

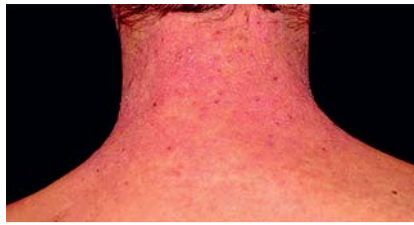
Atopische Dermatitis: Kognitive Verhaltenstherapie via Internet vielversprechend

Hedman-Lagerlöf E et al. Internet-Delivered Cognitive Behavior Therapy for Atopic Dermatitis: A Randomized Clinical Trial. *JAMA dermatology* 2021; 157: 796–804. doi:10.1001/jama-dermatol.2021.1450

Bei atopischer Dermatitis (AD) kommt es zu starkem Juckreiz und chronischen Entzündungen. Betroffene befinden sich häufig in einem Teufelskreislauf aus Juckreiz, Kratzen, Entzündungsverstärkung und negativen Emotionen. Die kognitive Verhaltenstherapie (KVT) wurde bereits als Behandlungsansatz für AD diskutiert, bislang aber wenig erforscht. Wissenschaftler in Schweden untersuchten nun die Wirkung von internetbasierter KVT bei AD.

Juckreiz bei AD führt zu Kratzverhalten. Kratzen verletzt die Hautbarriere, dies verstärkt wiederum die Entzündung. So kommt es zu weiterem Kratzen, gefolgt von Juckreiz und so weiter. Auch negative Emotionen, wie Angst oder gedrückte Stimmung, können Kratzverhalten auslösen. Außerdem neigen Menschen mit AD dazu, Situationen, die mit Juckreiz oder Hautsymptomen verbunden sind, zu vermeiden. Sie umgehen bspw. stressige soziale Situationen oder bestimmte Kleidungsstoffe. Die Vermeidung kann so jedoch zu einer Chronifizierung von Symptomen beitragen. Die kognitive Verhaltenstherapie beruht auf der Idee, dass eine systematische Exposition der vermiedenen Reize diesen Teufelskreislauf unterbrechen kann.

Es gibt bereits einzelne Hinweise darauf, dass eine Expositions-KVT bei AD Ängste und AD-Symptome vermindern kann. Der Zugang zu psychologischer Unterstützung ist jedoch häufig problematisch – im dermatologischen Bereich finden sich selten Behandler mit psychologischer Expertise. Daher scheint die Erforschung leicht zugänglicher Behand-



Atopische Dermatitis. Laut einer aktuellen Studie scheint eine internetbasierte kognitive Verhaltenstherapie Symptome der atopischen Dermatitis zu reduzieren. (Quelle: Worm M, Burgdorf W. Atopische Dermatitis. In: Sterry W, Burgdorf W, Worm M, Hrsg. Checkliste Dermatologie. 7. Aufl. Stuttgart: Thieme; 2014. doi:10.1055/b-003-125808)

lungsoptionen, z.B. über internetbasierte Therapieformen, notwendig.

Methoden

Die Forscherinnen und Forscher aus Schweden untersuchten die Wirksamkeit einer KVT über das Internet für Erwachsene mit AD in einer randomisierten klinischen Studie. Sie rekrutierten 102 Erwachsene zwischen 18 und 60 Jahren mit atopischer Dermatitis. Das Durchschnittsalter betrug 37 Jahre, 81% der Versuchspersonen waren Frauen. Die Teilnehmenden wurden gleichmäßig in 2 Gruppen randomisiert: Eine Gruppe (n=51) erhielt eine über das Internet vermittelte KVT über 12 Wochen lang. Diese umfasste 10 Module mit verschiedenen Inhalten und Hausaufgaben. Das Programm wurde therapeutisch begleitet, indem sich die Teilnehmenden via Text mit einem Psychologen austauschen konnten. Die zweite Gruppe (n=51) wurde der Kontrollbedingung zugewiesen. Die Teilnehmenden erhielten hierbei lediglich Informationen zur Standardbehandlung bei AD, bspw. Hinweise zu entzündungshemmender Medikation.

Das primäre Ergebnis war der Unterschied zwischen den Gruppen hinsichtlich der durchschnittlichen Verringerung der AD-Symptome. Diese wurde mit dem POEM (Patient-Oriented Eczema Measure) erfasst.

Ergebnisse

- Die Teilnehmenden, die eine internetbasierte KVT durchführten, konnten im Vergleich zur Kontrollgruppe eine signifikant größere durchschnittliche wöchentliche Verringerung der AD-Symptome, gemessen mit dem POEM, erreichen (B=0,32; 95%-KI 0,14–0,49; p<0,001).
- Die kontrollierte Effektgröße nach der Behandlung war dabei moderat bis groß (d=0,75; 95%-KI 0,32–1,16).
- In den Sekundäranalysen zeigte sich, dass die internetbasierte KVT im Vergleich zur Kontrollgruppe auch zu einer signifikant stärkeren Verringerung von Juckreizintensität, Stressempfinden, Schlafproblemen und Depression führte.
- Die eingetretenen Verbesserungen konnten auch noch nach 12 Monaten beobachtet werden.
- Die Behandlungszufriedenheit der Teilnehmenden der KVT war hoch. Die Therapeuten verbrachten im Durchschnitt 39,7 Minuten (SD=34,7) pro Patienten mit der über das Internet durchgeführten KVT.

FAZIT

Eine über das Internet durchgeführte KVT bei atopischer Dermatitis scheint die Symptome der AD wirkungsvoll zu reduzieren, so die Autoren. Dabei erfordere die Behandlung nur minimale therapeutische Ressourcen. Der Zugang zu einer wirksamen verhaltenstherapeutischen Zusatzbehandlung sei mit der internetbasierten KVT für AD-Patienten verbessert. Als die Ergebnisse einschränkend nennen die Autoren die Tatsache, dass die AD-Symptome nicht ärztlich beurteilt worden seien.

Annkatriin Wagner, Stuttgart