Master-Thesis, Hochschule Fulda, Fachbereich Oecotrophologie, Wintersemester 2013

# Gesundheitsportal – ein mögliches Instrument zur Gesundheitskommunikation im Setting Hochschule?

Monika Kohl

## Zusammenfassung

### Hintergrund und Ziel

Die Bevölkerungsgruppe der Studierenden zählt in Deutschland zu den gesundheitsprivilegierten Gruppen. Daten zum Gesundheits- und Risikoverhalten zeigen jedoch deutlich, dass dennoch Handlungsbedarf besteht. Jugendliche und junge Erwachsene sind mit dem Medium Internet bestens vertraut. Webbasierte Interventionen im Setting Hochschule (HS), die zum Ziel haben, gesundheitsbezogene Verhaltensweisen der Studierenden positiv zu verändern, könnten ein großes Potential für die Gesundheitsförderung und Prävention darstellen. Es besteht z. B. die Möglichkeit Medienkampagnen zur Wissensvermittlung und/oder webbasierte Gesundheitsinterventionen durchzuführen, die eine Verhaltensänderung bei der Zielgruppe anregen sollen. So ist das Ziel der Arbeit, zu erschließen, ob webbasierte präventive Interventionen wirksam sind und welche Kriterien an ein Gesundheitsportal im Setting Hochschule gelegt werden. Auf Basis dieser Ergebnisse wird ein Konzept für ein Gesundheitsportal für die Hochschule Fulda entwickelt und die Frage beantwortet, ob ein Gesundheitsportal ein geeignetes Instrument darstellt, um gesundheitsrelevante Themen unter Studierenden zu kommunizieren.

### Methode

Es wurde in drei Datenbanken nach randomisiert kontrollierten Studien (RCTs), systematischen Reviews und Metaanalysen gesucht, die die Wirksamkeit von webbasierten Interventionen auf das Gesundheitsverhalten von Studierenden im Setting Hochschule analysierten. Die Qualität der Arbeiten wurde anschließend anhand von Checklisten bewertet. Des Weiteren wurde ein bereits bestehendes studentisches Gesundheitsportal qualitativ nach festgelegten Bewertungskriterien (Präsentation, Attraktivität, Qualität der Website) analysiert. Auf Basis der dargelegten Ergebnisse wurde zudem ein Grobkonzept für ein Gesundheitsportal an der Hochschule Fulda erarbeitet.

### Ergebnisse

Eingeschlossen wurden sechs RCTs sowie eine Metaanalyse. Die Metaanalyse ergab, dass computerbasierte Interventionen wirksam sein könnten, den Alkoholkonsum unter Studierenden zu reduzieren. Das Verzerrungspotential der Studie wurde als niedrig eingeschätzt. Drei RCTs analysierten die Wirksamkeit von webbasierten personalisiertem Feedback auf den Alkoholkonsum. Zwei Studien mit guter Qualität kamen zu konträren Ergebnissen: Ein RCT berichtete nach sechs Monaten von einer Reduzierung in der Gesamttrinkmenge um elf Prozent. In der zweiten Studie konnten nach zwölf Monaten keine Effekte festgestellt werden. Eine Studie mit hohem Verzerrpotential konnte direkt nach einer zwölfwöchigen Intervention eine Reduzierung der Trinkmenge pro Gelegenheit feststellen.

Ein RCT von schlechter Qualität zur Wirksamkeit eines webbasierten Programms auf den Alkoholkonsum konnte zwar eine Erhöhung des Alkoholkonsums feststellen, jedoch signifikant weniger im Vergleich zur Kontrollgruppe. Zwei RCTs untersuchten eine webbasierte Intervention auf das Ernährungsverhalten: Ein RCT von moderater Qualität konnte nach drei Monaten Unterschiede in den BMIs (Body Mass Index) feststellen; ein RCT von schlechter Qualität konnte eine Verbesserung des Ernährungsverhaltens in der Interventionsgruppe identifizieren. Die qualitative Analyse der Gesundheitswebsite ergab, dass lediglich 8 von 16 Qualitätskriterien erfüllt worden sind. Informationen wie Veröffentlichungsdatum, letztes Aktualisierungsdatum, AutorInnen usw. wurden auf der Website nicht angegeben. Im Konzept für das Gesundheitsportal der Hochschule Fulda wurden länger- und kurzfristige Ziele formuliert. Kurzfristige Ziele stellten den Aufbau eines Gesundheitsportals als Kommunikationsmittel rund um gesundheitsbezogene Themen und die Erhöhung des Wissens von Studierenden über den Zusammenhang von Risikofaktoren bzw. protektiven Faktoren und Gesundheit dar.

**Schlussfolgerung**

Es wurden nur wenige Hinweise gefunden, dass webbasierte Interventionen einen günstigen Einfluss auf das Ernährungsverhalten haben könnten. Aufgrund der geringen Anzahl der eingeschlossenen Studien und der qualitativen Bewertung wurde die Evidenz als möglich bis unzureichend bewertet. Es wurde aufgrund von Studien mit hoher Qualität und wenig gegenteiligen Effekten als überzeugend eingeschätzt, dass webbasierte Interventionen zur Alkoholprävention wirksam sein könnten. Die Evidenzeinschätzung sollte allerdings aufgrund der geringen Studienzahl und der eingeschränkten Literaturrecherche mit Vorsicht interpretiert werden. Die Evaluation des Gesundheitsportals ergab, dass nicht alle wichtigen Qualitätskriterien erfüllt wurden. Die Qualität wurde als moderat eingestuft. Hochschulen als wissenschaftliche Einrichtungen sollten besonders auf eine hohe Qualität ihrer gesundheitsbezogenen Websites achten. Insgesamt gesehen könnte aus Public Health Sicht ein Gesundheitsportal an der Hochschule Fulda aufgrund der dargelegten Ergebnisse von großem Nutzen sein, sodass empfohlen wird, das Grobkonzept für das Portal weiterzuentwickeln. Ein Gesundheitsportal stellt somit durchaus eine geeignete Maßnahme dar, um gesundheitsrelevante Themen unter Studierenden zu kommunizieren.

**Schlüsselwörter**

Gesundheitsverhalten, webbasierte Intervention, Wirksamkeit, Studierende, Public Health