

IFK-Wissenschaftspreis 2023: Ausbaufähig – App-basiertes Training bei Arthrose

Erschienen am 27.07.2023

Sandra Stuhrmann und Yannick Blum von der Hochschule für Gesundheit in Bochum untersuchten in ihrer Masterarbeit den Einsatz eines App-basierten Trainings bei Hüft- und/oder Knie-Arthrose, mit der sie beim IFK-Wissenschaftspreis 2023 in der Kategorie „Masterarbeiten“ den ersten Platz erreichten. Der Titel ihrer Studie lautete „ Die Benutzerfreundlichkeit und vorläufige Wirksamkeit eines App-basierten Trainings- und Schulungsprogramms (Join2Move) für Menschen mit Hüft- und/oder Knie-Arthrose – eine randomisierte, kontrollierte Pilotstudie“.

Angesichts der wachsenden Bevölkerungszahlen und der abnehmenden Kapazitäten des Gesundheitssystems müsse die Entwicklung digitaler, häuslicher Interventionen für Menschen mit Knie- und Hüftarthrose weiter ausgebaut werden, argumentieren die Autoren. Sie führten eine prospektive, zweiarmige, verblindete, randomisierte und kontrollierte Pilotstudie durch, an der Personen mit diagnostizierter oder selbstberichteter Hüft- und/oder Knie-Arthrose teilnahmen, die innerhalb von sechs Monaten keine andere Behandlung erhalten hatten.

Die Interventionsgruppe erhielt das auf der App Join2Move basierende zwölfwöchige Bewegungs- und Informationsprogramm. Die Kontrollgruppe erhielt die übliche physiotherapeutische Betreuung oder keine Behandlung. Ziel war es, die Benutzerfreundlichkeit von Join2Move anhand der System Usability Scale und die vorläufige Wirksamkeit anhand des Knee Injury and Osteoarthritis Outcome Score und des Hip Osteoarthritis Outcome Score als primäre Outcomes zu untersuchen.

Insgesamt bewies Join2Move eine akzeptable Benutzerfreundlichkeit und moderate Auswirkungen auf Schmerzen, Symptome und Aktivität bei Patienten mit Hüft- oder Knie- Arthrose. Allerdings könne die untersuchte digitale Gesundheitsanwendung Join2Move in ihrer derzeitigen Starrheit nur bedingt für den täglichen Gebrauch empfohlen werden, schlussfolgern die Autoren. Zukünftige Entwicklungen und Forschungen sollten sich auch auf eine stärker nutzerorientierte Anwendung konzentrieren, empfehlen sie.

Wir gratulieren Sandra Stuhrmann und Yannick Blum herzlich zum ersten Platz der IFK-Wissenschaftstags in der Kategorie „Masterarbeiten“!

Die Artikel der weiteren Preisträger finden Sie hier.