

QUANT-Studie: App-gesteuerte Feedbackgeräte unterstützen Gewichtsreduktion nachhaltig

Ulm, 24. September 2019 – Übergewicht und Adipositas haben weltweit zugenommen. 67 % der Männer und 53 % der Frauen in Deutschland sind übergewichtig, davon knapp ein Drittel sogar krankhaft mit einem BMI von über 30. Adipositas kann zahlreiche Folgeerkrankungen wie Bluthochdruck, Typ-2-Diabetes oder Fettstoffwechselstörungen und damit Herz-Kreislauf-Beschwerden begünstigen. Die Forschergruppe, bestehend aus dem Kölner Allgemein- und Ernährungsmediziner Prof. Dr. Thomas Kurscheid, dem Institut für Gesundheitsökonomie der Universität zu Köln und der Deutschen Sporthochschule hat in der wissenschaftlichen QUANT-Studie analysiert, ob Wearables und Health-Apps eine Gewichtsreduktion im Alltag unterstützen und die Lebensqualität erhöhen können. Die Untersuchung wurde mit Produkten und der „HealthManager“ App des Ulmer Gesundheitsspezialisten Beurer durchgeführt.

Die Experten analysierten 89 Teilnehmer aus drei Adipositaszentren, die über ein Jahr mit einem Multidisziplinären Adipositasprogramm, bestehend aus einem Sport- und Ernährungsprogramm sowie Verhaltensintervention behandelt worden waren. Zur regelmäßigen Überwachung ihrer Vitalwerte wurden der Hälfte der Probanden (Interventionsgruppe) der Aktivitätssensor AS 80, die Diagnosewaage BF 700 und das Blutdruckmessgerät BM 85 von Beurer zur Verfügung gestellt. Die Auswertung der Daten erfolgte in der kostenfreien „beurer HealthManager“ App. Die Testpersonen der Kontrollgruppe nutzte einen mechanischen Schrittzähler ohne App-Funktion.

Messbare Erfolge: Gewichtsreduktion und mehr Lebensqualität

Alle Teilnehmer der Interventionsgruppe verzeichneten mit Abschluss der wissenschaftlichen Analyse positive prozentuale Veränderungen des Körperfettanteils, des Gewichtes sowie der Waist-to-Height-Ratio – die Frauen deutlicher als die Männer. Ebenso konnte nicht nur das körperliche, sondern auch das psychische Wohlbefinden gesteigert werden. Eine Gewichtsabnahme bzw. Gewichtsstabilisierung bei Patienten mit einem BMI von 30 bis 40 gelingt mit App-gesteuerten BIA-Waagen,

Beurer GmbH
Söflinger Straße 218
89077 Ulm
Deutschland
Tel. +49 731/3989-0
Fax +49 731/3989-295

Beurer Austria GmbH
Franz-Hönig-Straße 7
4910 Ried im Innkreis
Österreich

Ansprechpartner
Anna-Katharina Peuker
presse@beurer.de

Website
www.beurer.com
www.beurer-gesundheitsratgeber.com

Social Media



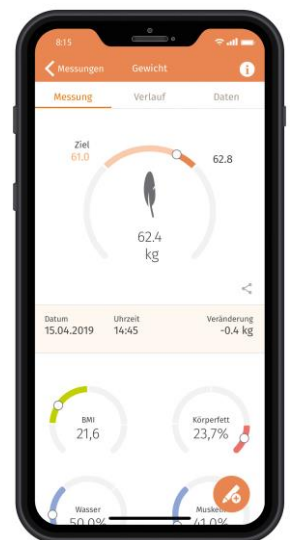
Blutdruckmessgeräten und Schrittzählern nachhaltig besser als ohne. Laut den Forschern profitierten vor allem die weiblichen Probanden in puncto Lebensqualität von der Nutzung der vernetzten Geräte. Das Gefühl, die eigene Gesundheit zum großen Teil selbst im Griff zu haben, führte bei den Anwendern zu einem verstärkten Kontrollerlebnis, mehr Motivation und zu einem größeren Gewichtsverlust. Die Studie bestätigt somit, dass der Einsatz von konnektiven Gesundheitsprodukten, die Wirksamkeit eines an sich schon effektiven interdisziplinären Adipositasprogramms noch weiter steigern kann. Übergewicht und Adipositas sowie deren Begleit- und Folgeerkrankungen können wirksamer bekämpft werden. Die Feedbackgeräte unterstützen eine langfristige Kontrolle und Überwachung der Gesundheitswerte und regen den Nutzer an, sich intensiver und aktiver mit gesundheitsrelevanten Daten und der körperlichen Aktivität zu befassen. Dies führte zur positiven Beeinflussung des Therapieverlaufs und einer Verbesserung des Lebensstils.

Umfangreiches Gesundheitsmanagement – jederzeit und überall



Die „beurer HealthManager“ App ermöglicht ein modernes und innovatives digitales Gesundheitsmanagement. Das Herzstück der Beurer App-Welt erlaubt die Datenverwaltung von zahlreichen kompatiblen Produkten aus den Bereichen Gewicht, Blutdruck, Blutzucker, Aktivität,

Schlaf und Pulsoximeter. Der Nutzer kann für jede Kategorie ein individuelles Ziel festlegen und alle Messwerte anschaulich einsehen. Zur Motivation erhält er ein Abzeichen bei Erreichen des festgelegten Zielwertes. Um diese Erfolge mit Familie und Freunden zu teilen, gibt es ebenso die Möglichkeit, seine Werte auf diversen Social Media Plattformen zu teilen.



Die Ergebnisse der QUANT-Studie sind in der **Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Jg. 65, 3/2019, 224-238** erschienen. Weitere Infos unter www.dr-kurscheid.de.

Über Beurer

Beurer wurde 1919 in Ulm gegründet und steht für Gesundheit und Wohlbefinden. In diesem Segment ist das Traditionsunternehmen heute in mehreren Produktsparten führend: unter anderem als Marktführer in Europa im Bereich Schmiegsame Wärme, Marktführer in Deutschland für Blutdruckmessgeräte und Massageprodukte, sowie als einer der führenden Anbieter von Personenwaagen in Europa. Das Portfolio wird in allen Bereichen kontinuierlich weiterentwickelt und

bietet Produkte für die Heimanwendung. Darunter finden sich Personenwaagen, Küchenwaagen, Kofferwaagen, Luftreiniger, Luftentfeuchter, Luftwäscher, Thermo-Hygrometer, Aroma Diffuser, Blutdruckmessgeräte, Blutzuckermessgeräte, mobile EKG-Geräte, Hörhilfen, Pulsoximeter, Inhalatoren, Fieberthermometer, ein Schlafsensoren, Lichtwecker, ein Schnarchstopper, Tageslichtlampen, Infrarotlampen, TENS/EMS Geräte, Massageprodukte (Fuß-Massage, Shiatsu-Massage, Massage-Sessel, Massage-Kissen, Faszien-Massage, Venen-Trainer), Entspannungshilfen, Haarentfernungsgeräte (klassisch, IPL, Laser), FaceCare und HairCare Produkte, ein cellulite releaZer, Kosmetikspiegel, Maniküre/Pediküre Sets, eine Babycare Linie, Basalthermometer, Aktivitätssensoren und Pulsuhren. USB-Schnittstellen und *Bluetooth*[®] ermöglichen für immer mehr Connect-Produkte eine Anbindung an die wachsende Beurer App-Welt und/oder Software. Das Familienunternehmen unterhält ein weltweites Distributionsnetz in mehr als 100 Länder und beschäftigt derzeit ca. 1000 Mitarbeiter. Weitere Informationen finden Sie unter www.beurer.com.