



## **Mehr als Entlastung: Diabetes-Apps können das Diabetes-Management signifikant verbessern**

**Berlin, 11. Mai 2018** - Der Trend zur Digitalisierung verändert auch die Diabetesberatung. So suchen immer mehr Menschen mit Diabetes nach Lösungen, die ihr Diabetes-Selbstmanagement per Smartphone komfortabler und intelligenter gestalten können. Anlässlich des Diabetes Kongress 2018 der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) lud Ascensia Diabetes Care Deutschland GmbH zu einem wissenschaftlichen Symposium sowie einem Pressegespräch unter dem Titel „Die Zukunft des Diabetes-Managements - wie profitieren Patienten und Behandler vom App-Format?“ in die Hauptstadt ein. Anhand aktueller Studien beleuchteten die Experten, wie moderne Diabetes-Apps die Therapiequalität für Patienten, Ärzte und Diabetesberater verbessern können. Eine Patientin komplettierte die Expertenrunde: Sie berichtete als Verwenderin der Contour® Diabetes App aus ihrem Alltag mit Typ-2 Diabetes, wie die Lebensqualität von Menschen mit Diabetes mithilfe von Apps steigen kann.

### **Besseres Verständnis, mehr Sicherheit**

Rund 44 Prozent der Menschen mit Typ-1 Diabetes und rund 25 Prozent der Menschen mit Typ-2 Diabetes in Deutschland empfinden ihre Erkrankung und das Diabetes-Management als hohe Belastung<sup>1,2</sup>, weiß Dr. phil. Dipl. Psych. Berthold Maier vom Diabetes Zentrum Mergentheim. „Viele Patienten sind unsicher in ihrem Diabetes-Selbstmanagement, weil sie zum Beispiel immer wieder von kritischen Blutzuckermesswerten überrascht werden, für die sie keine Erklärung finden, und dann wochenlang auf ein Beratungsgespräch warten müssen. Sie trauen sich nicht zu, selbstständig eine schnelle und richtige Entscheidung zu treffen und sind häufig einfach frustriert“, berichtet er. „Diabetes-Apps können hier die Rolle eines digitalen Coachs einnehmen, der Zusammenhänge erklärt, Tipps gibt und Sicherheit vermittelt.“ Hier setzt die Contour Diabetes App an: Sie erkennt auf Basis wiederkehrender Muster 14 verschiedene Blutzuckerprofile und informiert den Nutzer in übersichtlichen In-App-Meldungen über die möglichen Ursachen sowie die nächsten Schritte, um die Messwerte zu verbessern. Das unterstützt und motiviert langfristig, wie Roswitha Kuster, seit 44 Jahren insulinpflichtige Typ-2 Diabetikerin, schildert. Sie ist auf das besonders messgenaue Contour® Next One Blutzuckermesssystem (BZMS) von Ascensia Diabetes Care umgestiegen und bestätigt den Eindruck von Dr. Maier: „Manchmal kann ich mir meine Blutzuckerschwankungen überhaupt nicht erklären und habe so auch regelmäßig Hypoglykämien. Die Contour Diabetes App hilft mir, meinen Insulinbedarf optimal einzustellen und zeigt mir zuverlässig an, wann ich Problemphasen habe - sowohl bei zu hohen als auch bei zu niedrigen Werten. Da ich mein Smartphone immer dabei habe, habe ich auch meine Werte stets griffbereit und muss nicht mehr an das Mitführen eines Tagebuchs denken.“

### **Bessere Werte, mehr Lebensqualität**

Digitale Helfer wie die Contour Diabetes App erleichtern nicht nur das Selbstmanagement, sie können auch zu einer Verbesserung der klinischen Werte beitragen. Studien belegen signifikante Verbesserungen des HbA<sub>1c</sub>-Wertes, des Blutdrucks, des LDL-Cholesterins sowie

des Gewichts und zeigen, dass Hypo- und Hyperglykämien in Verbindung mit der Nutzung von digitalen Unterstützern wie Telemedizin, internetbasierten Lösungen und Diabetes-Apps seltener auftauchen.<sup>3,4,5,6,7,8,9,10</sup> Das Feedback zu den dort eingetragenen Messwerten und Aktivitäten unterstützt den Nutzer dabei, seinen Therapieplan einzuhalten. Das wirkt: In einer aktuellen Studie, in der unter anderem mit Rückmeldungen gearbeitet wurde, sanken sowohl der Langzeit- als auch der Nüchternblutzucker nach App-gestützter Intervention jeweils um bis zu zwei Prozentpunkte gegenüber dem Ausgangswert und um mehr als einen Prozentpunkt gegenüber der Kontrollgruppe.<sup>11</sup> „Diabetes-Apps können die Adhärenz von Menschen mit Diabetes fördern, eine bessere Adhärenz kann den HbA<sub>1c</sub>-Wert verringern. Außerdem erinnern viele Diabetes-Apps den Nutzer an seine Blutzuckermessung und eine steigende Häufigkeit der Blutzuckermessungen korreliert ebenfalls mit einem sinkenden HbA<sub>1c</sub>-Wert. Aus klinischer Sicht ist der Mehrwert von Apps im Diabetes-Management also enorm“, fasst Prof. Dr. med. Peter Schwarz vom Universitätsklinikum Dresden zusammen. Auch Prof. Dr. med. Thomas Haak, Chefarzt am Diabetes Zentrum Mergentheim, ist überzeugt: „Nutzer von Diabetes-Apps entwickeln ein deutlich besseres Gespür für ihre Krankheit und ihr Selbstmanagement, indem sie ihr Verständnis für Zusammenhänge schulen. Die Lebensqualität von Menschen mit Diabetes steigt dadurch signifikant an, weil sie ein Gefühl der Kontrolle erleben und die Wahrscheinlichkeit für depressive Verstimmungen sinkt.“

### **Bessere Daten, mehr Übersichtlichkeit**

Diabetes-Apps entlasten auch Behandler und Berater. „Das manuell geführte Diabetes-Tagebuch ist auch im heutigen digitalen Zeitalter immer noch weit verbreitet“, weiß Dr. oec. troph. Astrid Tombek, leitende Diabetesberaterin am Diabetes Zentrum Mergentheim. „Menschen mit Diabetes empfinden das ständige detaillierte Protokollieren jedoch häufig als Belastung, sodass Lücken entstehen und das Tagebuch oft sehr unübersichtlich ist.“ Auf dieser Grundlage fällt es Behandlern und Beratern schwer, Therapieentscheidungen zu treffen. Apps wie die Contour Diabetes App bieten hier einen echten Mehrwert: Die gemessenen Werte des Contour Next One BZMS werden in Echtzeit in die App übertragen und gespeichert und lassen sich um weitere Angaben wie Aktivitäten oder Mahlzeiten ergänzen. So erhält das Diabetesteam einen vollständigen Überblick über alle relevanten Daten und kann so eine individuellere Therapieanpassung vornehmen. Um den Austausch von Blutzuckermesswerten zwischen Patient und Behandler zu vereinfachen, haben Nutzer die Möglichkeit, die Blutzuckerberichte der letzten 90 Tage direkt aus der App auszudrucken oder per E-Mail zu versenden. Zwischen den Arztterminen gibt die Anwendung dem Nutzer zudem wertvolle Tipps, wie er seinen Blutzuckerspiegel besser kontrollieren kann. Da Entscheidungen leichter selbstständig getroffen werden, können Patienten auch zwischen den Beratungsterminen Fortschritte machen und ihr Diabetes-Selbstmanagement verbessern. Das macht die Diabetes-Behandlung insgesamt erfolgreicher.

**ENDE**

### **Über Ascensia Diabetes Care**

Ascensia Diabetes Care ist ein globales, auf Diabetes Care spezialisiertes Unternehmen, welches Menschen mit Diabetes dabei unterstützt, ihre Gesundheit in die eigene Hand zu nehmen und eine höhere Lebensqualität zu ermöglichen. Wir nutzen unsere Innovationen und Expertise, um qualitativ hochwertige Lösungen und messgenaue Systeme zu entwickeln, die einen einfachen und positiven Unterschied im täglichen Leben von Menschen mit Diabetes machen.

Der Kern unseres Portfolios sind die bewährten Contour<sup>®</sup> Next Blutzuckermesssysteme. Unsere Produkte vereinen fortschrittliche Technologien mit anwenderfreundlicher

Funktionalität, um Menschen mit Diabetes im Umgang mit ihrem Diabetes zu unterstützen. Wir engagieren uns für eine kontinuierliche Forschung, Innovation und die Weiterentwicklung neuer Produkte. Als verlässlicher Partner in der Diabetes Care Industrie arbeiten wir eng mit medizinischen Fachkräften und weiteren Partnern zusammen - zum einen, um sicherzustellen, dass unsere Produkte die höchsten Standards an Präzision und Richtigkeit und damit hohe Messgenauigkeit gewährleisten und zum anderen, um unser Geschäft mit größter Integrität führen zu können.

Ascensia Diabetes Care entstand 2016 durch den Verkauf von Bayer Diabetes Care an Panasonic Healthcare Holdings Co., Ltd. Die Produkte von Ascensia Diabetes Care werden weltweit in mehr als 125 Länder verkauft. Ascensia Diabetes Care beschäftigt mehr als 1.700 Mitarbeiter in 33 Ländern.

Weitere Informationen zum Unternehmen finden Sie unter [www.diabetes.ascensia.de](http://www.diabetes.ascensia.de).

Mehr Informationen zur Pressemitteilung erhalten Sie unter [www.diabetes.ascensia.de/aktuelles/news](http://www.diabetes.ascensia.de/aktuelles/news).

Ascensia, das Ascensia Diabetes Care-Logo und Contour sind Marken der Ascensia Diabetes Care Holdings AG.

#### Vertrieb der Contour Next Blutzuckermessgeräte

Alle Blutzuckermessgeräte der Contour Next Generation können von Menschen mit Diabetes über den Ascensia Diabetes Service unter 0800/50 88 822, auf [www.diabetes.ascensia.de](http://www.diabetes.ascensia.de) sowie per E-Mail ([info@ascensia.de](mailto:info@ascensia.de)) gegen Beantwortung und Zurücksendung eines Fragebogens kostenfrei bestellt werden. Weitere Informationen zu den Geräten erhalten Sie auch in Apotheken und dem Fachhandel.

---

#### Quellen:

- <sup>1</sup> Kulzer B et al. Diabetesbezogene Belastungen, Wohlbefinden und Einstellung von Menschen mit Diabetes. Der Diabetologe 2015; 11:211-218.
- <sup>2</sup> Nicolucci A et al. Diabetes Attitudes, Wishes and Needs second study (DAWN2™): Cross-national benchmarking of diabetes-related psychosocial outcomes for people with diabetes. Diabetes Medicine 2013; 30:767-777.
- <sup>3</sup> Shea S et al. A randomized trial comparing telemedicine case management with usual care in older, ethnically diverse, medically underserved patients with diabetes mellitus. J Am Med Inform Assoc 2009; 16(4):446-456.
- <sup>4</sup> Musacchio N et al. Impact of a chronic care model based on patient empowerment on the management of type 2 diabetes: effects of the SINERGIA programme. Diabet Med 2011; 28(6):724-730.
- <sup>5</sup> Avdal EU et al. The Effects of Web-Based Diabetes Education on Diabetes Care Results: A Randomized Control Study. Comput Inform Nurs 2011; 29(2):101-106.
- <sup>6</sup> Kim HS et al. Randomized, Open-Label, Parallel Group Study to Evaluate the Effect of Internet-Based Glucose Management System on Subjects with Diabetes in China. Telemed and e-Health 2016; 22(8):666-674.
- <sup>7</sup> Philips LS et al. Translating What Works: A New Approach to Improve Diabetes Management. JDST 2015; 9(4):857-864.
- <sup>8</sup> Hunt HS et al. The impact of a physician-directed health information technology system on diabetes outcomes in primary care: a pre- and post-implementation study. Inform Prim Care 2009; 17(3):165-174.
- <sup>9</sup> Orsama AL et al. Active assistance technology reduces glycosylated hemoglobin and weight in individuals with type 2 diabetes: results of a theory-based randomized trial. Diabetes Technol Ther 2013; 15(8):662-669.
- <sup>10</sup> Boaz M et al. An automated telemedicine system improves patient-reported well-being. Diabetes Technol Ther 2009; 11(3):181-186.
- <sup>11</sup> Zhou W et al. A smart phone-based diabetes management application - Improves blood glucose control in Chinese people with diabetes. Diabetes Res Clin Pract 2016; 116:105-110.