

Physiotherapie-Apps als Therapiebegleiter?

Charleen Wirt, primärqualifizierender Studiengang Physiotherapie



Alice Salomon Hochschule Berlin
University of Applied Sciences

Thematik

In der Physiotherapie besteht ein großer Adhärenzmangel seitens Patienten [1,2]. Mind. 50% sind nicht adhären, zeigen wenig Kooperation und Eigenverantwortung [3,4]. Dies führt dazu, dass die Übertragung in den Alltag und die damit verbundene Langzeitwirkung ausbleiben [3,4]. Es kommt zu sinkenden Therapieerfolgen und steigenden Kosten im Gesundheitssystem [4]. Smartphone-Apps zeigen eine stetig steigende Relevanz in der Bevölkerung mit großen Potenzialen, die bereits in vielen Bereichen genutzt werden [5]. Auch die Übertragung in den Alltag könnte dadurch erleichtert werden.

Fragestellung

Inwieweit können Physiotherapie-Apps zur Förderung der Adhärenz und Verhaltensänderung beitragen? Eine Analyse anhand des HAPA-Modells.

Methodik

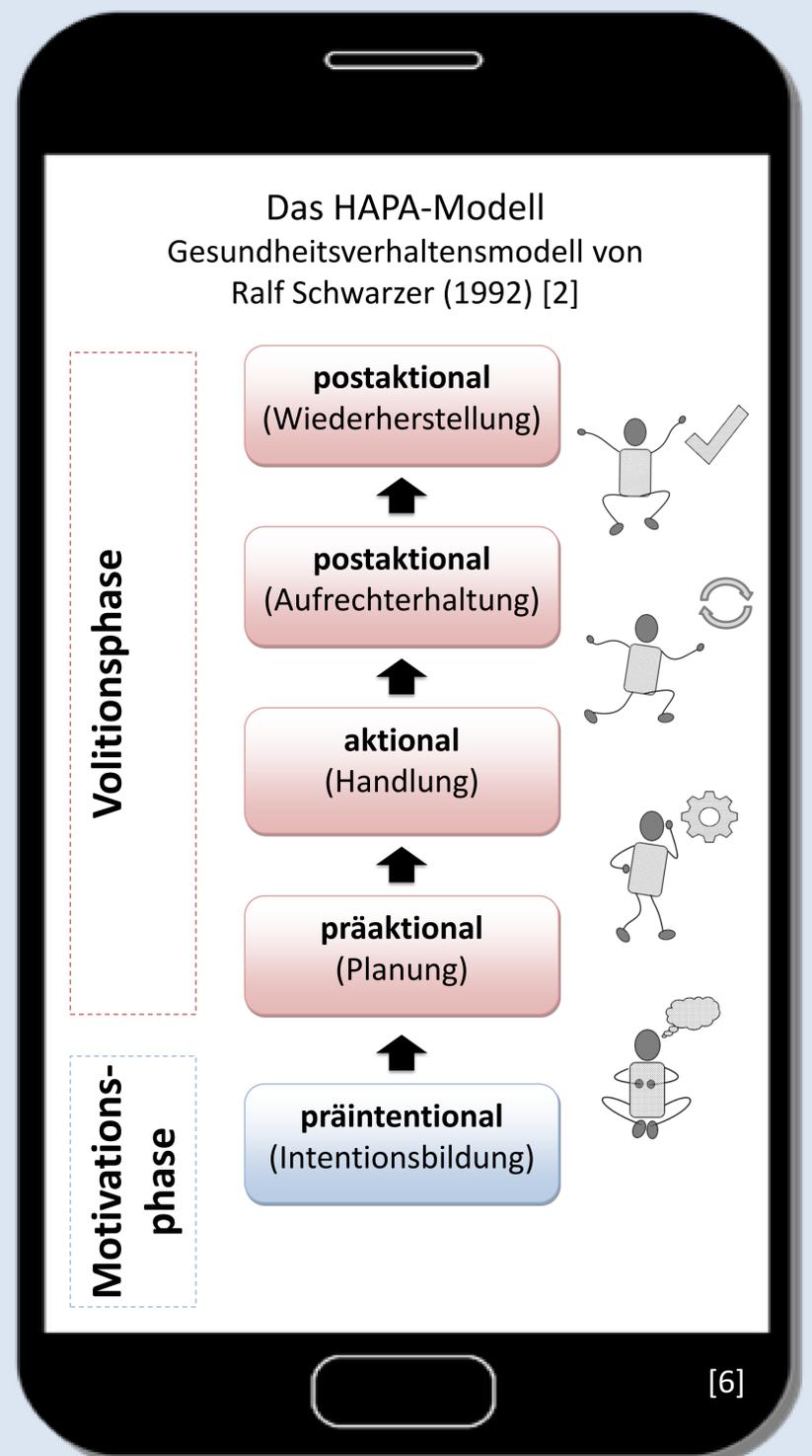
Für die Beantwortung der Frage erfolgt eine Literatur- und Dokumentenanalyse, um ausgewählte Apps auf der Grundlage des Modells zu vergleichen. Dafür wird eine systematische Datenbankrecherche zu den Themen Adhärenz, Apps und HAPA vorgenommen, die dann als retrospektive Recherche fortläuft. Um den Prozess der Verhaltensänderung verstehen und erklären zu können, ist ein Modell notwendig [1,2]. Das HAPA-Modell ist im Vergleich zu anderen Modellen am geeignetsten für das physiotherapeutische Setting [3,4]. Die darin enthaltenen sozial-kognitiven Determinanten werden als Bewertungskriterien verwendet, um die im Apple App Store und Google Play Store ausgewählten Apps zu untersuchen. Ein Ausschlussverfahren führt von insg. 68 Apps zu den folgenden 3 Apps: „GPEP“, „Healure“ und „Physio Vital“. Nach der Anwendung der ausgewählten Apps, werden konkrete Funktionen den Modellkriterien gegenübergestellt, um bestehende Zusammenhänge analysieren und aufzeigen zu können. Die hergestellten Bezüge werden von 2 weiteren Experten abgeglichen.

Ergebnisse

Die Übertragung der hergestellten Bezüge auf die 3 Apps zeigt, welche Modellkriterien von den Apps bedient werden und somit Einfluss auf die Verhaltensänderung nehmen. Grundsätzlich sind sich die ausgewählten Apps in ihrem Aufbau und den Funktionen sehr ähnlich und zeigen daher keine großen Unterschiede im Ergebnis auf. Die Höchstbewertungen finden sich bei den Modellkriterien der Selbstwirksamkeitserwartung, Aufrechterhaltungs-Selbstwirksamkeit, Handlungsplanung und Handlungskontrolle wieder, während die Bewältigungsplanung und soziale Unterstützung die niedrigsten Bewertungen haben und so als am wenigsten unterstützte Komponenten gelten.

Schlussfolgerung

Physiotherapie-Apps können einen Beitrag zur Verhaltensänderung leisten, indem die App-Funktionen darauf ausgelegt werden, bestimmte Modellkomponenten zu unterstützen und den Prozess zu fördern. Die 3 Apps ermöglichen auf diese Weise bereits die Unterstützung der Intentionsbildung, Aufrechterhaltung und Wiederherstellung. Allerdings zeigt das Fehlen der Bewältigungsplanung ungenutztes Potenzial der Apps auf, ebenso wie das Fehlen der sozialen Unterstützung. Zwei wichtige Komponenten, die den Übergang von der präaktionalen in die aktionale Volitionsphase ermöglichen. Nach dem Modell sollte diese Phase deutlich mehr Unterstützung durch die Apps erfahren, da sie den entscheidenden Schritt zur Handlungsausführung darstellt.



Kontakt: charleenluisa@live.de; **Betreuer:** Frau Prof. Dr. Elke Kraus und Herr Prof. Dr. Michael Erhart

Literatur: [1] Grossklaus, L., Heller, U., Nüscheler, R. & Stammeler, L. (2014). Adhärenz in der Physiotherapie. *physioscience*, 10 (02), 57-61. [2] Schwarzer, R. (2004). *Psychologie des Gesundheitsverhaltens*. Einführung in die Gesundheitspsychologie (3., überarb. Aufl.). Göttingen: Hogrefe. [3] Bassett, S. (2015). Bridging the intention-behaviour gap with behaviour change strategies for physiotherapy rehabilitation non-adherence. *New Zealand Journal of Physiotherapy*, 43 (3), 105-111. [4] Messner, T. (2011). Adhärenz in der Physiotherapie. Entwicklung und Evaluation einer Intervention zur Steigerung der Adhärenz in der ambulanten Physiotherapie. Dissertation, Universität Konstanz. Konstanz. Zugriff am 01.11.2018. Verfügbar unter <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:bsz:352-174716>. [5] Fritz, J. & Tomaschek, N. (Hrsg.). (2016). *Gesellschaft im Wandel. Gesellschaftliche, wirtschaftliche und ökologische Perspektiven* (University - Society - Industry, Band 5, 1. Aufl.). Münster: Waxmann. [6] <https://pixabay.com/de/smartphone-symbol-moderne-schwarz-1557796/>