

Das Feilschen um jeden Bissen

## E-Health: Medizinisch begleitet gelingt es, Magersucht zu therapieren

Während einer Therapie sind die Fortschritte, die einer Patientin oder einem Patienten gelingen schnell spürbar und sichtbar. Wieder angekommen im gewohnten sozialen Umfeld fällt es schwer die alten Verhaltensmuster abzulegen. Wissenschaftler haben deshalb immer wieder nach einer Möglichkeit gesucht, wie sie ohne großen Aufwand eine Rückmeldung vom Patienten bekommen. Kaum jemand denkt heute noch über einen Griff zum Handy nach, schnell lassen sich da Brücken schlagen, die Ärzten einen wichtigen Einblick liefern.

Jedes Gramm ist ein Erfolg. Meist sind es junge Frauen, die permanent vorm Spiegel stehen, sich unentwegt um ihre Figur sorgen und sich bis zur Unkenntlichkeit radikal abmagern lassen. Die Ursachen sind sicherlich unterschiedlich, ein falsch vermitteltes Schönheitsideal, eine beeinträchtigte Selbstwahrnehmung oder eine psychische Erkrankung. In jedem Fall wächst die Zahl der Patienten, die unter Anorexia nervosa leiden, stetig und die Therapie gestaltet sich schwierig. Denn mit Abwechslung auf dem Teller und gutem Zureden ist es längst nicht getan. Das war auch die Motivation für Prof. Stefan Ehrlich. In einer ersten Studie konnten der Wissenschaftler der Medizinischen Fakultät Carl Gustav Carus und sein Team jetzt einige Verhaltensmuster der Patientinnen untersuchen, die in der Zukunft einen besseren Therapieerfolg gewährleisten könnten – nicht nur an der Dresdner Uniklinik, sondern auch in jedem Behandlungszentrum, welches Anlaufstelle für die Patienten ist. Alle Probanden bekamen für den Studienzeitraum ein Smartphone. Ein Alarm signalisierte den Teilnehmerinnen zu zufälligen Zeiten über den Tag, einen kurzen Fragebogen auszufüllen. Dieser erfasste die gedankliche Auseinandersetzung mit krankheitsspezifischen Themen wie Essen und Gewicht, aber auch Fragen zur aktuellen Stimmung und den Kontext der begleitenden Situation. Die Mediziner fanden einen besonders starken Zusammenhang zwischen den Gedankenkreisläufen und der aktuellen Stimmung bei den Patientinnen, die sich nicht durch Depressionslevel und Angstzustände erklären lässt. Im Vergleich zu Gesunden steigt bei den Anorexie Patientinnen mit schlechter Stimmung auch die gedankliche Auseinandersetzung mit den krankheitsrelevanten Themen-Informationen, die nun die Basis für weitere Handlungsalgorithmen bilden können. Denn nachdem das Handy als „Studienkontakt“ gut funktioniert hat, könnte das Telefon auch unterstützen. Sinkt die Stimmung auf ein kritisches Niveau oder ist es erkennbar, dass die Gedanken der Patientin sich permanent ums Essen drehen, könnte der Arzt eine SMS schicken oder einen motivierenden Impuls geben. Auch wenn dieser Ansatz erst in der Zukunft durch weitere Studien getestet werden muss, wäre es so denkbar, zumindest den ersten kritischen

Zeitraum kurz nach dem stationären Aufenthalt zu überbrücken. Erfahrungsgemäß sind die Patientinnen in dieser Phase besonders instabil und anfällig für alte Verhaltensmuster. Die Dresdner Wissenschaftler betreten mit der allgemein entdeckten „E-Health“ Sparte im Essstörungenbereich, also der Prävention- und Interventionsforschung, einen derzeit hart umkämpften Markt. Weitere Anwendungsgebiete liegen bei Sucht- und auch schon bei Bulimieerkrankten. Die ersten relevanten Erfahrungen sind bisher vielversprechend, sowohl mit dem Kooperationspartner movisens in Karlsruhe, welcher die App zur Verfügung stellte, als auch die Rückmeldung der Patientinnen, die damit im stationären Kontext sehr gut klar kommen. Jetzt geht es darum, dass diese ersten Erfolge auch in den Alltag integriert werden können. Die notwendigen finanziellen Mittel wurden über den Sonderforschungsbereich (SFB 940) gemeinsam mit Kollegen der Fachrichtung Psychologie an der TU Dresden eingeworben. Hier liegt der Schwerpunkt auf der Fragestellung, wie kognitive Mechanismen und neuronale Systeme zusammenspielen müssen, um Handlungen und Emotionen zu kontrollieren. Denn noch immer ist es eine der am wenigsten verstandenen Leistungen unseres Gehirns, aber enorm wichtig für die persönliche Autonomie. An der Medizinischen Fakultät Carl Gustav Carus arbeiten Ärzte, Psychologen und Neurowissenschaftler eng zusammen und liefern wissenschaftliche Resultate, die auch in die Konfektion der APP fließen, damit Gramm für Gramm die Therapie ein Erfolg wird. ■



Medizinische Ablenkung\* mit dem Smartphone

Foto: Stephan Wiegand

### Kontakt

Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden  
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

Prof. Stefan Ehrlich  
Tel.: +49 351 458-2244

Maria Seidel  
Tel.: +49 351 458-2671  
Fax: +49 351 458-5754

stefan.ehrlich@uniklinikum-dresden.de  
<http://uniklinikum-dresden.de>  
<http://kjp-dresden.de>