

## Evaluation einer Smartphone-Applikation zu Self-Care für Frauen mit Regelschmerzen bei primärer Dysmenorrhoe: eine randomisierte Studie

### Zusammenfassung:

Smartphone Apps können nützlich sein, um Individuen bei Selbstmanagement-Strategien zu unterstützen. Die primäre Dysmenorrhoe ist ein sehr häufiges Problem bei jungen Frauen. In einer randomisierten kontrollierten Studie wollen wir untersuchen, ob eine Smartphone-App bei 18-34-jährigen Frauen mit primärer Dysmenorrhö wirksam ist. Dazu vergleichen wir eine Kombination der in der App verfügbaren Selbstmanagement-Strategien mit zwei Kontrollversionen dieser App, die auf einzelne Selbstmanagement-Strategien fokussieren. Insgesamt sollen 594 Frauen mit primärer Dysmenorrhö über 12 Menstruationszyklen beobachtet werden. Der primäre Zielparameter ist die mittlere Schmerzintensität an den Tagen mit Schmerzen während der 6. Menstruation nach der Randomisierung mittels einer numerischen Ratingskala (NRS; 0=keine Schmerzen; 10=stärkste denkbare Schmerzen). Geeignet für die Studie sind Frauen, wenn sie an primärer Dysmenorrhö leiden, zwischen 18 und 34 Jahre alt sind, nicht schwanger sind und nicht vorhaben, innerhalb der nächsten 12 Monate schwanger zu werden.

---

#### *Projektleitung:*

Prof. Witt

#### *Projektkoordination:*

Dr. Pach

#### *Wissenschaftliche Mitarbeit:*

Wang

#### *Datenmanagement:*

Icke

#### *Studiensekretariat:*

Bartsch

Eden

#### *Biometrie:*

Roll

#### *Projektdauer:*

2018-2020

#### *Projektstand:*

Hauptphase

#### *Förderung:*

Investigator Initiated Trial

---

#### *Publikationen:*