

PRESSEMITTEILUNG

Online-Selbsttest für pflegende Angehörige: die digiDEM Bayern Angehörigenampel

19.01.2021

Gesünder leben, besser auf sich achten - das nehmen sich zum Jahresbeginn viele Menschen vor. Für eine Personengruppe ist das jedoch besonders schwierig: Pflegende Angehörige denken häufig zu wenig an sich selbst. Dabei sind gerade sie oftmals hohen Belastungen ausgesetzt. Um ihnen die eigene Situation bewusst zu machen, hat das Demenz-Forschungsprojekt digiDEM Bayern ein neues, kostenloses Online-Angebot entwickelt: die Angehörigenampel.

Die digiDEM Bayern-Angehörigenampel zielt darauf ab, pflegenden Angehörigen den Grad ihrer persönlichen Belastung zu verdeutlichen. Anhand von zehn Fragen, zum Beispiel zur körperlichen Erschöpfung und zur Lebenszufriedenheit, erfahren Angehörige, wie es um ihre individuelle Situation bestellt ist. Das Ergebnis - grün, gelb oder rot - enthält eine Empfehlung für die nächsten Schritte und gibt dadurch einen Anstoß zur Veränderung der Lebenssituation. Der kostenlose und anonyme Online-Selbsttest wird in vier Sprachen (deutsch, englisch, türkisch, russisch) angeboten.

Wirksamkeit in umfangreichen Studien nachgewiesen

Bei der Angehörigenampel handelt es sich um die Kurzform der "Häusliche-Pflege-Skala (HPS)". Dieses Erhebungsinstrument wurde von Wissenschaftler*innen des Zentrums für Medizinische Versorgungsforschung des Universitätsklinikums Erlangen entwickelt. Es ist in über 20 Sprachen verfügbar und wird seit sechs Jahren weltweit eingesetzt. In einer umfangreichen wissenschaftlichen Studie mit 351 pflegenden Angehörigen wurde nachgewiesen, dass die HPS zuverlässig das Ausmaß der erlebten Belastung misst. In einer weiteren Studie mit 386 pflegenden Angehörigen wurde die Gültigkeit des Ampelsystems belegt. Die Ergebnisse zeigten, welches Risiko für gesundheitliche Beeinträchtigungen ein pflegender Angehöriger bei einem bestimmten Belastungswert der HPS hat. Auf dieser Grundlage erfolgte eine Einteilung, die wiederum die Vorlage für das Ampelsystem bildete.

Digitale, alltagstaugliche Lösungen zur Unterstützung im Alltag

Die Angehörigenampel ist eines von mehreren Online-Angeboten, die im Rahmen des Demenz-Forschungsprojekts "Digitales Demenzregister Bayern", kurz digiDEM Bayern, bereitgestellt werden. Ziel ist es, Menschen mit Demenz, Angehörige und Ehrenamtliche durch digitale, alltagstaugliche Lösungen zu unterstützen. digiDEM Bayern bietet bereits zwei kostenlose Online-Angebote zur Wissensvermittlung über Demenz: die Webinar-Reihe "Science Watch LIVE" und den Newsletter "Science Watch".

Langzeit-Befragungen von Menschen mit Demenz und pflegenden Angehörigen

Neben den digitalen Angeboten umfasst das Projekt digiDEM Bayern auch Befragungen von Menschen mit Demenz und pflegenden Angehörigen in ganz Bayern über einen Zeitraum von drei Jahren. Dadurch sollen Erkenntnisse über den Verlauf der Erkrankung und die Situation der Angehörigen gewonnen und mögliche Defizite aufgedeckt werden.

digiDEM Bayern bildet einen Verbund aus der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, vertreten durch das *Interdisziplinäre Zentrum für Health Technology Assessment und Public Health* (Leitung: Prof. Dr. med. Peter Kolominsky-Rabas) und den *Lehrstuhl für Medizinische Informatik* (Leitung: Prof. Dr. Hans-Ulrich Prokosch), dem Universitätsklinikum Erlangen, vertreten durch das *Zentrum für Medizinische Versorgungsforschung* (Leitung: Prof. Dr. med. Elmar Gräbel) und dem Innovationscluster *Medical Valley Europäische Metropolregion Nürnberg* (Vorstände: Prof. Dr.-Ing. Erich R. Reinhardt, Prof. Dr. Dr. h. c. Jürgen Schüttler).

digiDEM Bayern ist Teil der Bayerischen Demenzstrategie und auf fünf Jahre (2019-2023) angelegt. Das Forschungsprojekt wird vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert.

Webseite: <https://digidem-bayern.de/angehoerigenampel/>

Webseite: www.digidem-bayern.de

Pressekontakt: Kathrin Seebahn, digiDEM Bayern Presse & Kommunikation

Tel.: 01520 - 4102627, E-Mail: kathrin.seebahn@fau.de