiten, um ihre Behandlung bei Bedarf anzupassen und zu verstehen, wann sie ihre Verhaltensweisen anpassen muss (z. B. bei der Einhaltung der Behandlung, bei der Arbeit, in der Freizeit oder bei anderen täglichen Aktivitäten).*

## Der Wert von Selbstmanagement-Interventionen für Patient:innen

Menschen, die mit einer chronischen Krankheit leben, haben ihre Krankheit meist selbst im Griff selbst, zu Hause und in der Gemeinschaft, oft mit Hilfe der Familie oder anderer informeller Betreuer:innen. Die richtige Unterstützung von Patient:innen und Pflegekräften für das Selbstmanagement und ein gutes Leben mit der Krankheit ist ein wesentlicher Bestandteil einer guten Versorgung bei chronischen Krankheiten. Die richtige Art von Selbstmanagement-Intervention kann die Gesundheitsergebnisse verbessern und es den Patient:innen ermöglichen, aktiv an ihrer Versorgung teilzunehmen und sie mitzugestalten. Das Selbstmanagement ist ein Teil des Puzzles der Gesundheitsfürsorge - wenn die Menschen besser in der Lage sind, mit der eigenen Krankheit umzugehen, kann dies zu einer besseren emotionalen und physischen Lebensqualität führen.

## Warum brauchen wir diese Klassifizierung?

Eine Klassifizierung hilft Forschenden, komplexe Faktoren nach gemeinsamen und akzeptierten Vorstellungen zu kategorisieren. Eine formale Klassifizierung hilft dem COMPAR-EU-Projekt, die Hauptkategorien von SMI bei chronischen Erkrankungen zu identifizieren und zwischen manchmal sehr unterschiedlichen Interventionen zu vergleichen, weshalb die Entwicklung dieser Klassifizierung so wichtig für die Arbeit des COMPAR-EU-Projekts ist.

[COMPAR-EU](#) ist ein von der EU finanziertes Projekt, das dazu beitragen soll, die Lücke zwischen den aktuellen Erkenntnissen aus Forschungsstudien und der tatsächlichen Praxis bei SMI zu schließen. Das COMPAR-EU-Klassifizierung wird dazu beitragen, eine gemeinsame Sprache für das Verständnis von Selbstmanagement-Interventionen zu entwickeln, künftige Studien zu konzipieren, um deren Auswirkungen zu verstehen, und verschiedene Interventionen zu vergleichen. Das Instrument sollte für verschiedene Lesergruppen leicht verständlich und gleichzeitig vollständig und kurz sein.

Wir glauben, dass die Entwicklung dieses Instruments für SMI sehr nützlich für die zukünftige Forschung sein wird und uns helfen kann, verschiedene SMI für Menschen, die mit chronischen Krankheiten leben, besser zu analysieren, zu erstellen und anzuwenden.

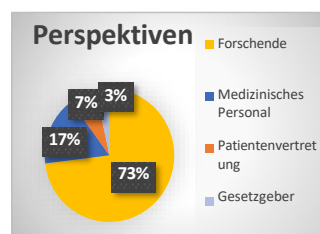
## Wie wurde das Instrument entwickelt?

Das COMPAR-EU-Instrument wurde auf der Grundlage vorhandener Studien entwickelt und von einer Gruppe internationaler Expert:innen für Selbstmanagement und chronische Erkrankungen zusammen mit Patientenvertretungen abgestimmt. Dabei wurde eine Art strukturierter Kommunikation angewandt, die von Gruppen genutzt wird, um auf der Grundlage einer Reihe von Fragen einen Konsens zu erzielen. Die Expertengruppe nahm an zwei Fragerunden teil, um eine Einigung zu erzielen.

Die Klassifizierung umfasst 132 wichtige Elemente eines Selbstmanagement-Instruments, die in vier Kategorien unterteilt sind: 1) Interventionsmerkmale, 2) Selbstmanagementverhalten, 3) Ergebnisse zur Messung und zum Vergleich der verschiedenen Interventionen und 4) Zielgruppe der Intervention. Die folgende Abbildung zeigt die wichtigsten Kategorien.

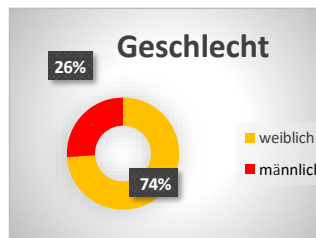
## Was war das Profil der Ärzt:innen?

Die Expert:innen kamen aus dem Vereinigten Königreich, Australien, Irland, Kanada, Spanien, Norwegen, Belgien, den Vereinigten Staaten und Deutschland.



## Welchen Mehrwert bringt die Klassifizierung vor dem Hintergrund des aktuellen Wissens?

Das Hauptmerkmal des COMPAR-EU- Klassifizierung besteht darin, dass der Hauptzweck die vollständige Überprüfung der SMI ist. Frühere Studien haben ergeben, dass die Art der Durchführung, die Intensität und die Konzentration auf die Änderung von Verhaltensmustern wesentliche Bestandteile der SMI sind. Die Überprüfung von 257 frühere Studien zur Klassifizierung des Selbstmanagements halfen dem COMPAR-EU-Team, eine solide Grundlage für die Entwicklung eines neuen und vollständigen Instruments zu schaffen, das alle wichtigen Aspekte einer Selbstmanagement-Intervention umfasst.



## Stärken und Limitationen der Klassifizierung

### Stärken

- ✓ Es ist die erste vollständige Taxonomie, die sich nicht nur auf die Unterstützung des Selbstmanagements konzentriert, sondern auch auf andere Merkmale der Intervention und Faktoren wie die Zielgruppe, das Patientenverhalten und die Ergebnisse.
- ✓ Das Instrument wurde von einer Gruppe von Expert:innen ermittelt, die zumeist knapp zehn Jahre Erfahrung aufweisen und unterschiedliche fachliche Hintergründe in die Expertenrunde integrierten. Einige Fachleute waren Expert:innen auf mehr als einem Gebiet.
- ✓ Die verwendete strukturierte Kommunikationstechnik ist eine wissenschaftlich erprobte Methode zur Konsensbildung.

### Limitationen

- Der Prozentsatz der Expert:innen, die auf die erste Einladung reagiert haben, war gering, trotzdem wird die endgültige Stichprobe für diese Technik als angemessen angesehen.
- Die Anzahl der Konsultationen, die verabreichten Dosen und/oder die Dauer der Interventionen wurden nicht als Merkmale aufgenommen, da diese für diese SMI nicht als entscheidend angesehen wurden.
- Eine der größten Herausforderungen bestand darin, zwischen der Genauigkeit der Klassifizierung und der Begrenzung der statistischen Leistung bei der Verarbeitung sehr detaillierter Klassifizierungen zu entscheiden.

## Was sind die nächsten Schritte?

Das COMPAR-EU-Projekt wird die Klassifizierung anwenden, um andere Studien zu den vier chronischen Erkrankungen des Projekts zu überprüfen: Typ-II-Diabetes mellitus (T2DM), Adipositas, COPD/Lungenerkrankung und Herzinsuffizienz; dadurch wird geprüft, ob das Instrument richtig entwickelt wurde, und es wird uns helfen, gegebenenfalls Änderungen vorzunehmen, und es wird uns bei künftigen Forschungsarbeiten helfen.

Wir glauben, dass diese Klassifizierung einen Beitrag zur künftigen Forschung leisten kann, indem es eine klare Möglichkeit zur Kategorisierung von Interventionen bietet. Wir empfehlen, dass das COMPAR-EU- Klassifizierung von Forschenden, medizinischen Fachberufen, Gesetzgebern und anderen

genutzt wird, um:

- > Kategorisierung von Selbstmanagement-Maßnahmen auf der Grundlage einer vereinbarten Terminologie und Definition;
- > Umsetzung der Forschung in die Praxis bei chronischen Erkrankungen;
- > Entwicklung und Klassifizierung von Selbstmanagement-Techniken;
- > Untersuchung vorhandener Studien und Vergleich verschiedener Selbstmanagement-Maßnahmen;
- > Unterstützung der Patient:innen bei der Erörterung der für ihre jeweilige Situation am besten geeigneten SMI mit ihrer Vertretung des Gesundheitswesens [was die Entscheidungshilfen für Patienten und Vertreter des Gesundheitswesens bewirken]

## Kontakt

Bitte kontaktieren Sie uns hier [contact@self-management.eu](mailto:contact@self-management.eu)

Sie können auch die Projekt-Website besuchen: <https://self-management.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.

