

SHILD – Gesundheitsbezogene **Selbsthilfe** in **D**eutschland

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

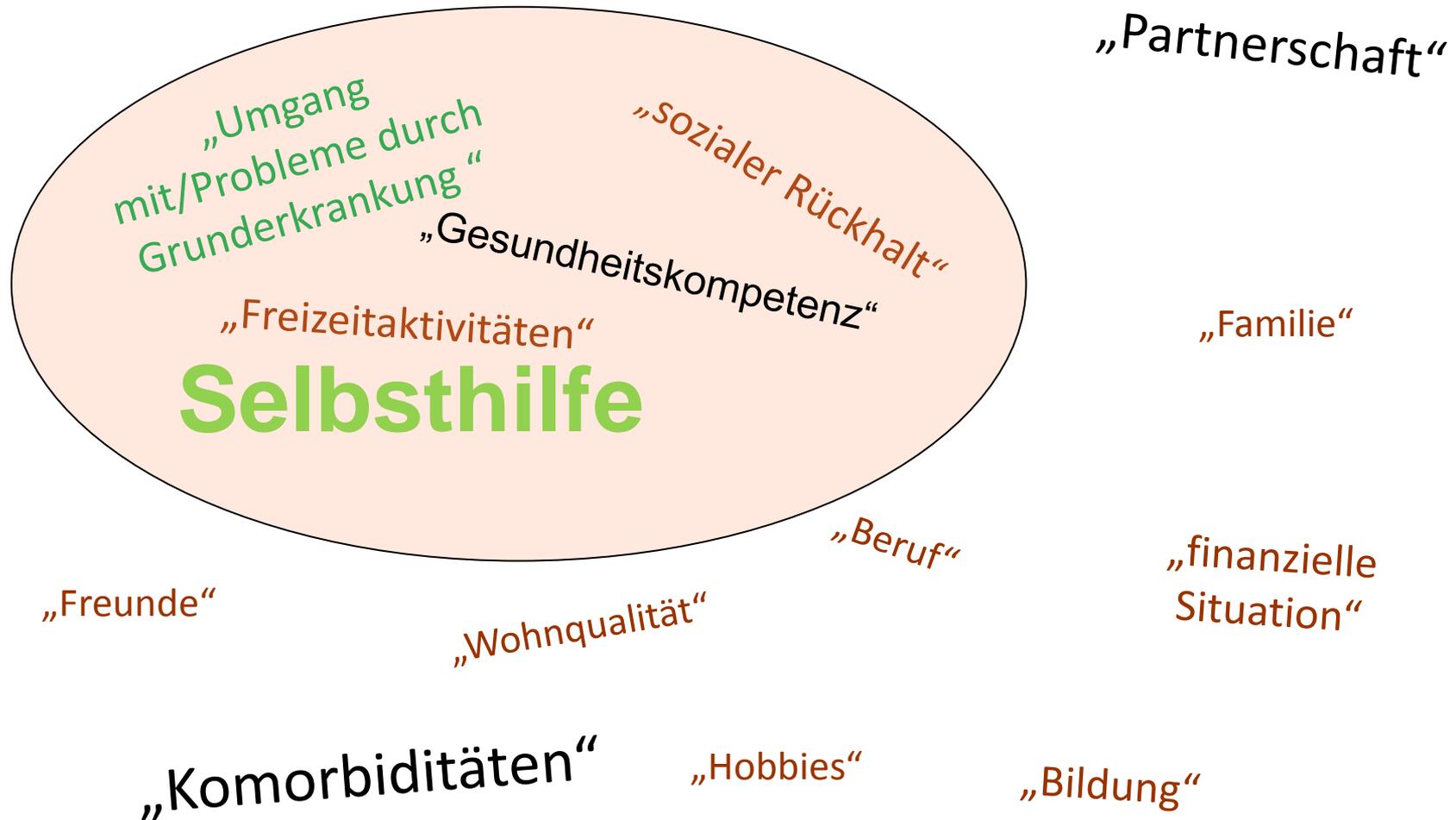
Grenzen der Wirkungen durch Selbsthilfebeteiligung

Silke Kramer, Ärztin, MPH, MHH

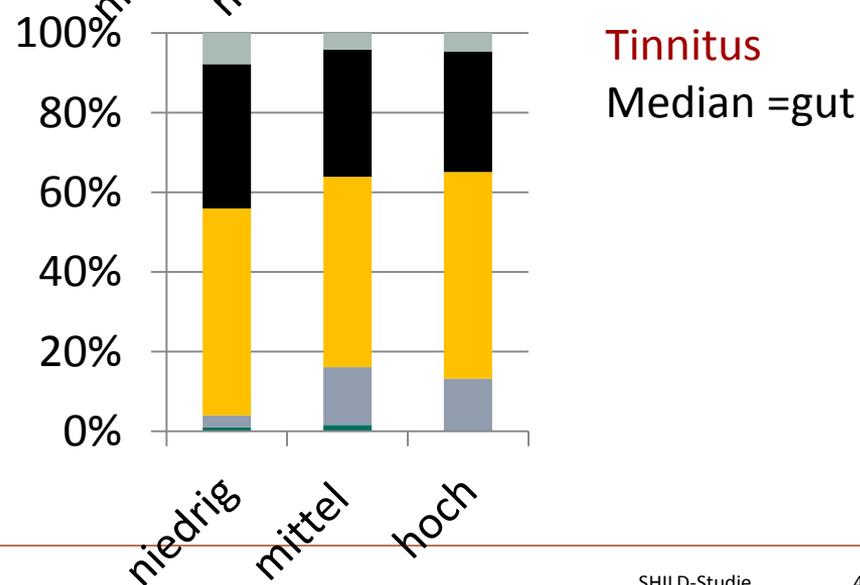
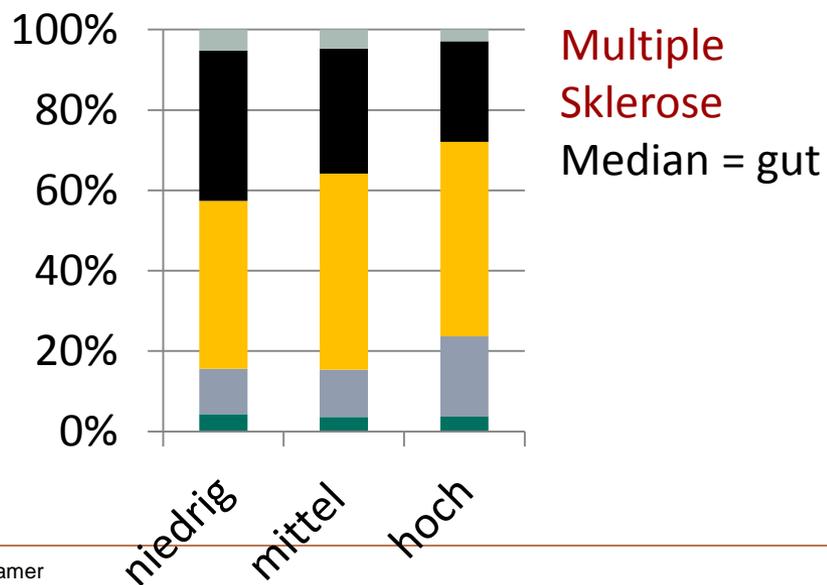
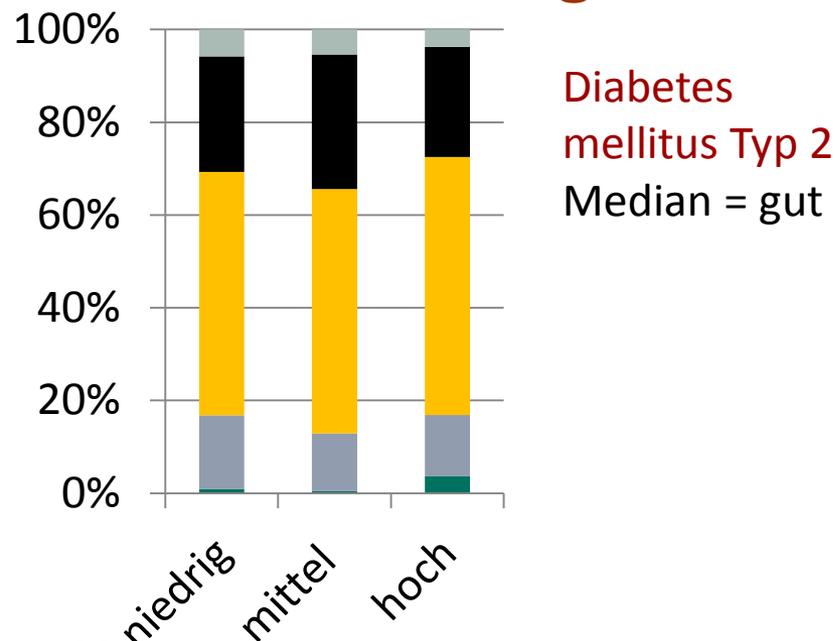
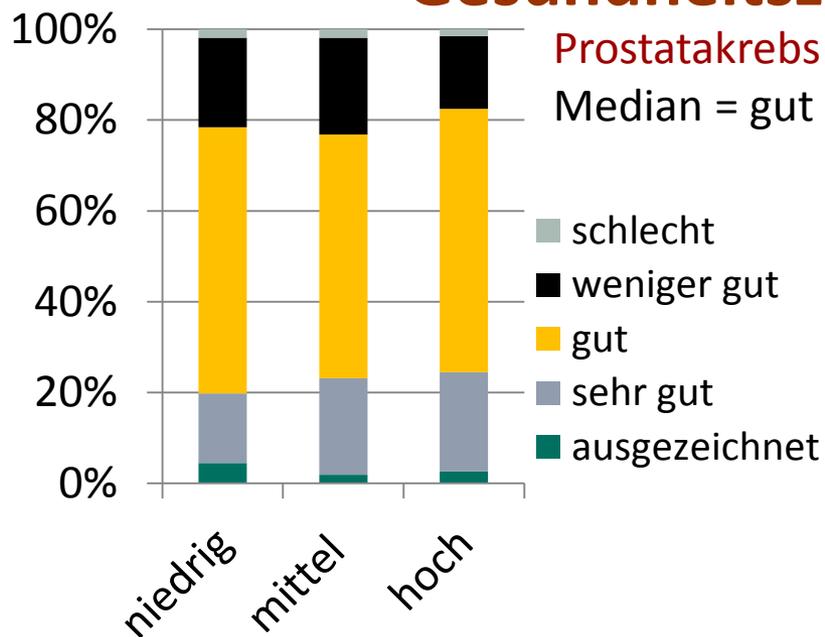
Selbsthilfe- und gleich geht's besser???



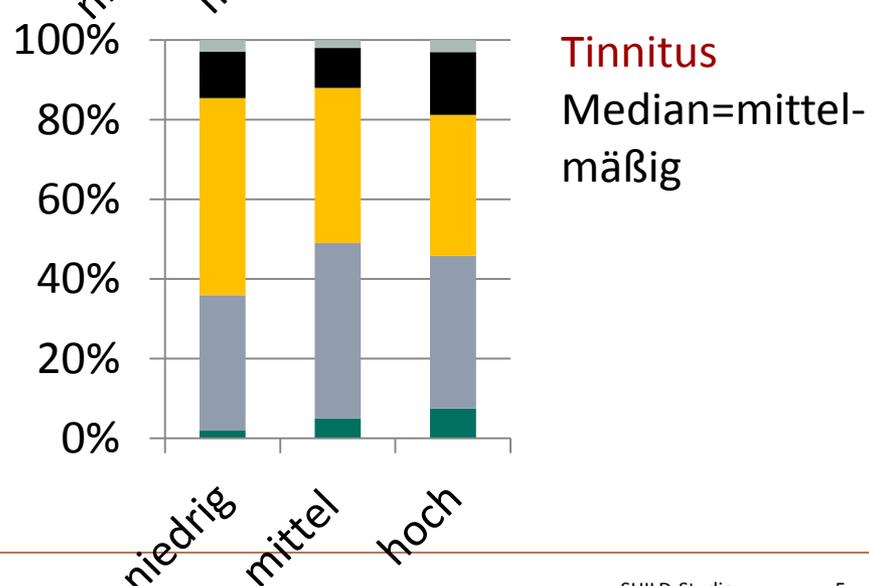
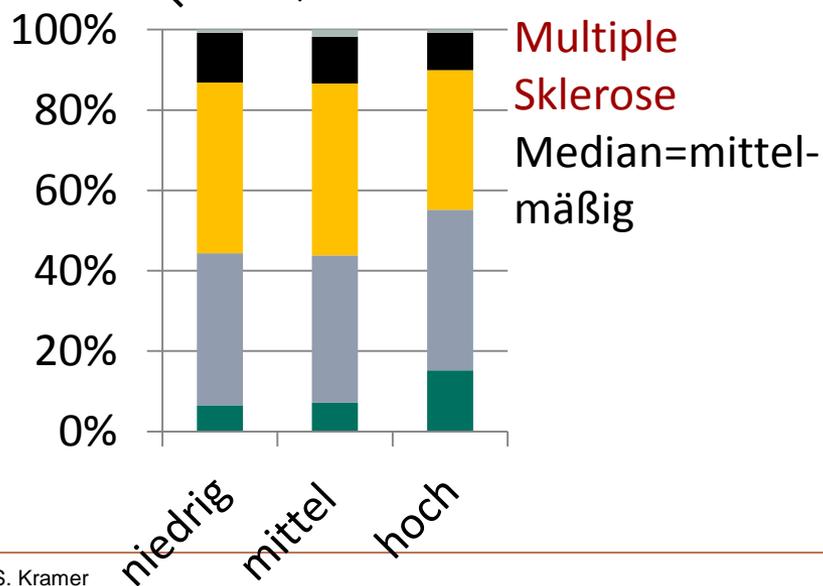
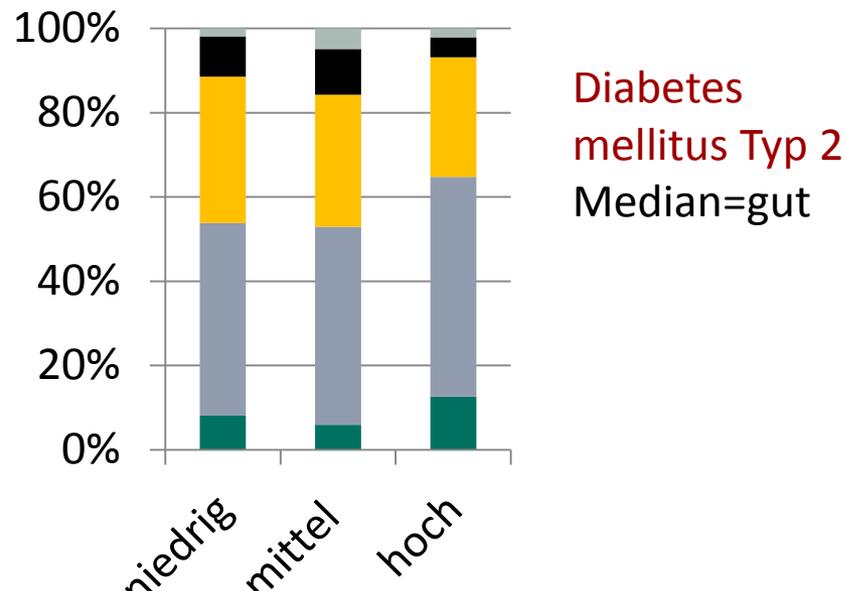
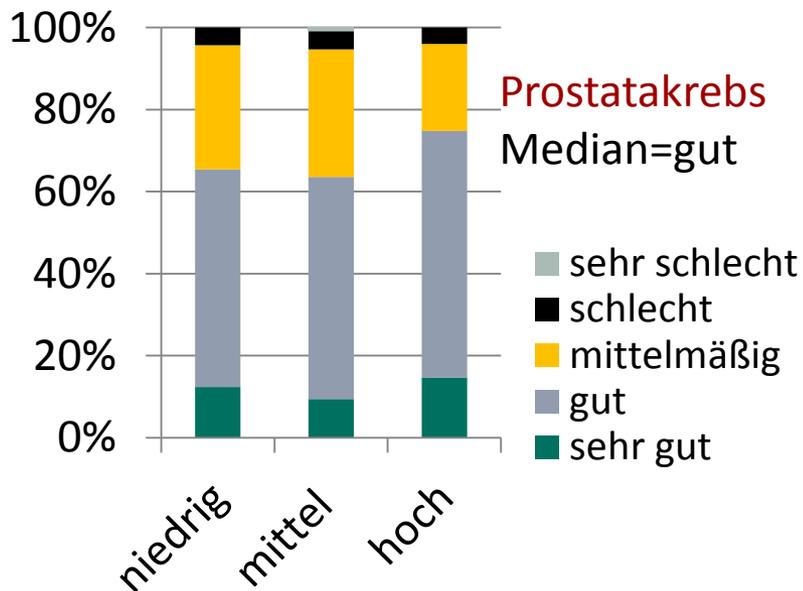
Einflussfaktoren auf Lebensqualität



Gesundheitszustand und Bildung



Lebensqualität und Bildung



Herr Doktor, ich brauche einen Termin bei Ihnen!
Ich weiss einfach nicht, wie ich den momentanen Stress
bewältigen soll: Überstunden, Schlaflosigkeit, Scheidung,
Alimente, keine sozialen Kontakte und jeden Abend
eine Flasche Bordeaux, um das alles zu vergessen...!

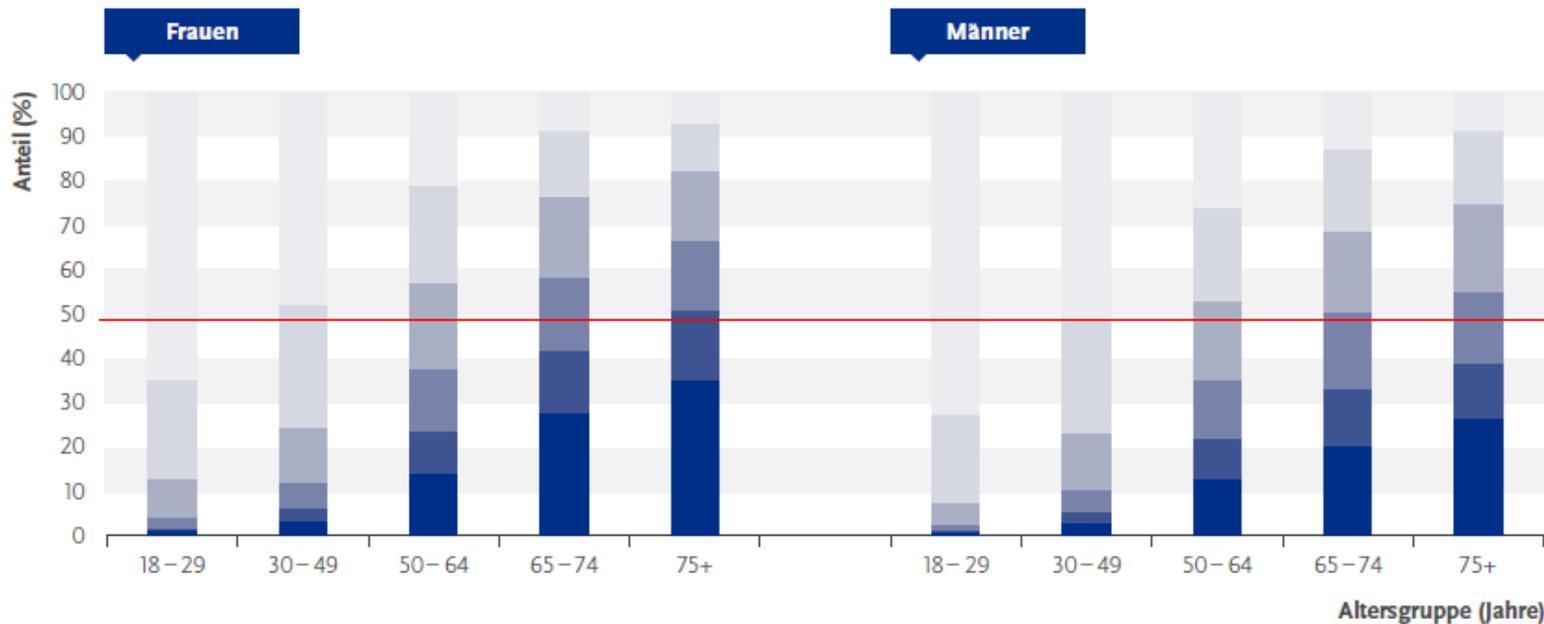
Hach, da fühle ich mich mit Arthrose,
Osteoporose und meinen Verdauungs-
störungen gleich viel besser!



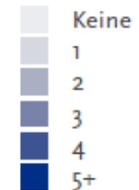
Jonas '06

© www.toonsup.com/jonas

Je älter, desto multimorbider



◀ **Abbildung 8.8**
Anzahl der Erkrankungen
bei Frauen und Männern
ab 18 Jahren
Datenbasis:
GEDA 2009 [22]



Über 50% der über 65jährigen in Deutschland leiden unter mindestens **drei** chronischen Erkrankungen!

Komorbiditäten in unserer Studie

		Diabetes mellitus	Prostatakrebs	Multiple Sklerose	Tinnitus	Angehörige Demenzerk.
Anzahl	Komorbiditäten- Median	3	2	2	2	
	Komorbiditäten- Mittelwert	3,3	2,1	1,8	2,4	
Art	Depression	18,7%	9,8%	28,0%*	31,2%	22,2%
	Rückenschmerzen	40,7%	32,5%	37,5%	45,1%	55,6%
	Arthrose	Nicht erfragt	22,7%	8,8%	28,2%	30,8%
	Bluthochdruck	67,9%	47,5%	18,8%	34,5%	42,5%
	Magen-Darm-Probleme	21,4%	12,7%	25,2%*	20,5%	30,5%
	Herzprobleme	27,7%	20,5%	4,3%	14,0%	19,9%
	(weitere) Krebserkrankung	8,3%	5,0%	1,9%	4,5%	3,1%
	Andere Gesundheitsprobleme	25,0%	23,2%	35,9%	30,4%	29,6%

* Kann auch ein primäres Symptom der Multiplen Sklerose sein

Diabetes mellitus

Lebensqualität schlechter als Median

	OR
Alter (pro Jahr älter)	0,98
Insulintherapie	1,5
Rückenschmerzen 40%	2,5
Depression 19%	3,6
Niedrigere Bildung	1,3
Magen-Darm-Probleme 11%	3,4
Arterielle Durchblutungsstörung	2,0
Andere Gesundheitsprobleme	2,3

Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG,,
Geschlecht

Gesundheitszustand schlechter als
Median

	OR
Alter (pro Jahr älter)	0,97
Insulintherapie	1,6
Rückenschmerzen 40%	2,2
Depression 19%	2,5
Herzprobleme 28%	1,8
Lungenprobleme 7%	2,0
Magen-Darm-Probleme 11%	3,0
Arterielle Durchblutungsstörung	2,4
Andere Gesundheitsprobleme	1,8
Zustand nach Schlaganfall	2,9

Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG,
Bildung, Geschlecht

Last der Komorbiditäten

Prostatakrebs

Lebensqualität schlechter als Median

	OR
Keine Partnerschaft	4,9
Keine Selbsthilfegruppe	2,1
Rückenschmerzen	1,8
Zustand nach Schilddrüsenoperation	5,9
Depression	2,3
Magen-Darm-Probleme	2,3
Unfreiwilliger Harnabgang ↑	1,5
Nachlassendes sex. Interesse ↓	1,5
Andere Gesundheitsprobleme	1,9

**Kein Effekt: Erkrankungsdauer,
Metastasierung**

Gesundheitszustand schlechter als Median

	OR
Keine Partnerschaft	3,0
Metastasen vorhanden	4,0
Rückenschmerzen	1,8
Zustand nach Schilddrüsenoperation	5,3
Herzprobleme	2,0
Lungenprobleme	2,8
Arthrose	2,1
Unfreiwilliger Harnabgang ↑	1,7
Nachlassendes sex. Interesse ↓	1,3
Andere Gesundheitsprobleme	2,2

**Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG,
Bildung**

Last der Komorbiditäten,
fehlende Partnerin,
Therapiekomplicationen,
Und Metastasierung

Multiple Sklerose

Lebensqualität schlechter als Median

	OR
Beeinträchtigt Liebesleben	2,1
Schwierigkeiten, außer Haus zu gehen	1,6
Depression	3,0
Gleichgewichts- o. Gehprobleme	1,3

Gesundheitszustand schlechter als Median

	OR
Geschlecht männlich	1,6
Beeinträchtigt Liebesleben	1,2
Schwierigkeiten, außer Haus zu gehen	2,1
Depression	2,3
Arteriosklerose	2,4
Magen-Darm-Probleme 11%	1,6
Kreislauferkrankungen	5,3

Last der MS und der Komorbiditäten

Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG, Bildung, Geschlecht

Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG, Bildung

Tinnitus

Lebensqualität schlechter als Median

	OR
Fehlender Partner	2,8
Höheres Bildungsniveau	2,1
Depressivität	1,9
Krebs	12,8
Magen-Darmerkrankungen	2,1
D. mellitus	6,7
An andere Gesundheitsprobleme	2,8
Tinnituslautstärke ↑ im Vgl. zur Umgebung	5,9
Erkrankungsdauer	1,04

Kein Effekt: SHG, Geschlecht

Gesundheitszustand schlechter als Median

	OR
Fehlender Partner	3,2
Diabetes mellitus	4,8
Krebs	13,5
Depressivität	2,1
Herzprobleme	2,0
Arthrose	2,7
An andere Gesundheitsprobleme	2,8
Tinnituslautstärke ↑ im Vgl. zur Umgebung	2,7

Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG, Bildung, Geschlecht

Last der Komorbiditäten,
des fehlenden Partners
und der Tinnituslautstärke

Jeder trägt sein(e) Päckchen – und die wenigsten nur eins!



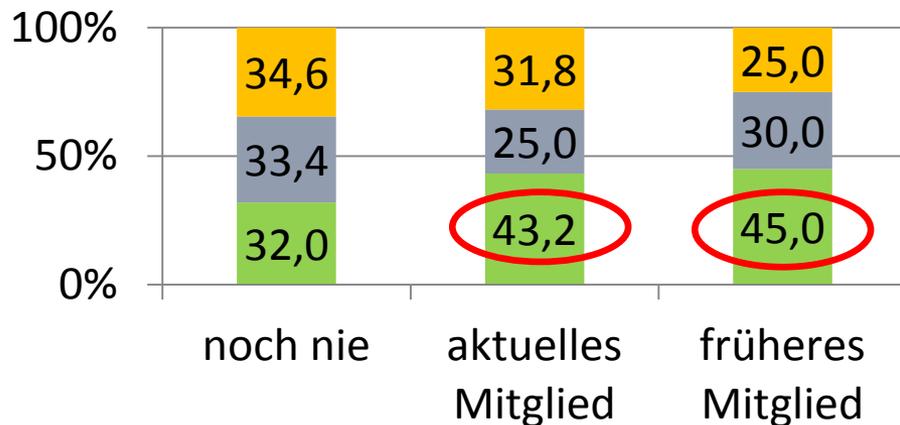
Die Selbsthilfe kann tragen helfen – aber ist sie mit mancher Last vielleicht auch überfordert?

Bildung und Selbsthilfeaktivität

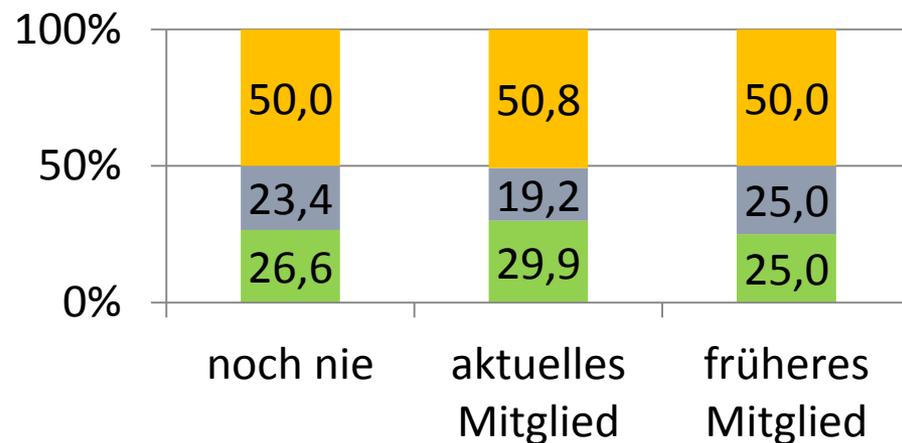
Bildung

- hoch
- mittel
- niedrig

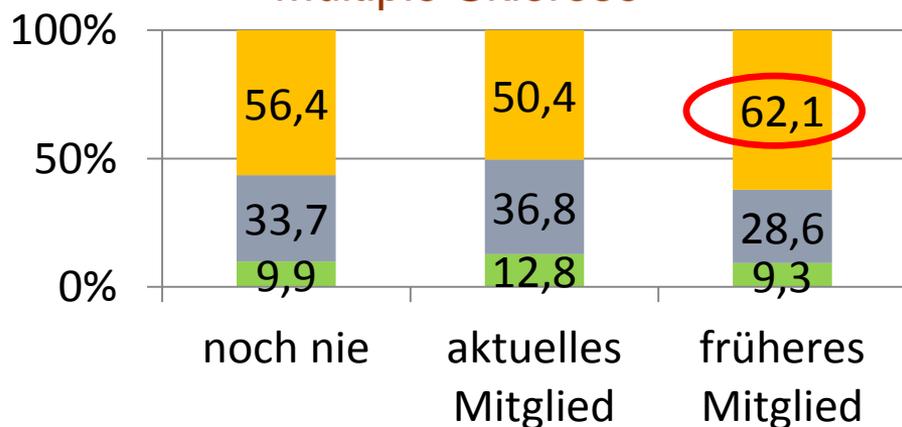
Diabetes mellitus Typ 2



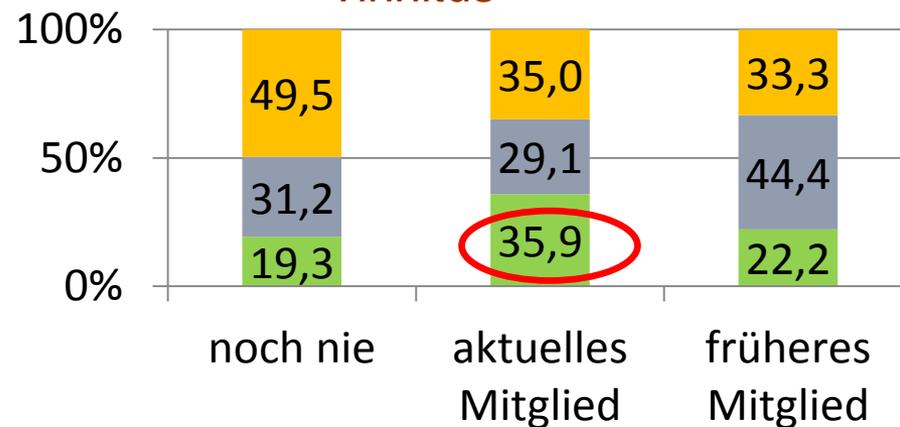
Prostatakrebs



Multiple Sklerose



Tinnitus



Multiple Sklerose

Lebensqualität schlechter als Median

	OR
Beeinträchtigt Liebesleben	2,1
Beeinträchtigt Sexualleben	0,6
Schwierigkeiten, außer Haus zu gehen	1,6
Depression	3,0
Gleichgewichts- o. Gehstörungen	

Gesundheitszustand schlechter als Median

	OR
Geschlecht männlich	1,6
Beeinträchtigt Liebesleben	1,2
Schwierigkeiten, außer Haus zu gehen	2,1
Depression	2,3
Arthrose	2,4
Magen-Darm-Probleme 11%	1,6
Krebs	5,3

Last der MS und der Komorbiditäten

Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG, Bildung, Geschlecht

Kein Effekt: Erkrankungsdauer, SHG, Bildung