



DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100
40237 Düsseldorf
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-150
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10
E-Mail: presse@dgk.org
Web: www.dgk.org

Eine Smartphone-gestützte digitale Gesundheitsanwendung senkt den systolischen Blutdruck bei Patienten mit Hypertonie: Ergebnisse der HELP-Studie

PD Dr. Andreas Zietzer, Bonn und Prof. Dr. Dr. Stephan Schirmer, Kaiserslautern

Hintergrund

Arterielle Hypertonie ist ein wichtiger kardiovaskulärer Risikofaktor, der mit hoher Mortalität und erheblichen Gesundheitskosten verbunden ist. Die Entstehung von Bluthochdruck ist multifaktoriell und betrifft Umweltfaktoren, Verhaltensweisen und genetische Faktoren, die Organe wie die Nieren, das Herz-Kreislaufsystem und das zentrale Nervensystem beeinflussen. Die Behandlung zielt auf eine Senkung des systolischen Blutdrucks ab und umfasst sowohl Lebensstiländerungen als auch medikamentöse Therapie. Eine der größten Herausforderungen in der Behandlung von Bluthochdruck ist die niedrige Adhärenz zu Medikamenten und Lebensstilempfehlungen. Digitale Interventionen, insbesondere Smartphone-Apps, haben das Potenzial, die Adhärenz zu verbessern. Diese Studie untersucht die Wirksamkeit der „Vantis | Bluthochdruck“-App zur Senkung des systolischen Blutdrucks bei Hypertonie-Patient:innen.

Ziel

Das Ziel der HELP-Studie war es, die Wirksamkeit der Vantis-App, einer digitalen Gesundheitsintervention, bei der Senkung des systolischen Blutdrucks bei Patient:innen mit Hypertonie zu untersuchen.

Methoden

Die HELP-Studie war eine prospektive, randomisierte, kontrollierte Studie, die an sieben Zentren in Deutschland durchgeführt wurde. Die Intervention bestand darin, dass die Interventionsgruppe zusätzlich zur Standardbehandlung die Vantis-App über 13 Wochen nutzte. Die App unterstützt in Bereichen wie Ernährung, körperlicher Aktivität, Medikamentenadhärenz, Blutdruckmessung, Raucherentwöhnung und Stressbewältigung gemäß den ESH-Richtlinien. Die Kontrollgruppe erhielt lediglich die Standardbehandlung. Der primäre Endpunkt war die Veränderung des systolischen Blutdrucks nach 13 Wochen. Sekundäre Endpunkte umfassten diastolischen Blutdruck, Ruhepuls, Body-Mass-Index (BMI) und die Verbesserung der Therapieadhärenz.

Ergebnisse

Es wurden 98 Patient:innen randomisiert. In der Interventionsgruppe zeigte die Analyse eine signifikante Senkung des systolischen Blutdrucks um durchschnittlich 12,87 mmHg, während in der Kontrollgruppe eine Reduktion von 7,5 mmHg festgestellt wurde. Die Verbesserung in der Interventionsgruppe war signifikant stärker ($p = 0,011$). Die Anzahl der Blutdruckmessungen und die Therapieadhärenz verbesserten sich ebenfalls signifikant in der Interventionsgruppe. Bei den sekundären Endpunkten wurden jedoch keine signifikanten Unterschiede in Bezug auf den diastolischen Blutdruck, den Ruhepuls und den BMI festgestellt.



DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100
40237 Düsseldorf
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-150
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10
E-Mail: presse@dgk.org
Web: www.dgk.org

Schlussfolgerung/Fazit

Die HELP-Studie zeigt, dass die Integration einer Smartphone-basierten digitalen Gesundheitsanwendung in die Standardbehandlung bei Patient:innen mit unkontrollierter Hypertonie zu einer signifikanten Senkung des systolischen Blutdrucks führen kann. Diese digitale Intervention fördert nicht nur die Blutdruckkontrolle, sondern auch die Einhaltung therapeutischer Maßnahmen im Alltag. Weitere Studien sind notwendig, um die langfristigen Auswirkungen und den Einfluss auf kardiovaskuläre Risikofaktoren zu untersuchen.

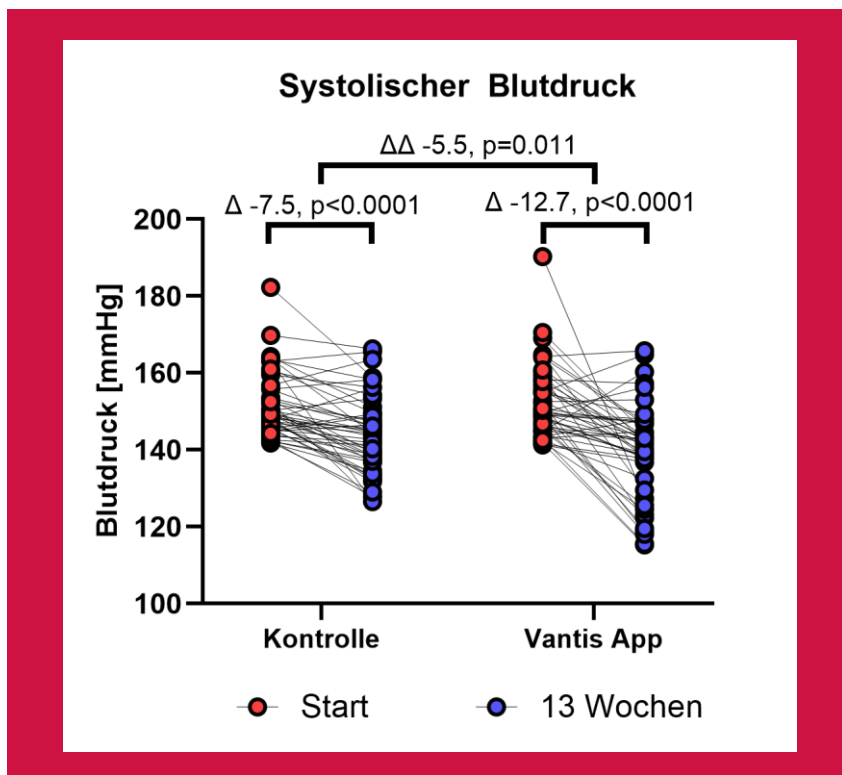


Abb. 1: Primärer Endpunkt: Systolischer Blutdruck als Intention-to-Treat Analyse. Unterschiede zwischen den Gruppen wurden mit einer ANCOVA mit Adjustierung auf Ausgangs-Blutdruck und Blutdruckmedikation analysiert. Intra-individuelle Unterschiede zwischen Start und 13 Wochen wurden mit einem t-Test für gepaarte Stichproben analysiert.