

Kurzdarstellung der Dissertationsergebnisse

Klaus Witt 1999

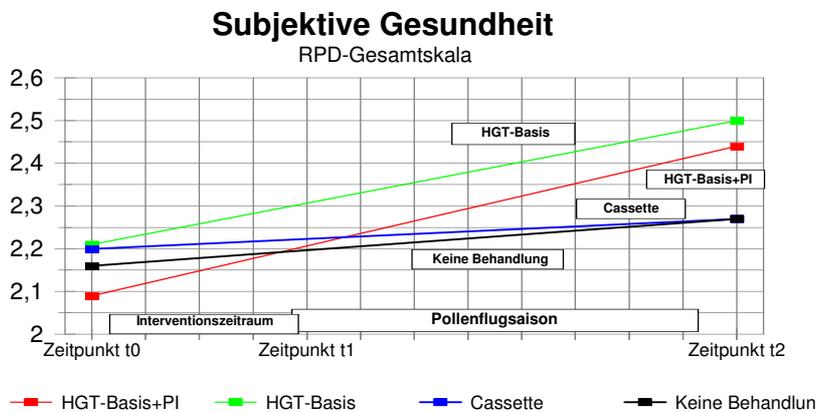
An einer Patientengruppe von 73 Personen wurde in zwei Experimentalgruppen und zwei Kontrollgruppen die Wirksamkeit dieser Methode untersucht. Die Menschen der einen Kontrollgruppe (Cassette) bekamen, um Placeboeffekte überprüfen zu können - eine Behandlung in Form einer Entspannungscassette mit Heilungsimagination. Die Menschen der anderen Kontrollgruppe bekamen keine Trainingsintervention und wurden aufgefordert sich wie gewohnt zu verhalten (Medikation, Karenz etc.).

Die beiden Experimentalgruppen erhielten das Hildesheimer Gesundheitstraining. Die Menschen einer Experimentalgruppe wurden in einer weiteren, zusätzlichen Einzeltherapiestunde mit einer speziellen "Psychischen Impfung" behandelt. Sie wurden angeleitet sich zusätzlich selbst mental zu konditionieren.

Die Studie entsprach einem Einfach-Blind-Ansatz mit objektiver Datenerhebung (Randomisierung).

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Trainings erlebten im Vergleich zu den Menschen der Kontrollgruppen hochsignifikante Verbesserungen in den psychologisch-diagnostischen Meßparametern (Subjektive Gesundheit, Krankheitsbezogene Beeinträchtigung, Symptombelastung).

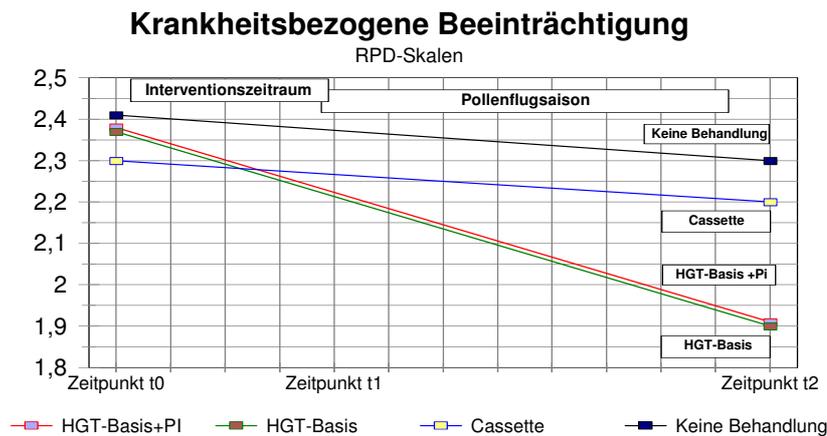
Mittelwertdarstellung der Veränderungen der Subjektiven Gesundheit



Das Rehabilitations-Psychologische-Diagnosesystem berechnet für jede Subklasse den Mittelwert. Diese werden addiert und durch die Anzahl der Subklassen geteilt. Dadurch bleiben Werte im Bereich von 1-4 erhalten (1= trifft nicht zu bis 4 = trifft genau zu).

Auffällig ist, daß sowohl die HGT-Interventionsgruppen, als auch die Kontrollgruppen in ihrer Entwicklung jeweils annähernd parallel verliefen.

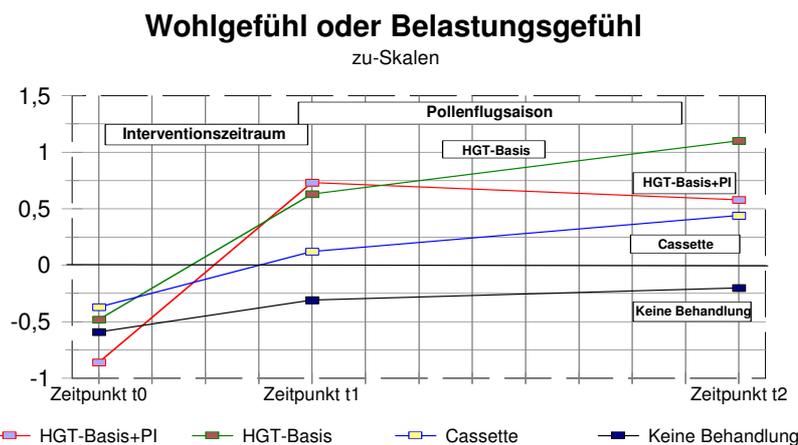
Darstellung der Veränderung der Krankheitsbezogenen Beeinträchtigung



Darstellung der Mittelwerte. RPD Items 1= trifft nicht zu bis 4= trifft genau zu
 t_0 : n = 73, Basis+Pi = 18, Basis = 23, Cassette = 13, Keine Behandlung = 19
 t_2 : n = 66, Basis+Pi = 16, Basis = 22, Cassette = 09, Keine Behandlung = 19

Das Gefühl der subjektiven Beeinträchtigung durch die Erkrankung nahm bei den Teilnehmern des Hildesheimer Gesundheitstrainings ab.

Gestörtes Allgemeinbefinden versus Wohlbefinden



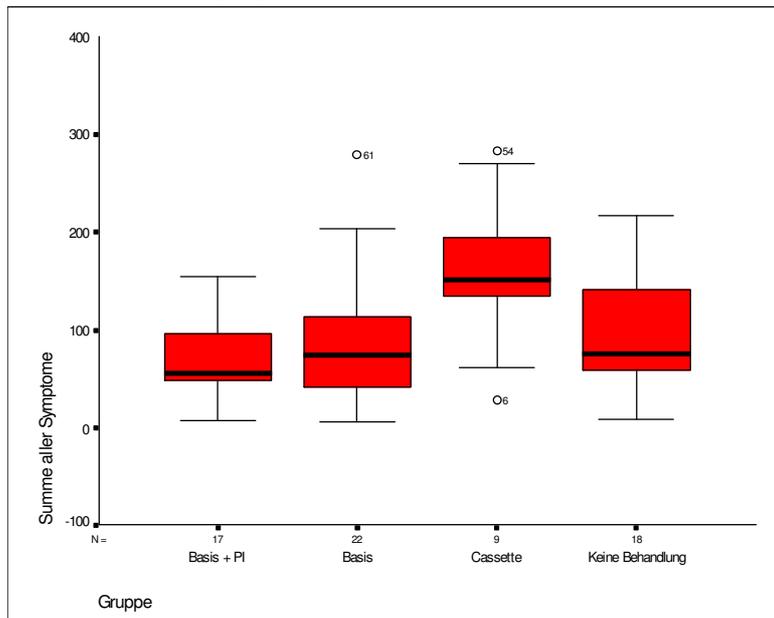
Die Originalskala hat Werte von 1 - 6 (sehr, deutlich, eher, eher, deutlich, sehr), welche in positive und negative Werte von 1 - 3 kodiert wurden. Die Mittelwertdarstellung bewegt sich theoretisch zwischen +3 = Gesundheitsgefühl und -3 Krankheitsgefühl.

t_0 : n = 71, Basis+Pi n = 17, Basis n = 22, Cassette n = 13, Keine Behandlung n = 19
 t_1 : n = 67, Basis+Pi n = 17, Basis n = 21, Cassette n = 11, Keine Behandlung n = 18
 t_2 : n = 64, Basis+Pi n = 16, Basis n = 20, Cassette n = 09, Keine Behandlung n = 19

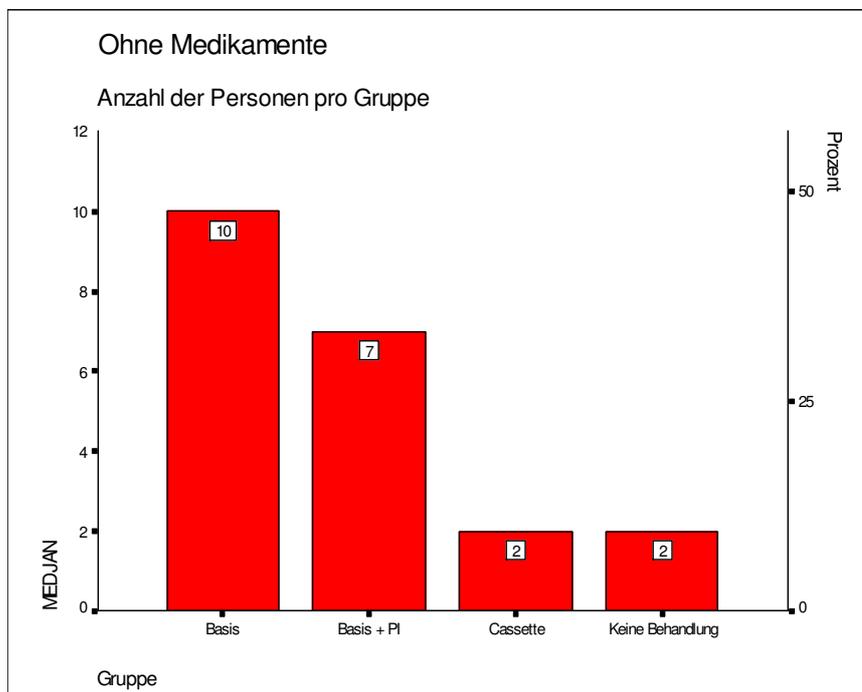
Die Menschen der Trainingsgruppen veränderten ihr subjektives Befinden. Es gelang Ihnen ein Wechsel, weg von einem Belastungsgefühl, hin zu einem wohlfühl, welches auch über die Birkenpollensaison erhalten blieb.

Die Stärke der allergischen Reaktion (sowohl in der Symptomskala als auch im Medikamentenverbrauch) verringerte sich im Vergleich zu den Kontrollgruppen signifikant.

Summe der Symptome



- 1) Jeder Patient wurde aufgefordert ein Symptom-tagebuch zu führen. Das Ausmaß der Beschwerden wurde täglich mit 0 = beschwerdefrei, 1 = leicht, 2 = mittel bis 3 = schwer eingetragen. Die Summe dieser Eintragung wurde für alle Personen und Symptomklassen in einer Datei zusammengefaßt. Die dargestellten Werte berechnen sich aus dieser Datei. Die theoretisch mögliche Spannweite reicht von 0, bis 56 Tage x 3 Ausprägungen x 4 Symptommöglichkeiten = 672.
- 2) Von insgesamt 73 Probanden haben 66 ein Tagebuch geführt (n=66). Alle Probanden hatten mindestens ein Symptom.



Die Prozentwerte beruhen auf der Anzahl der Tagebücher. Jede Person, die während der 56 Tage kein einziges Medikament nutzte, wurde gezählt und dargestellt.

Prozente im Verhältnis zur jeweiligen Gruppe:

Interventionsgruppen:

HGT-Basis+PI: 41% HGT-Basis: 45%

Kontrollgruppen:

Cassettengruppe: 22% Keine Behandlung: 11%

Die Erwartung meiner medizinischen Kollegen, daß die Menschen aufgrund der Trainingsteilnahme weniger Medikamente einnehmen würden und deshalb stärkere Symptome haben würden, wurde bei den Menschen der Placebogruppe erfüllt, jedoch nicht bei den Teilnehmern der Interventionsgruppen. Sie erreichten Verbesserungen in beiden Bereichen. Die Menschen der Kontrollgruppe blieben dagegen nahezu konstant in ihrem Medikamentenverbrauch und in der Symptomausprägung. Das ist besonders Bemerkenswert, da die Menschen der Kontrollgruppe somit trotz Medikation stärkere Symptome erlebten.

Eine weitere anfängliche Vermutung, daß die Menschen der HGT-Gruppen lediglich einen Wechsel von starken Medikamenten (Antihistamin) zu schwächeren Medikamenten (Nasentropfen) erleben würden, ist übertroffen worden. In allen Medikamentenklassen und Symptomklassen verringerte sich bei den Trainingsteilnehmern im Vergleich zu den Menschen der Kontrollgruppen sowohl die Medikation als auch die Symptombelastung.

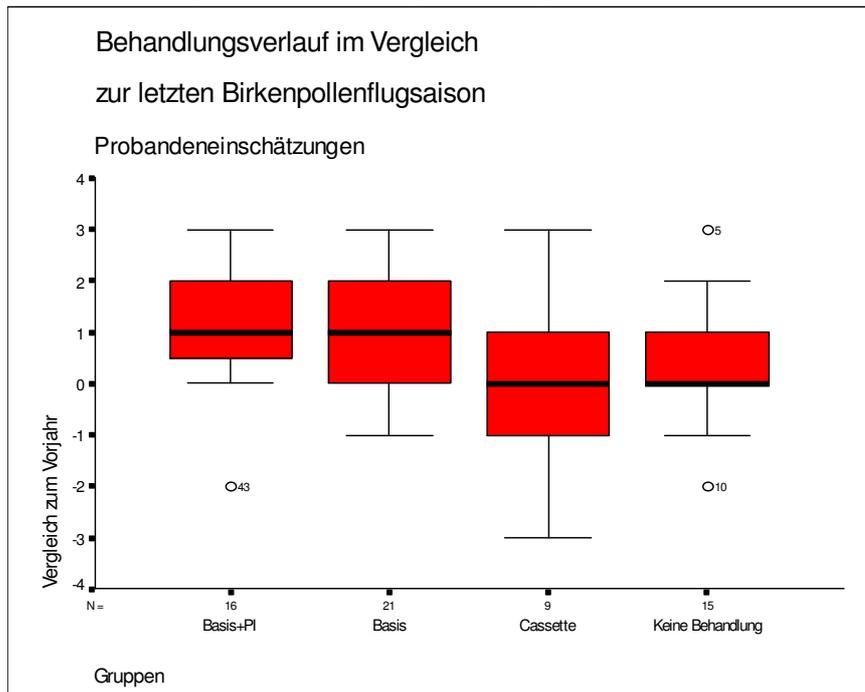
Die Trendauswertung zeigte bei der Kontrollgruppe: Keine Behandlung eine deutliche Verschlechterung. Dieser Trend entsprach möglicherweise der höheren Pollenkonzentration der Saison. Dabei gab es noch eine Besonderheit einer Probandin der Kontrollgruppe: Keine Behandlung. Diese Frau hatte als einzige in dieser Gruppe keine Symptome und benötigte keine Medikamente. In den Interventionsgruppen waren es deutlich über 50%. Sie war somit vermutlich Ursache für den einzigen positiven Trend in dieser Gruppe. In den freien Fragen gab sie an, während des Interventionszeitraumes eine psychokinesiologische Behandlung gemacht zu haben.

Vermutlich ist der Effekt des Hildesheimer Gesundheitstrainings größer, als in der Studie nachgewiesen, da die Menschen, die zwar eine Verbesserung verspürten, jedoch noch Symptome aufwiesen, ja nicht wissen konnten, wie schlecht es ihnen hätte gehen können. Der einzelne Mensch hat ja keinen Vergleich und beurteilt daher kleine Symptome als noch nicht eingetretene Wirkung.

Die Trainingsabsolventen erlebten hochsignifikante Verbesserungen im seelischen Befinden, im körperlichen Befinden und im Vergleich zur vorjährigen Birkenpollenflugsaison, obwohl die Birkenpollenbelastung stärker ausfiel als im Jahr zuvor.

Die Teilnehmer der Kontrollgruppe blieben konstant symptomatisch.

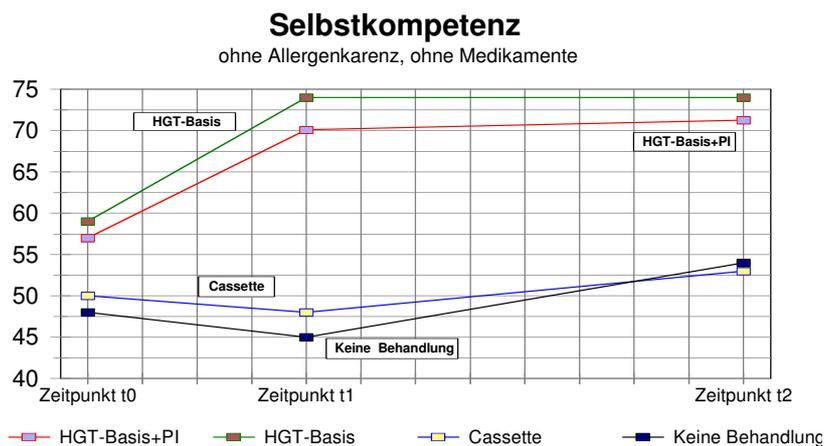
Veränderungseinschätzung im Vergleich zur letzten Birkenpollensaison:



Wie die obige Abbildung zeigt, erreichten die Trainingsteilnehmer eine signifikante Verbesserung, während die Menschen der Kontrollgruppen konstante Werte aufwiesen. Dieser Effekt spiegelte sich auch noch nach der Birkenpollensaison in der Einschätzung der Selbstkompetenz, einfluß auf die Erkrankung ausüben zu können.

Darstellung der Mittelwertveränderung der "Einschätzung der eigenen Einflußmöglichkeiten auf die allergische Immunantwort ohne Allergenvermeidung und ohne Medikamente."

Darstellung der Entwicklung des Selbstkompetenzerlebens:



Die Werte reichen von 0% bis 100%.

t₀: n = 73, Basis+PI n = 18, Basis n = 23, Cassette n = 13, Keine Behandlung n = 19

t₁: n = 71, Basis+PI n = 18, Basis n = 23, Cassette n = 13, Keine Behandlung n = 17

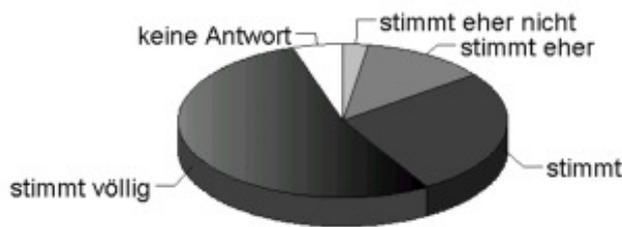
t₂: n = 66, Basis+PI n = 16, Basis n = 22, Cassette n = 09, Keine Behandlung n = 19

Der Zuwachs an eigenen Einflußmöglichkeiten auf die allergische Immunantwort ohne Allergenkaranz und ohne Medikamente stieg bei den Menschen, die am Hildesheimer Gesundheitstraining teilgenommen haben, signifikant an und blieb konstant, während die Menschen der Kontrollgruppen keine Veränderungen durchmachten. Der Anstieg zum Zeitpunkt t2 bei den Menschen der Kontrollgruppen war zu erwarten, da nach der Birkenpollensaison eine Entlastung durch die nicht mehr vorhandenen Allergene vermutlich zu einer Erhöhung der subjektiven Einschätzung der Selbstkompetenz führen kann.

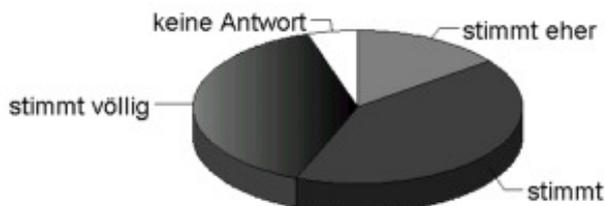
Die Akzeptanz des Trainings:

Das Hildesheimer Gesundheitstraining wurde von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern im Großen und Ganzen als angenehm und hilfreich eingeschätzt. Besonders die gesundheitsunterstützenden Tranceinduktionsübungen kamen sehr gut an.

Ich würde anderen Menschen eine Teilnahme am HGT empfehlen!



Ich finde die Cassetten/ Aufnahmen hilfreich!



Dr. Klaus Witt

Baumschulenstr. 23, 22941 Bargtheide, Tel. 04532 501651, Fax 04532 501652