



# Stoppen Sie die Diabetes Spirale

„Für Anbieter im  
Gesundheitswesen“

## **Active Body Control**

Betreuungsprogramm zur  
Lebensstiländerung für Typ-2 Diabetiker

entwickelt und validiert von Prof. C. Luley,  
Universitätsklinik Magdeburg

## Kehren Sie die Diabetesspirale um

Ein Lebensstil mit ungesunder, übermäßiger Ernährung und Bewegungsmangel führt oft zu einem Typ-2 Diabetes. Erkrankte können durch eine konsequente Umstellung auf gesunde, maßvolle Ernährung und Bewegungssteigerung den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen.

Helfen Sie Typ-2 Diabetikern mit dem richtigen Betreuungsprogramm, langfristig ihren Lebensstil zu ändern, nachhaltig Gewicht zu reduzieren und damit den HbA<sub>1c</sub> Wert signifikant zu senken.

## Führen Sie die Gesundheitsspirale ein.



Prof. Dr. med. Luley

### Grußwort Prof. Dr. med. Luley

Die Anzahl der übergewichtigen Typ-2 Diabetiker steigt weltweit. Diese Entwicklung beunruhigt inzwischen die gesamte Gesellschaft. Dennoch gibt es kaum überzeugende Gegenmaßnahmen.

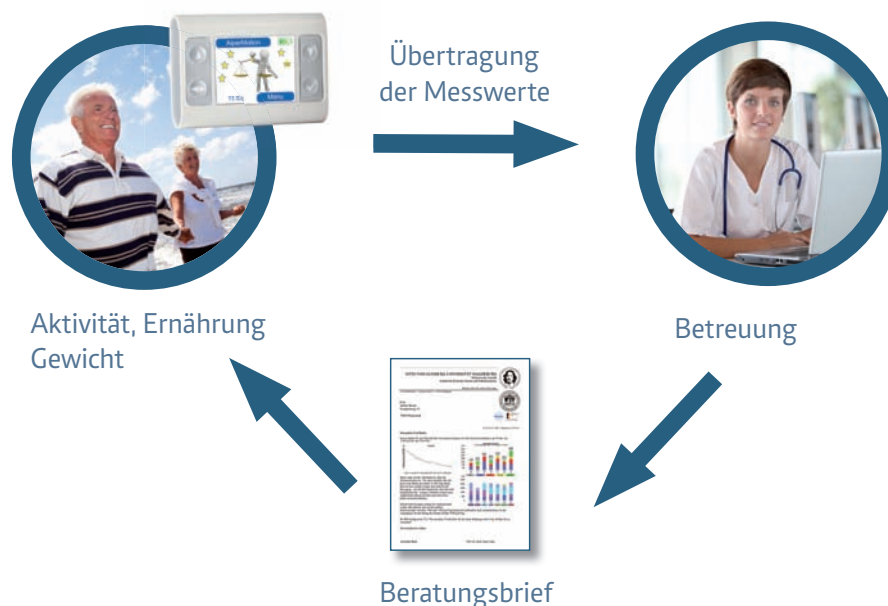
Ein Durchbruch ist das Active Body Control Programm (ABC Programm). Kern des Programms ist die Erfassung der körperlichen Aktivität und des Ernährungsverhaltens. Durch Nutzung des Internets wird eine intensive und persönliche Betreuung ermöglicht. Diese telemedizinische Maßnahme wird mit der „dualen Diät“ kombiniert. Auf dem Zusammenwirken beider Maßnahmen beruhen die positiven Effekte auf die Gewichtsabnahme, die Normalisierung pathologischer Werte und den Medikamentenbedarf. Erste Daten zeigen, dass diese Beeinflussung des Lebensstiles endlich auch nachhaltig ist.

Insgesamt erwarte ich aus dieser Konstellation einen relevanten Nutzen bei der Bekämpfung und Prävention des Typ-2 Diabetes mellitus, einhergehend mit einer Kosteneinsparung bei der Behandlung.



## Das Erfolgsgeheimnis

Je intensiver ein Diabetiker betreut wird, desto besser sind die Erfolge. Diabetiker nutzen im ABC-Programm den Energiebilanzrechner AiperMotion 500, der die körperliche Aktivität aufzeichnet und die Mitschrift der Nahrungsaufnahme durch ein einfaches digitales Ernährungsprotokoll ermöglicht. Das Gerät errechnet die aktuelle Energiebilanz und speichert die Daten zur Übertragung per Internet. Die permanente Betreuung übernehmen Ärzte oder von ihnen beauftragte Mitarbeiter. Diese werden zunächst von Prof. Luley geschult und erhalten ein Zertifikat. Für ihre Patienten erzeugen sie dann auf der Internetplattform der Universitätsklinik in Magdeburg wöchentliche, individuelle Betreuungsbriefe zur Information und Motivation. Der Zeitaufwand dafür beträgt 5 - 10 Minuten pro Patient und Woche. Die Qualitätssicherung für das Programm übernimmt Prof. Luley.



Ziel des Programms ist, Typ-2 Diabetiker bei der Veränderung ihres Lebensstils so zu unterstützen, dass ihre Gesundheit nachhaltig verbessert und erhalten wird.

Dabei vereint das Programm die drei Elemente:

- (1) tägliches telemedizinisches Monitoring von Gewicht und körperlicher Aktivität mit wöchentlichem Feedback per Brief
- (2) einmalige Patienten-Schulung zu einer Kombinationsdiät („Magdeburger Duale Diät“), zu den positiven Effekten der Bewegung und zur Handhabung des AiperMotion
- (3) Kostenpflichtigkeit zur Verbesserung der Patienten-Compliance

## Studienergebnisse: Active Body Control Programm

Das Active Body Control Programm zur Lebensstiländerung bei Typ-2 Diabetikern wurde von Prof. Dr. med. Claus Luley an der Universitätsklinik Magdeburg entwickelt und in einer randomisierten, kontrollierten Studie wissenschaftlich nachgewiesen. 87 Patienten mit Diabetes mellitus Typ-2 und einem BMI von 35.3 kg/m<sup>2</sup> (mittleres Alter 59 Jahre) wurden in der Lipidambulanz der Universitätsklinik in eine sechsmo- natige Studie eingeschlossen. 4 Patienten brachen die Studie aus medizinischen Gründen ab.

### Ergebnisse

Von den verbliebenen 83 Patienten hatte nach 6 Monaten jeder einzelne sein Gewicht reduziert. Die mittlere Gewichtsabnahme betrug 10,3 kg, die maximale Gewichtsabnahme 31 kg.

### Weitere Effekte

- Senkung des HbA<sub>1c</sub> Wertes um 0,9 %
- Senkung des durchschnittlichen BMI um 4 kg/m<sup>2</sup>
- Kosteneinsparung durch Medikamentenreduktion in sechs Monaten: 117,- Euro pro Patient

### Nachhaltigkeit

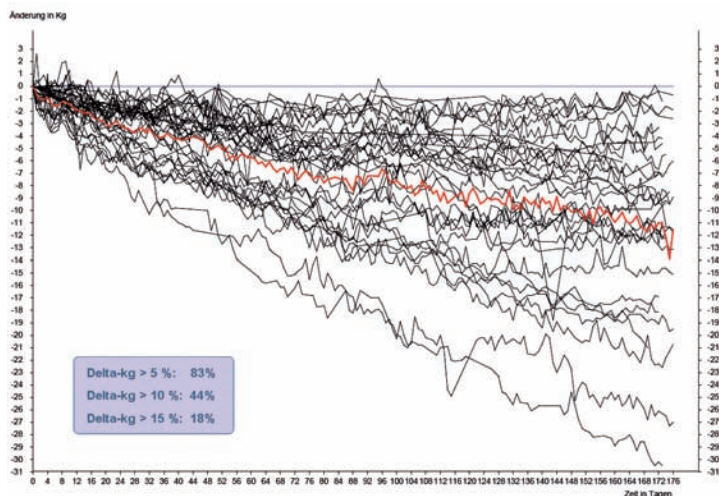
43 Patienten nahmen weitere sechs Monate am Active Body Control Programm teil, wobei ihr Ge- wicht stabil blieb.

Bei 40 Patienten wurde die Intervention nach 6 Monaten beendet. Innerhalb weiterer 6 Monate nahmen diese Patienten 1,4 kg zu. Bei diesem moderaten rebound-Effekt wurde aber ein Wieder- anstieg der Laborwerte und des Medikamentenver- brauches nicht festgestellt.

### Publikation

Weight loss in obese patients with type 2 diabetes: Effects of telemonitoring plus a diet combination - The Active Body Control (ABC) Program, Diabetes Research and Clinical Practice 2010

### Gewichtsabnahme



## Active Body Control für Diabetiker

- ist ein Programm für den Alltag
- hilft, den Lebensstil zu ändern
- bietet permanente Unterstützung und eine engmaschige Betreuung
- verbessert den Gesundheitszustand und erhöht die Lebensqualität
- hat eine nachgewiesene Erfolgsquote
- nutzt modernste Ergebnisse aus der Sensorik und der Informationstechnologie
- ist eine Basis zur Vermeidung von Diabetes-Folgekrankheiten

## Für Anbieter im Gesundheitswesen

- ein neues, innovatives Betreuungsangebot für Ihre Typ-2 Diabetiker
- eine Möglichkeit zur Einsparung von direkten Kosten durch Medikamentenreduktion
- einfach in bestehende Systeme und Programme zu integrieren
- und damit eine Intensivierung der Kundenbindung





**Weitere Informationen zum Programm erhalten Sie hier:**

**Systemanbieter:**

Aipermon GmbH & Co. KG  
Zamdorfer Str. 100  
D – 81677 München

T: +49 (0) 89-97890-0  
F: +49 (0) 89-97890-199  
E-Mail: [info@aipermon.com](mailto:info@aipermon.com)  
[www.aipermon.com](http://www.aipermon.com)

**Wissenschaftliches Konzept:**

Prof. Dr. med. Sabine Westphal  
Institut für Klinische Chemie Uniklinik Magdeburg  
Leipziger Str. 44  
D - 39120 Magdeburg  
Deutschland  
T: +49 (0) 391-67139-50  
E-Mail: [sabine.westphal@med.ovgu.de](mailto:sabine.westphal@med.ovgu.de)

Prof. Dr. med. Dipl. Chem. Claus Luley  
Am Mühlenberg 18d  
D -14542 Werder (Havel)  
Germany  
T: +49 (0) 3327-574752  
E-Mail: [claus.luley@med.ovgu.de](mailto:claus.luley@med.ovgu.de)  
[www.abcprogramm.de](http://www.abcprogramm.de)