

# Psychoonkologische und digitale Unterstützung für krebserkrankte Patientinnen und Patienten

Ihr Weg zu einem hilfreichen Umgang mit krankheitsbezogenen Belastungen

Psychosomatische und  
Psychotherapeutische Abteilung  
CCC Erlangen-EMN



**CCC** Comprehensive  
Cancer Center   
**Erlangen-EMN**  
Europäische Metropolregion Nürnberg

**Uniklinikum  
Erlangen**



**Reduct**

## Liebe Patientin, lieber Patient,

Gerne möchten wir Ihnen unsere Reduct-Studie vorstellen:

In der Reduct-Studie bieten wir eine digitale psychoonkologische Intervention an, das sogenannte Make-It-Training. Um die Wirksamkeit des Make-It-Trainings zu überprüfen, werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in zwei Gruppen aufgeteilt: eine Interventionsgruppe, die in der Reduct-App bzw. auf der Website am Make-It-Training teilnimmt, sowie eine Kontrollgruppe, welche zusätzlich zur üblichen psychoonkologischen Behandlung unterstützende Informationen über die Reduct-App bzw. die Website erhält. Die medizinisch vorgesehene Krebsbehandlung bleibt durch die Studie selbstverständlich unverändert.

## Was ist das Ziel der Reduct-Studie?

Wir möchten herausfinden, ob ein eigenverantwortliches digitales Training Patientinnen und Patienten im Umgang mit einer Krebserkrankung besser hilft und eine größere Unterstützung im Rahmen der Krankheitsbewältigung ist als die übliche psychoonkologische Behandlung mit zusätzlichen Online-Informationen.

Indem wir die psychische Belastung im Verlauf des Make-It-Trainings mit der bei einer optimierten üblichen Behandlung vergleichen, können wir die Effektivität des digitalen Make-It-Trainings überprüfen.

# Interventionsgruppe – Make-It-Training

Make It ist ein digitales, interaktives Online-Training, welches krebskranke Patientinnen und Patienten auf ihrem Weg begleiten und im Umgang mit krankheitsbezogenen Belastungen unterstützen soll.

Es basiert auf etablierten psychotherapeutischen Methoden aus der kognitiven Verhaltenstherapie, der achtsamkeitsbasierten Stressreduktion und der Akzeptanz- und Commitmenttherapie.



Auf Ihrem Weg durch das Make-It-Training lernen Sie mithilfe von interaktiven Übungen, Audiodateien und Videos hilfreiche Bewältigungsstrategien (Skills) kennen. Diese werden in einer individuellen „Skillsbox“ gespeichert, auf die Sie jederzeit Zugriff haben.

## Die Module des Make-It-Trainings



# Kontrollgruppe – optimierte psychoonkologische Behandlung

Die Kontrollgruppe erhält eine optimierte psychoonkologische Behandlung. Optimiert, weil zusätzlich zu der üblichen psychoonkologischen Behandlung online unterstützende Informationen dargestellt werden.

## Teilnahmevoraussetzungen

- Alter zwischen 18 und 65 Jahren
- ausreichende Deutschkenntnisse
- in den letzten zwölf Monaten oder aktuell von einer Krebserkrankung betroffen
- Internetverbindung und ein internetfähiges Gerät



**Die Teilnahme  
ist für Sie  
kostenlos!**

## Wie läuft die Studie ab?

Zu Beginn der Studie erfolgt eine Eingangsbefragung. Im Anschluss werden Sie einer der beiden Gruppen zufällig zugeteilt. Sie erhalten nun Zugang zu der Reduct-App bzw. zur Website. In dieser können Sie in den folgenden 16 Wochen die 16 Module des Make-It-Trainings bearbeiten (Interventionsgruppe) bzw. Sie erhalten alle zwei Wochen psychoedukative Informationen zu acht verschiedenen Themen (Kontrollgruppe). Nach Ablauf der (Kontroll-) Interventionen, sowie nach weiteren drei und sechs Monaten, erfolgen weitere Befragungen.

# Wir stellen uns vor:

## Studienleitung Reduct:

Prof. Dr. Martin Anton Teufel,  
Universität Duisburg-Essen

Prof. Dr. (TR) Yesim Erim,  
Universitätsklinikum Erlangen

Dr. Johanna Graf  
Universitätsklinikum Tübingen

## Sieben kooperierende Uni-Kliniken:



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung

Interesse oder Fragen? Dann melden Sie sich bei uns, wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen zu Reduct und Make It finden Sie unter [reduct-studie.de](http://reduct-studie.de)



**Psychosomatische und Psychotherapeutische Abteilung**

Leiterin: Prof. Dr. (TR) Yesim Erim

Schwabachanlage 6 (Kopfkliniken), 91054 Erlangen  
[www.psychosomatik.uk-erlangen.de](http://www.psychosomatik.uk-erlangen.de)

Tel.: 09131 85-34596  
Fax: 09131 85-34153

Ihre Ansprechpartnerin am Uni-Klinikum Erlangen:  
Caterina Schug  
[reduct.so@uk-erlangen.de](mailto:reduct.so@uk-erlangen.de)  
Tel.: 09131 85-45929