

Welche Rolle spielt Wissenschaft bei der Gesundheitsversorgung?

Beginnen wir diesmal mit folgendem Szenario:

*„Nour hat gesundheitliche Beschwerden und sucht deswegen einen Spezialisten auf. Der Spezialist macht eine Anamnese und diagnostiziert, was mit Nour nicht in Ordnung sein könnte. Der Spezialist sagt, die Beschwerden lassen **sich einfach und zuverlässig mithilfe der Behandlungsmethode XY** heilen. Sie sei **effektiv** und zeige immer gute Ergebnisse. Nour stimmt dem Behandlungsplan zu und nach einer Weile waren die Beschwerden tatsächlich dank dieser Behandlungsmethode weg!“*

Nun könnte man sich fragen, woher weiß der Spezialist, dass eine bestimmte Methode effektiv ist oder nicht. Wie wird dann bestimmt, ob Behandlungsmethoden oder Ansätze hilfreich und effektiv oder vielleicht wirkungslos oder sogar schädlich sind. Die Antwort ist: **durch die Wissenschaft und die wissenschaftlichen Untersuchungen!**

Wenn eine neue Behandlungsmethode – egal ob für ein körperliches oder psychisches Problem – entwickelt wird, muss man die Wirksamkeit dieser Methode auf die Probe stellen. Das macht man in der Regel im Rahmen von **wissenschaftlichen Studien mit möglichst vielen Betroffenen**. Dabei wird entschieden:

- 1) Ist die Methode wirksam hinsichtlich der Behebung des Problems?
- 2) Wenn ja (oder auch nein), woran liegt das?
- 3) Wie kann man die Methode verbessern?

Erst nachdem eine neue Behandlungsmethode „den Test der Wissenschaft“ bestanden hat, darf sie in der Gesundheitsversorgung angeboten werden. Um auf die Ausgangsfrage im Beitragstitel zurückzukommen, spielt also die Wissenschaft bei der Gesundheitsversorgung eine extrem wichtige Rolle!

Schauen wir uns einen konkreten Fall aus der Praxis an:

Die Wirksamkeit **konventioneller psychologischer Behandlungsansätze** (Face-to-Face Therapien) ist kulturübergreifend längst belegt. Infolge der Entwicklung moderner Technologien hat es in den letzten Jahrzehnten im westlichen Raum eine ganze Reihe **web-basierter Therapieangebote** gegeben. Die Wirksamkeit von solchen web-basierten Behandlungsansätzen ist in westlichen Gesellschaften in vielen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen worden. Aufgrund vieler Faktoren zog man die Möglichkeit in Erwägung, web-basierte Therapien **auch im arabischen Sprachraum** anzubieten. Dieser Ansatz wird seit Jahren mit vielen arabischsprachigen Teilnehmern wissenschaftlich untersucht, ist aber noch nicht so gut etabliert wie in den westlichen Ländern.

Auch wir an der Freien Universität Berlin untersuchen den relativ jungen Ansatz im arabischsprachigen Raum. Aktuell testen wir in einer Studie eine in Zusammenarbeit mit der Weltgesundheitsorganisation (WHO) entstandene psychosoziale Smartphone-basierte Selbsthilfe-App, welche **„Step-by-Step“** heißt. **Step-by-Step wurde für den arabischsprachigen Raum übersetzt und kulturell angepasst, um bei Stress, Anspannung und Traurigkeit aufgrund belastender Lebensbedingungen zu unterstützen. Das Angebot vermittelt psychologische Informationen, Techniken und Fertigkeiten, mit deren Hilfe belastende Gefühle und Gedanken besser bewältigt werden können!** Step-by-Step ist aktuell nutzbar für Geflüchtete aus Syrien in Deutschland, Schweden und Ägypten. Erst

nachdem die Universität die Wirksamkeit von Step-by-Step nachweisen konnte, wird die App allen Arabischsprachigen zur Verfügung gestellt werden.

Im letzten Abschnitt möchten wir über die unersetzliche Rolle von freiwilligen Studienteilnehmern in wissenschaftlichen Untersuchungen schreiben:

Jeder gute Wissenschaftler weiß, **je mehr von einem gesundheitlichen Problem betroffene Personen in der wissenschaftlichen Untersuchung eines Behandlungsansatzes involviert sind, desto aussagekräftiger und generalisierbarer sind die Ergebnisse der Untersuchung für die Allgemeinbevölkerung!** In anderen Worten, die Wissenschaft ist darauf angewiesen, dass möglichst viele Freiwillige an ihren Studien teilnehmen. **Egal wie effektiv eine Behandlungsmethode wirklich sein mag, wenn ihre Wirksamkeit nicht an vielen Studienteilnehmern nachgewiesen werden konnte, darf sie nicht in der Gesundheitsversorgung angeboten werden.** Im Rahmen der Untersuchung von Step-by-Step braucht die Freie Universität Berlin möglichst viele Freiwillige aus Syrien, die in Deutschland, Schweden und Ägypten leben. Wenn Ihr also aus Syrien seid und in diesen Ländern lebt, laden wir Euch ganz herzlich zur Teilnahme an der Step-by-Step-Studie ein. Nutzt für mehr Informationen und zum Herunterladen bitte folgende Links:

Webseite: <https://khoutouwat.com/>

Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=de.fuberlin.stepbystep>

IOS: <https://apps.apple.com/us/app/%D8%AE%D8%B7%D9%88%D8%A9-%D8%AE%D8%B7%D9%88%D8%A9/id1487782077?ls=1>

Nächste Woche werden wir über das Thema „Angst und Angststörungen“ schreiben. Wir freuen uns schon auf Euren Besuch!