

**Wer wir sind:****Studienleitung Reduct**

- Prof. Dr. Martin Teufel, Universität Duisburg-Essen
- Dr. Johanna Graf, Universitätsklinikum Tübingen
- Prof. Dr. Yesim Erim, Universitätsklinikum Erlangen

**Kooperierende Studienzentren**

- Universitätsmedizin Essen
- Universitätsklinikum Tübingen
- Universitätsklinikum Erlangen
- Universitätsklinikum Freiburg
- Universitätsmedizin der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz
- Klinikum r. d. Isar, Technische Universität München
- Universitätsmedizin Leipzig

**Anschrift:****LVR-Klinikum Essen**

Kliniken und Institut der Universität Duisburg-Essen  
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
Prof. Dr. Martin Teufel  
Virchowstr. 174, 45147 Essen  
martin.teufel@uni-due.de

Wenn Sie Interesse haben, an der Studie teilzunehmen, melden Sie sich unter: **reduct@uni-due.de** oder unter **0201/438 755 228**

Wir freuen uns auf Sie!  
Weitere Informationen zu  
**Reduct** und **Make It** finden Sie unter  
**reduct-studie.de**

oder per QR-Code:

**LVR-Klinikum Essen**

Kliniken und Institut der Universität Duisburg-Essen  
Virchowstraße 174, 45174 Essen  
klinikum-essen@lvr.de www.klinikum-essen.lvr.de

# Reduct

Besser mit krankheitsbezogenen  
Belastungen umgehen



Erforschung eines digitalen  
Angebots für Patient\*innen  
mit einer Krebserkrankung

## Sehr geehrte Patient\*innen,

unsere **Reduct**-Studie verbindet Behandlung und Forschung. Mit **Reduct** wollen wir Krebspatient\*innen helfen, besser mit krankheitsbedingten Belastungen umgehen zu können.

### Reduct-Studie

Im Rahmen der **Reduct**-Studie bieten wir einer Gruppe von Teilnehmenden (Interventionsgruppe) das sogenannte **Make It** Training an. Eine zweite Gruppe (Kontrollgruppe) erhält die übliche psychoonkologische Behandlung, bei der zusätzlich online unterstützende Informationen vermittelt werden. Sie werden einer der beiden Gruppen zufällig zugeteilt. Vor und nach Abschluss der Interventionen erhalten Sie Fragebögen zu verschiedenen krankheitsrelevanten Themen.

### Was ist das Ziel der Reduct-Studie?

Wir möchten herausfinden, ob ein eigenverantwortliches digitales Training Patient\*innen im Umgang mit einer Krebserkrankung besser hilft und eine größere Unterstützung bei 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 optimierten üblichen Behandlung vergleichen, können wir die Effektivität des digitalen Make It Trainings überprüfen.

## Interventionsgruppe – Make It Training

Das **Make It** Training steht für „**M**indfulness **a**nd **S**kills based **d**istress reduction **t**raining in oncology“. Unser Unterstützungsangebot basiert auf etablierten psychotherapeutischen Methoden aus der kognitiven Verhaltenstherapie, der achtsamkeitsbasierten Stressreduktion und der Akzeptanz- und Commitmenttherapie.

Im Verlauf des **Make It** Trainings können Sie sich hilfreiche Bewältigungsstrategien individuell erarbeiten. Mit interaktiven Arbeitsblättern, Audiodateien und Videos werden Hintergründe zu psychoonkologischen/psychologischen Themen wie Gefühlen, Kraftquellen, Stressmanagement und Selbstzuwendung vermittelt.

### Kontrollgruppe – Optimierte psychoonkologische Behandlung

Die Kontrollgruppe erhält eine optimierte psychoonkologische Behandlung. Optimiert, weil zusätzlich zu der üblichen psychoonkologischen Behandlung online unterstützende Informationen gegeben werden. Die medizinisch vorgesehene Krebsbehandlung bleibt selbstverständlich unverändert.

### Teilnahmevoraussetzungen:

- Alter zwischen 18 und 65 Jahren
- ausreichende Deutschkenntnisse
- in den letzten 12 Monaten oder aktuell von einer Krebserkrankung betroffen
- Internetverbindung und ein internetfähiges Gerät

## Wie läuft die Studie ab?

Zu Beginn der Studie werden Sie einer der beiden Gruppen zufällig zugeteilt. Darauf folgt eine Eingangsbefragung und die Freischaltung Ihres Zugangs zu der Reduct-App bzw. -Website. Über diese erhalten Sie in den folgenden 16 Wochen die psychoedukativen Informationen bzw. können die 16 Module des Make It Trainings bearbeiten. Die 16 Module bestehen aus acht Hauptmodulen und acht ergänzenden Modulen, die im Wechsel wöchentlich für Sie freigeschaltet werden. Nach Ablauf der Interventionen, sowie nach weiteren drei und sechs Monaten erfolgen weitere Befragungen.

## Was kostet Sie die Studie?

Die Teilnahme ist für Sie kostenlos. Die **Reduct**-Studie wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert (Förderkennzeichen: 01KG2021).

GEFÖRDERT VOM



**Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung**