I-PREGNO – Ein europäisches Gemeinschaftsprojekt: Gesundheit in der Schwangerschaft und nach der Geburt

Eva Boehlke

Bild: Uni Graz/Marija Kanizaj

Projektteam

Prof. Dr. Mireille van Poppel
Prof. Dr. Jörg Wolstein
Prof. Dr. Johanna Löchner
Dr. Ansgar Opitz
Eva Boehlke, M.Sc.
Lea Vogel, M.Sc.
Carmen Henning, M.Sc.
Caroline Seiferth, M.Sc.
…

Deutsches Jugendinstitut
UNIVERSITÄT GRAZ
UNIVERSITY OF GRAZ
Vrije Universiteit Brussel
GEFÖRDERT VOM
Bundesministerium für Bildung und Forschung
PROJEKTPARTNER
Nationales Zentrum Frühe Hilfen
ÖGE

Hintergrund

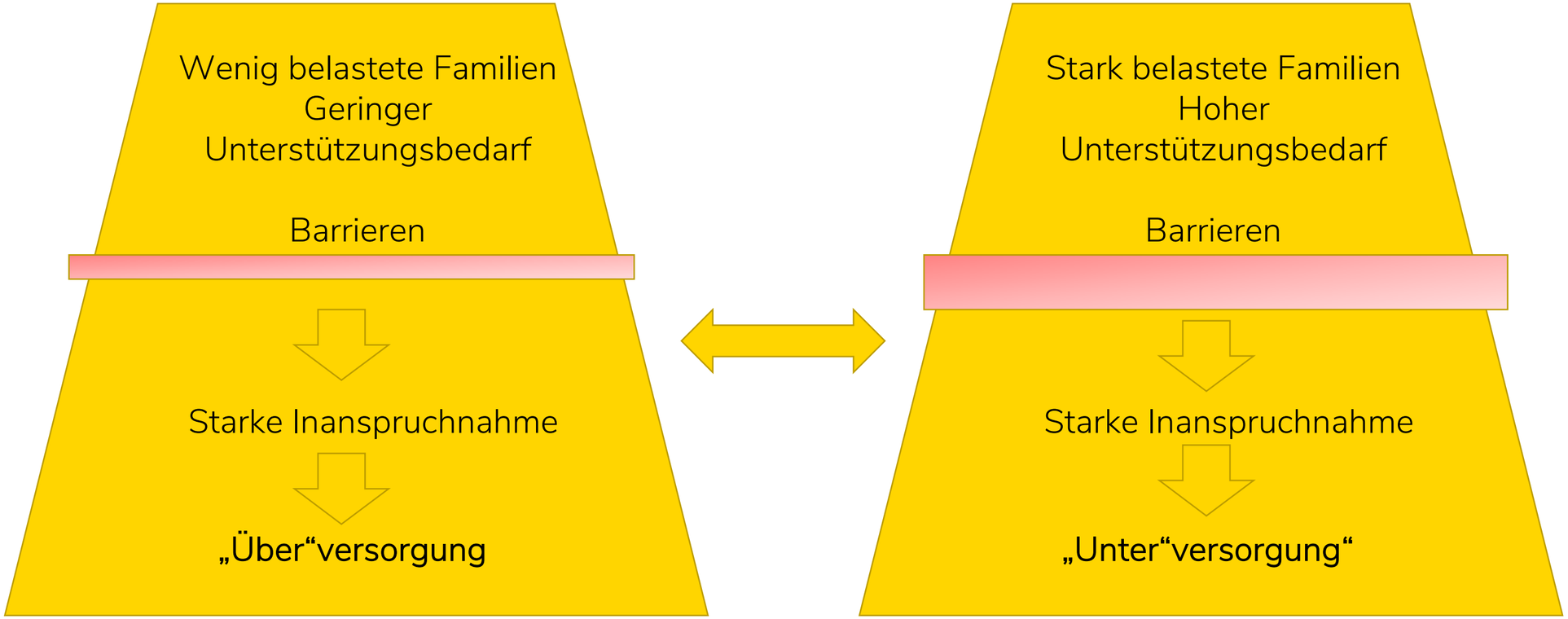
- Zeit während der Schwangerschaft und nach der Geburt = kritische Lebensphase für die Gesundheit der Eltern (u.a. Gewicht, Ernährungs-, Schlaf und Bewegungsverhalten, mentale Gesundheit) (Corder et al., 2020; Saxbe et al.,2018)
- (werdende) Mütter:
  - Ca. 75% der Frauen nehmen während der Schwangerschaft mehr Gewicht zu als empfohlen (Biesmans et al., 2013)
  - 12 Monate nach der Geburt sind etwa 20 % der Frauen >5 kg schwerer als vor der Schwangerschaft (Biesmans et al., 2013)
- (werdende) Väter:
  - Risiko einer ungesunden Gewichtsentwicklung beim Übergang zur Elternschaft
  - Gewichtzunahme während der Schwangerschaft ihrer Partnerin (0,9 ± 2,6 kg), manche sogar um fast 10 kg (Versele et al., 2023)
  - Gewichtszunahmen bleiben bis zu 6 Monate nach der Geburt erhalten (Haugen et al., 2014)

Hintergrund

- Kinder:
  - Ersten 1000 Tage ihres Lebens sind entscheidend für Risiko, chronische Krankheiten zu entwickeln (Anderson & Keim, 2016)
  - Wachstum und Gewichtsentwicklung hängen von den elterlichen Fütterungspraktiken und positiven Eltern-Kind-Interaktionen ab (Anderson & Keim, 2016)
- Studien zeigen, dass bestehende Programme zur Förderung der Familiengesundheit die Bedürfnisse und Lebensrealitäten von Personen mit **hoher psychosozialer** Belastung nicht berücksichtigen (Hollis et al., 2015; Ulrich et al., 2022; Ulrich et al., 2023)

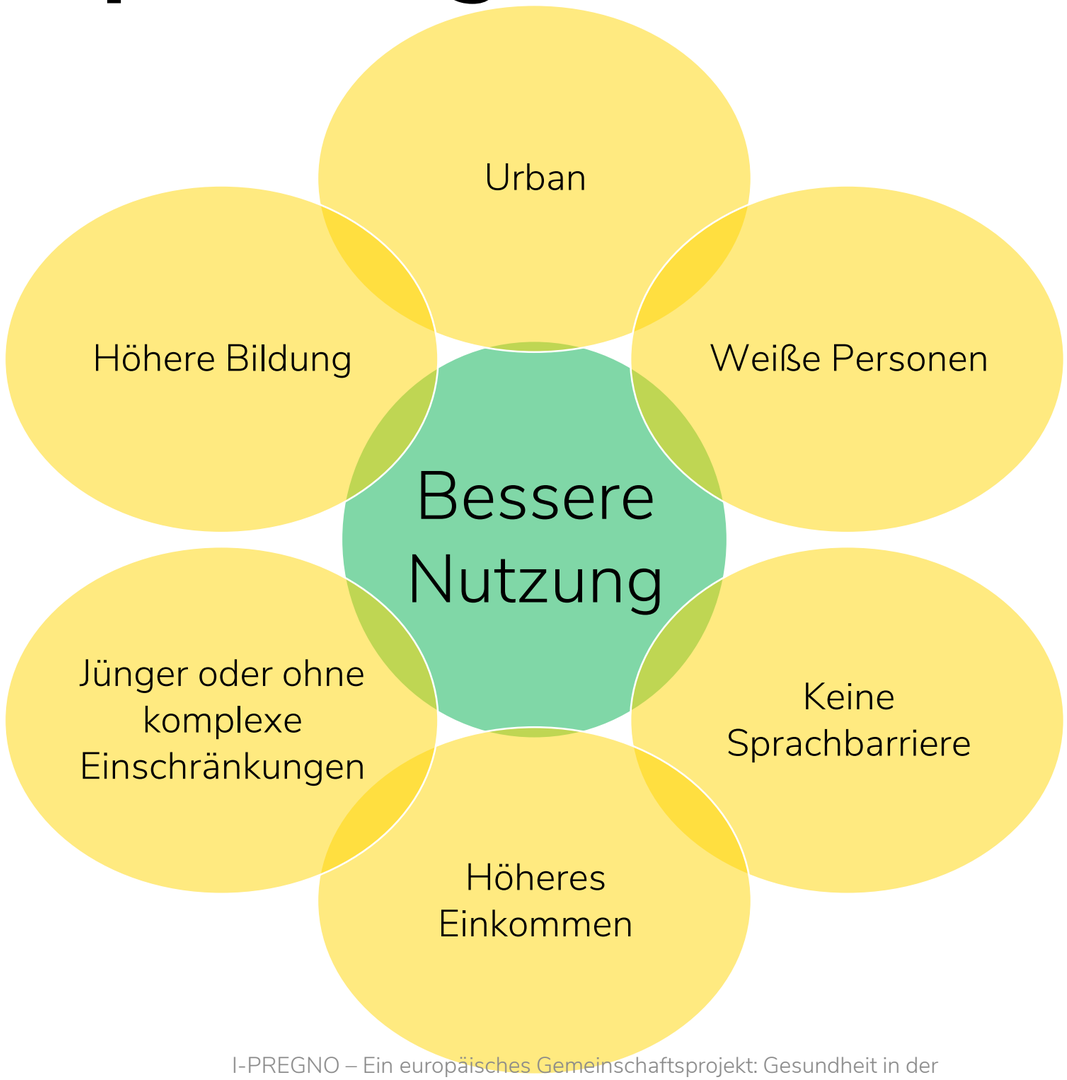
➢ Entwicklung und Evaluierung von **I-PREGNO Intervention** um Ernährungs- und Gesundheitsverhalten sowie psychische Gesundheit zu fördern

Präventionsdilemma



Altgeld (2021)

Equity within digital health technology within the European Region



WHO (2022)

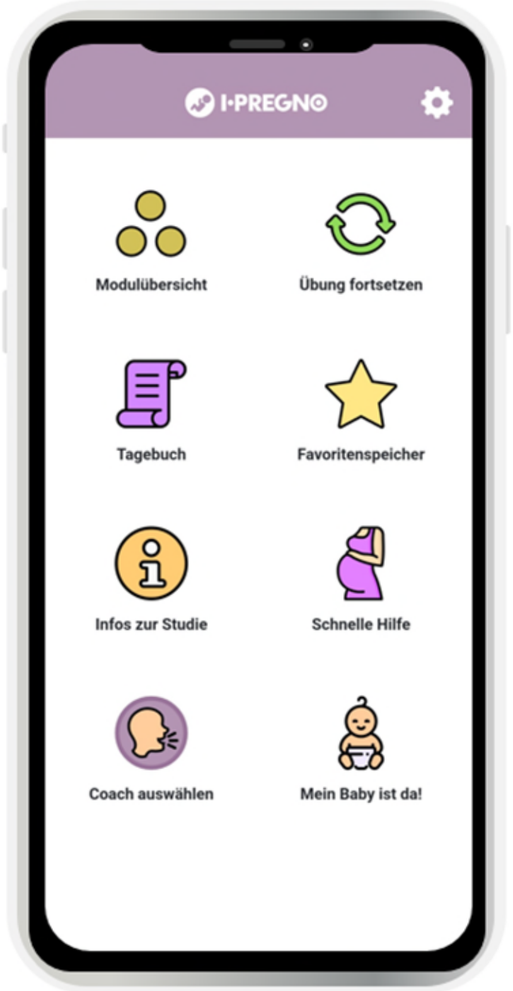
Intervention: Blended Counseling

Smartphone-App

+

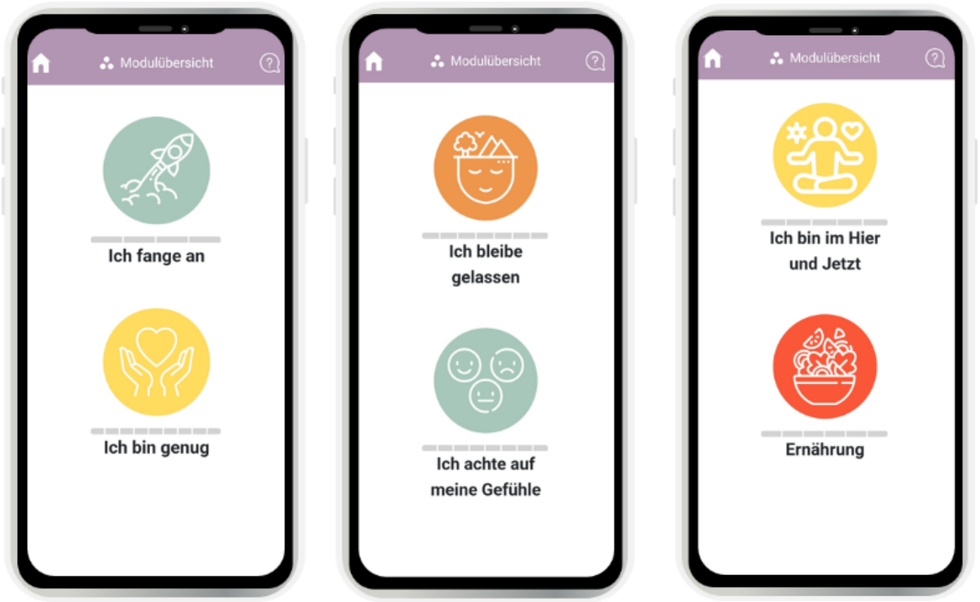
Persönliche Beratung: Integration der I-PREGNO Themen

I-PREGNO-App



- App-Inhalte sind an die Bedürfnisse der Familien angepasst
- Entwicklung in Zusammenarbeit mit Fachkräften und psychosozial belasteten Familien
- Vertrauensvoller und datenschutzkonformer Umgang mit Daten

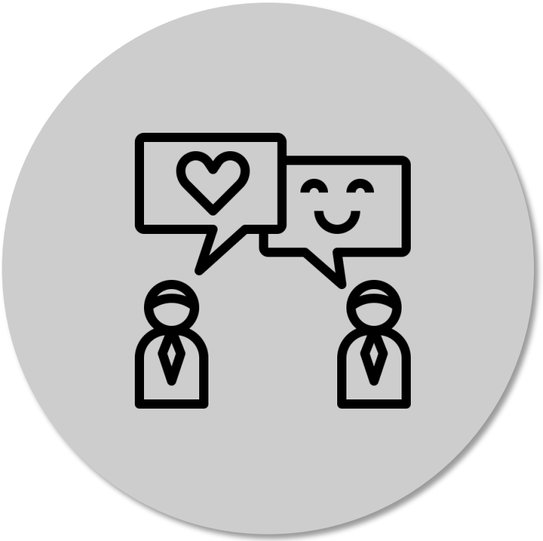
I-PREGNO-App



0 Module

- Einführung
- Selbstwertgefühl
- Stressbewältigung
- Emotionsregualtion
- Selbstwirksamkeit
- Soziale Unterstützung
- Achtsamkeit
- Ernährung
- Bewegung
- Abschluss

Persönliche Beratung



- **Persönliche Beratungsgespräche** mit den Familien zu gesundheitsrelevanten Themen
  - Integriert in die regulären Gesprächsinhalte- und formen
  - 7 Gesundheitsmessages
- Fokus: Umsetzung des Gelernten im Alltag, Hindernisse herausarbeiten
- Methode: Motivierende Gesprächsführung
  - Schulung

7 Gesundheitsmessages

Ernährungsmerksätze:

- Wasser ist DAS Getränk
- Vielfalt braucht nicht viel sein
- Bunt und gesund: pflanzliche Lebensmittel
- Snacks und Fastfood – die (un)heimlichen Verführer
- Die gute Portion Fleisch finden

Aktivitätsmerksätze:

- Lust an der Bewegung und weniger sitzen
- Trainiere deine Kraft

Studienablauf

Ziel: gesundes Gewichtsmanagement, Wohlbefinden und Resilienz aufrechterhalten bzw. fördern

Zielgruppe: psychosozial belastete Eltern

2 cRCT an zwei Studienstandorten

Deutschland

- Beginn: 1. Lebensjahr Kind
- Ende: 12 Wochen nach Baseline
- Gesundheitsfachkräfte: im Rahmen des nationalen Frühförderungsprogramms „Frühe Hilfen“

Österreich

- Beginn: 18.-22. SSW
- Ende: 8 Wochen nach Geburt
- Gesundheitsfachkräfte: Hebammen im allgemeinem Gesundheitssystem

Studienablauf - Fachkräfte

Anmeldung Hebamme

Fachkraft **meldet sich** für die Studie **an** und wird zufällig einer Gruppe zugelost.

Intervention

Kontroll-gruppe

Anmeldung Familien

Hebamme **informieren** Familien für die Studie aus (Anmeldung bei Vereinbarung MKP Gespräch), diese können sich **anmelden**

Intervention

Schulung (5h)
(Gesprächsführung, I-PREGNO Kernbotschaften Bewegung, Ernährung)

Intervention

Familien nutzen die App + I-PREGNO Themen in die Beratung integrieren

Kontrollgr.

Keine Änderung zur regulären Begleitung

Kontrollgr.

Schulung (5h)
(Gesprächsführung, I-PREGNO Kernbotschaften Bewegung, Ernährung)

Studienablauf - Familien

An-meldung

Familien werden von den Hebammen über Studie informiert und melden sich an.

Beginn

Frage-bogen 1 ausfüllen

Intervention

Kontroll-gruppe

Kurz vor Geburt

Frage-bogen 2 ausfüllen

Ende Inter-vention

Frage-bogen 3 ausfüllen

Follow-Up

Frage-bogen 4 ausfüllen

App wenn gewünscht

Beginn | 18.-22. SSW | 5 Wochen vor Geburt | 8 Wochen nach Geburt | 5 Monate nach Geburt

Einschlusskriterien und untersuchte Faktoren

Einschlusskriterien

- Kein Partner
- Finanzielle Sicherheitsleistungen
- Niedriger Bildungsabschluss

Outcomes

- Gesundheitsfaktoren
  - BMI
  - Bewegungsverhalten (IPAQ)
  - Ernährungsverhalten (FFQ & DEBQ)
- Psychologische Faktoren
  - Depression (EPDS)
  - Parental Stress (PSI-FF)
  - Emotionsregulation (DERS-SF)
  - Selbstwirksamkeit (GSE)

Stichprobe

Rekrutierung

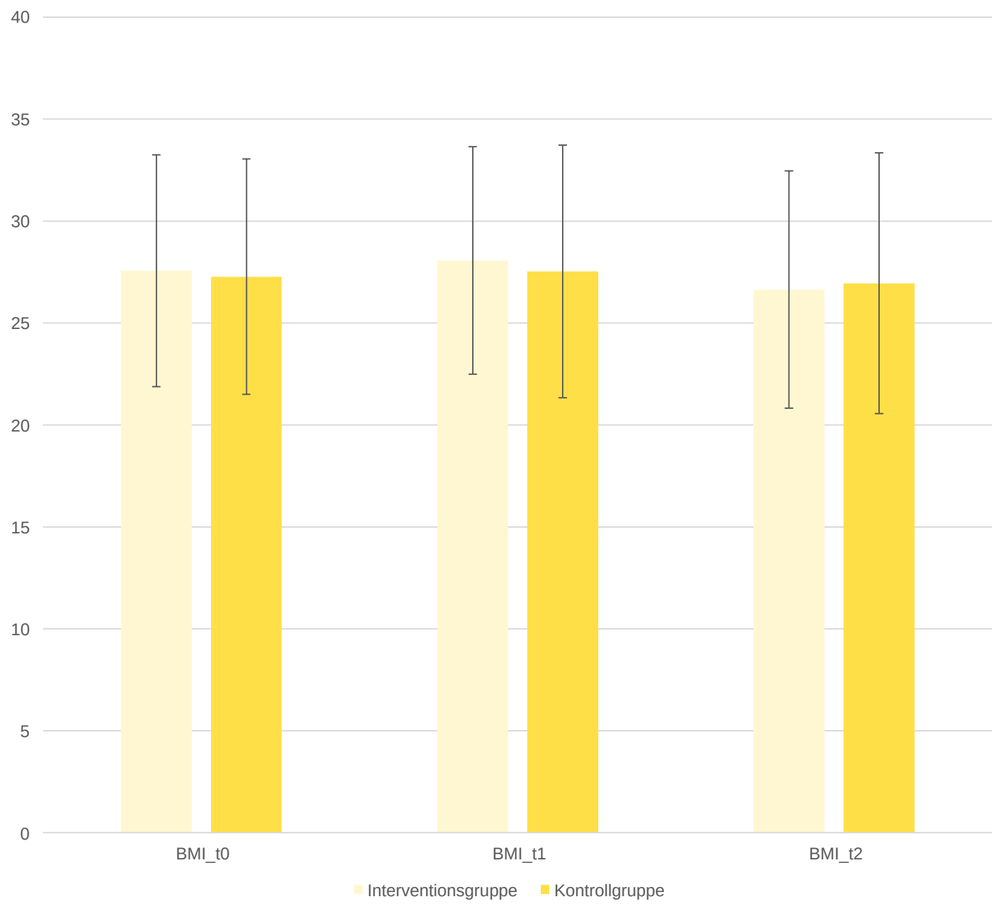
- N = 80 Teilnehmerinnen (IG = 32; CG = 49)
- Ausgeschlossen wegen Sprachbarriere= 13
- Interested > 250
- Einschlusskriterien(n IG/n CG)
  - Kein Partner(2/3)
  - Finanzielle Sicherheitsleistungen (13/25)
  - Niedriger Bildungsabschluss (24/25)

Beschreibung

- Alter
  - IG: M=32.16 (SD= 4.73)
  - CG: M=32.54 (SD=4.25)
- BMI
  - IG: M=28.63 (SD= 7.98)
  - CG: M=27.5 (SD=5.9)

Ergebnisse BMI

- n = 40
- Mixed ANOVA
- Keine signifikanten Ergebnissen



Fazit

- Präventionsdilemma

- Erreichbarkeit von psychosozial belasteten Familien erschwert

→ Vergleich deutscher Trial: Besser wenn bestehende Strukturen genutzt werden

- Kein Interventionseffekt für Gewicht
  - Effekte von anderen Variablen noch offen

DANKE für Ihre Aufmerksamkeit!
Welche Fragen haben Sie?

Kontaktdaten:
Eva Boehlke MSc, BSc
Institut für Bewegungswissenschaften, Sport & Gesundheit,
Universität Graz
eva.boehlke@uni-graz.at

2023 © Universität Graz
Bilder: Uni Graz/Kanizaj.

Quellen

Altgeld, T. (2021). Präventionsparadox und Präventionsdilemma: Konsequenzen für die Praxis. *Public Health: Disziplin–Praxis–Politik*, 215-231.

Anderson, S. E., & Keim, S. A. (2016). Parent–child interaction, self-regulation, and obesity prevention in early childhood. *Current obesity reports*, *5*, 192-200.

Biesmans, K., Franck, E., Ceulemans, C., Jacquemyn, Y., & Van Bogaert, P. (2013). Weight during the postpartum period: what can health care workers do?. *Maternal and child health journal*, *17*, 996-1004.

Corder, K., Winpenny, E. M., Foubister, C., Guagliano, J. M., Hartwig, X. M., Love, R., ... & Van Sluijs, E. M. (2020). Becoming a parent: A systematic review and meta-analysis of changes in BMI, diet, and physical activity. *Obesity Reviews*, *21*(4), e12959.

Haugen, M., Brantsæter, A. L., Winkvist, A., Lissner, L., Alexander, J., Oftedal, B., ... & Meltzer, H. M. (2014). Associations of pre-pregnancy body mass index and gestational weight gain with pregnancy outcome and postpartum weight retention: a prospective observational cohort study. *BMC pregnancy and childbirth*, *14*(1), 1-11.

Hollis, C., Morriss, R., Martin, J., Amani, S., Cotton, R., Denis, M., & Lewis, S. (2015). Technological innovations in mental healthcare: harnessing the digital revolution. *The British Journal of Psychiatry*, *206*(4), 263-265.

Saxbe, D., Rossin-Slater, M., & Goldenberg, D. (2018). The transition to parenthood as a critical window for adult health. *American Psychologist*, *73*(9), 1190.

Ulrich, S. M., Renner, I., Lux, U., Walper, S., & Löchner, J. (2022). Families with Increased Parenting Stress and Conflict Potential: a Target Group for Psychosocial Support Services?. *Gesundheitswesen (Bundesverband der Arzte des Offentlichen Gesundheitsdienstes (Germany))*.

Ulrich, S. M., Walper, S., Renner, I., & Liel, C. (2022). Characteristics and patterns of health and social service use by families with babies and toddlers in Germany. *Public health*, *203*, 83-90.

Versele, V., Stas, L., Aerenhouts, D., Deliens, T., Clarys, P., Gucciardo, L., ... & Devlieger, R. (2023). Changes in maternal and paternal body composition during the transition to parenthood (TRANSPARENTS). *Obesity*, *31*(1), 225-233.

World Health Organization. (2022). Equity within digital health technology within the WHO European Region: a scoping review. *Equity within digital health technology within the WHO European Region: a scoping review*.