

Kurzbericht zum BMG-geförderten Forschungsvorhaben

Vorhabentitel	Strategien zur Integration von evidenzbasierten digitalen Angeboten in die Behandlung von Essstörungen (SIDA-ESS)
Schlüsselbegriffe	Essstörungen, digitale Interventionen, Psychotherapie
Vorhabendurchführung	Universität Heidelberg
Vorhabenleitung	Prof. Dr. Stephanie Bauer (Forschungsstelle für Psychotherapie, Universitätsklinikum Heidelberg), Prof. Dr. Hans-Christoph Friederich (Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Psychosomatik, Universitätsklinikum Heidelberg)
Autor(en)/Autorin(nen)	Prof. Dr. Stephanie Bauer, Prof. Dr. Hans-Christoph Friederich, Ms.Sc. Diana Lemmer, Dr. Gwendolyn Mayer
Vorhabenbeginn	01.12.2021
Vorhabenende	30.11.2023

1. Vorhabenbeschreibung, Vorhabenziele

Essstörungen sind schwere psychische Erkrankungen die häufig schon im Kindes- oder Jugendalter beginnen. Sie gehen mit erheblicher psychischer und körperlicher Beeinträchtigung sowie mit einer verminderten Lebensqualität und eingeschränkter Leistungsfähigkeit einher. Sie sind verbunden mit schwerwiegenden Belastungen auf der familiären, sozialen und gesellschaftlichen Ebene sowie mit erheblichen direkten und indirekten Gesundheitskosten. Eine frühzeitige Identifikation und zeitnahe professionelle Behandlung sind essentiell, um die Leidenszeit zu verkürzen und einer Chronifizierung vorzubeugen, gelingen jedoch häufig nicht (Ali et al., 2017). Seit einigen Jahren wird in der Psychotherapie- und Versorgungsforschung das Potenzial von digitalen Interventionen diskutiert, um die Reichweite von professioneller Hilfe für Betroffene mit Essstörungen zu vergrößern, Therapien wirksamer und effizienter zu machen und/oder die Versorgungskontinuität zu verbessern (Bauer, 2022; Linardon et al., 2020). Vor diesem Hintergrund beschäftigte sich das Projekt SIDA-ESS mit den Gründen, warum bislang keine nennenswerte Integration von solchen digitalen Anwendungen in die Routineversorgung in Deutschland erfolgt ist und welche Voraussetzungen geschaffen werden müssten, damit selbige zukünftig gelingen kann. Konkret verfolgte das Projekt dabei zwei Ziele:

1. die systematische Untersuchung von Faktoren, die die Implementierung von evidenzbasierten digitalen Angeboten aus Sicht von Behandelnden hemmen bzw. begünstigen (Teilprojekt 1) und
2. die Entwicklung und Evaluation einer Online-Ressource („Toolkit“), die dauerhaft und frei zugänglich über digitale Interventionen für Essstörungen informieren soll, um bestehende Barrieren zu reduzieren (Teilprojekt 2).

2. Durchführung, Methodik

Teilprojekt 1: In einer Multi-Method-Studie wurden zunächst semi-strukturierte qualitative Interviews mit 24 Expertinnen und Experten für Essstörungen durchgeführt. Die inhaltsanalytisch extrahierten Faktoren, die für/gegen eine Implementierung digitaler Angebote in die Essstörungenbehandlung sprechen, wurden im Rahmen einer Delphistudie in zwei Befragungsrunden nach ihrer Wichtigkeit bewertet. Die Angaben wurden hinsichtlich des Konsenses innerhalb der Stichprobe analysiert. Anschließend wurden 440 Teilnehmende (v.a. approbierte Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, Fachärztinnen und Fachärzte, Aus- und Weiterbildungskandidatinnen und -kandidaten, Studierende der Fächer Psychologie und Medizin) online zu ihren Erfahrungen mit und Erwartungen an digitale Gesundheitsangebote in der Essstörungenbehandlung befragt.

Teilprojekt 2: Ein Toolkit zur gezielten Förderung der Implementierungsbereitschaft von Behandelnden wurde entwickelt, über die Seite www.sida-essstoerungen.de/toolkit zugänglich gemacht und anschließend in einer Online-Studie mit 70 Teilnehmenden evaluiert. Das Toolkit informiert Behandelnde über Einsatzmöglichkeiten von digitalen Interventionen im Bereich der Essstörungenbehandlung und vermittelt anhand von Fallbeispielen und Erfahrungsberichten aus Teilprojekt 1 anwendungsbezogenes Wissen. Die Entwicklung des Toolkits wurde von Fokusgruppen mit insgesamt 16 Behandelnden und sieben Betroffenen begleitet.

3. Gender Mainstreaming

Das Thema Essstörungen erfordert eine besondere geschlechterspezifische Betrachtung, da manche Formen der Essstörungen sehr viel häufiger bei Mädchen und Frauen als bei Jungen und Männern auftreten und sich z.T. unterschiedlich äußern, aber bei beiden Geschlechtern mit einer enormen Krankheitslast verbunden sind. Genderaspekte wurden in allen Phasen der Projektplanung und -umsetzung berücksichtigt. Materialien (z.B. Fallbeispiele für das Toolkit) wurden so gestaltet, dass den geschlechtsbezogenen Unterschieden in der Erkrankung Rechnung getragen wird. Hinsichtlich der Befragung von Expertinnen und Experten sowie Behandelnden wurde angestrebt, Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer im selben Verhältnis zu rekrutieren, in dem die Geschlechter im Versorgungsalltag in die Behandlung von Betroffenen mit Essstörungen involviert sind.

4. Ergebnisse, Schlussfolgerung, Fortführung

Die Ergebnisse aus Teilprojekt 1 zeigen, dass Expertinnen und Experten aus dem Bereich der Essstörungen ebenso wie Behandelnde mit unterschiedlicher Berufserfahrung digitale Interventionen generell als vielversprechende Ergänzung zur konventionellen Versorgung ansehen. Die Bereitschaft, evidenzbasierte digitale Interventionen im Rahmen der Behandlung von Jugendlichen und Erwachsenen mit Essstörungen zu nutzen ist durchaus gegeben, wenngleich die Befragten über relativ geringes Vorwissen und wenig eigene Erfahrung mit Digital Mental Health verfügen. Das größte Potenzial wird für Interventionen gesehen, die unter Berücksichtigung der

Perspektive von Behandelnden und Betroffenen entwickelt wurden und parallel zu oder im Anschluss an eine konventionelle Therapie genutzt werden können (Blended Care bzw. Stepped Care). Eine konzepttreue Integration und enge Verzahnung der beiden Formate (konventionell und digital) werden als zentral erachtet. Digitale Programme die speziell für die genannten Kontexte konzipiert wurden, sind derzeit nicht in Deutschland verfügbar, könnten jedoch auf der Grundlage der vorliegenden Projektergebnisse entwickelt und anschließend auf ihre Wirksamkeit und Kosteneffektivität hin geprüft werden. Neuentwicklungen erscheinen auch notwendig, da reine Selbstmanagementprogramme, die beispielsweise als DiGA verschrieben werden und als Alternative zu einer konventionellen Therapie genutzt werden können, als wenig passend für die Essstörungsbehandlung angesehen werden. Darüber hinaus werden separate Forschungs- und Entwicklungsarbeiten für den Bereich der Behandlung von Kindern mit Essstörungen benötigt, ebenso wie eine stärkere Repräsentation des Themas Digital Mental Health in Maßnahmen zur Aus- und Weiterbildung.

Letzteres wird bestätigt durch die Ergebnisse von Teilprojekt 2, welche zeigen, dass Behandelnde sich bislang unzureichend informiert hinsichtlich des Einsatzes von digitalen Interventionen in der Essstörungsbehandlung erleben. Die Evaluation des Toolkits ergab eine hohe Nutzungsfreundlichkeit, Ästhetik und inhaltliche Qualität der Online-Ressource. Einzelne Rückmeldungen der Befragten werden genutzt, um das Toolkit noch besser an die Bedürfnisse von Behandelnden anzupassen und seine Relevanz für den Praxisalltag zu steigern. Es bleibt jedoch zu erwähnen, dass sich Behandlerinnen und Behandler klare(re) Empfehlungen hinsichtlich spezifischer digitaler Interventionen wünschen würden. Solche Empfehlungen können aufgrund des Mangels an in Deutschland verfügbaren evidenzbasierten Angeboten aktuell nicht ausgesprochen werden (s.o.).

5. Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Das Vorhaben wurde im Rahmen der öffentlichen Bekanntmachung des BMG „Einbeziehung von digitalen Lebenswelten in die integrierte Versorgung bei Essstörungen“ vom 15.06.2021 unter Modul 1 „Implementierung evidenzbasierter digitaler Interventionen zum Thema Essstörungen in der Praxis“ gefördert.

Die Ergebnisse können Grundlagen und Anregungen für digitale Beratungsangebote im Essstörungsbereich liefern, Einrichtungen ermutigen, weitere digitale Angebote aufzubauen und zugleich Lücken aufzeigen. Somit liefern die Ergebnisse dieses Vorhabens einen Beitrag zur Versorgung von Menschen mit Essstörungen.

6. Verwendete Literatur

- Ali, K., Farrer, L., Fassnacht, D. B., Gulliver, A., Bauer, S., & Griffiths, K. M. (2017). Perceived barriers and facilitators towards help-seeking for eating disorders: A systematic review. *International Journal of Eating Disorders*, 50(1), 9-21.
- Bauer, S. (2022). Einsatz moderner Medien in Prävention und Behandlung. In S.Herpertz, M. de Zwaan & S. Zipfel (Hrsg.), *Handbuch Essstörungen und Adipositas* (3. Aufl.), S. 397-402. Berlin: Springer.

Linardon, J., Shatte, A., Messer, M., Firth, J., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2020). E-mental health interventions for the treatment and prevention of eating disorders: An updated systematic review and meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 88*(11), 994-1007.