



Probandeninformation zur Pilotierung eines App-basierten Trainings zur Verbesserung der Lebensqualität bei Reizdarmsyndrom – Mein Reizender Darm

Wir freuen uns über Ihr Interesse an „Mein Reizender Darm“ und laden Sie zur Teilnahme an einer wissenschaftlichen Studie ein, in der untersucht werden soll, ob ein Internet- bzw. App-basiertes Training für Menschen mit Reizdarmsyndrom zur Verbesserung der Lebensqualität beitragen kann.

Ihre Teilnahme an dieser Studie ist freiwillig. Im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Studie entstehen für Sie keinerlei Kosten. Sie können Ihre Teilnahme zu jeder Zeit ohne eine Angabe von Gründen abbrechen, ohne dass Ihnen daraus Nachteile entstehen.

Dieses Informationsblatt klärt Sie über wichtige Punkte auf, die Sie vor der Teilnahme an unserer Studie wissen müssen. Im Folgenden möchten wir Sie über den Zweck und Ablauf der Studie informieren, über mögliche Risiken der Teilnahme und über Datenschutzbestimmungen aufklären.

Ablauf

Sollten Sie sich für eine Studienteilnahme interessieren und am Ende dieser Seite Ihre Einwilligung geben, werden wir Sie auf den nächsten Seiten zunächst bitten, einige Eingangsfragebögen zu bearbeiten. Diese Fragebögen dienen der Erfassung Ihrer derzeitigen Lebensqualität, Symptomschwere und Ihrem körperlichen und seelischen Befinden.

Diese Fragebögen werden wir Sie bitten zu drei verschiedenen Hauptmesszeitpunkten zu bearbeiten: Jetzt in der Vorbefragung, in etwa acht Wochen bzw. nach Abschluss des Programms und in 24 Wochen. In der Befragung in acht Wochen erfragen wir außerdem noch Ihre Zufriedenheit mit dem Programm.

Das Ausfüllen der Eingangsbefragung dauert etwa 20 Minuten. Die Befragungen nach Abschluss des Programms und in 24 Wochen werden jeweils circa 15 Minuten in Anspruch nehmen. Während der Programmnutzung werden wir Sie außerdem bitten, ein Ernährungs- und Symptomtagebuch zu führen, welches etwa fünf Minuten pro Tag in Anspruch nimmt.

Nach der Eingangsbefragung bekommen Sie per Email Zugang zu unserem App-basierten Programm.

Postadresse (Briefe)
TU Dresden, 01062 Dresden
Postadresse (Pakete u.ä.)
TU Dresden
Helmholtzstraße 10
01069 Dresden

Besucheradresse
Sekretariat:
Chemnitz Str. 46
Zimmer 264A
01187 Dresden

Steuernummer
(Inland)
203/149/02549
Umsatzsteuer-Id-Nr.
(Ausland)
DE 188 369 991

Bankverbindung
Commerzbank AG
Filiale Dresden
Konto 800 400 400
BLZ 850 400 00



Zufahrt
Rampe Seiten-
eingang, gekennzeichnet.
Parkfläche im Innenhof



**DRESDEN
concept**
Exzellenz aus
Wissenschaft
und Kultur

Internet
[http://www.psychologie.tu-
dresden.de/i2/klinische/index.html](http://www.psychologie.tu-dresden.de/i2/klinische/index.html)

Das Training „Mein Reizender Darm“

„Mein Reizender Darm“ soll Ihnen dabei helfen, Ihre Lebensqualität mit Reizdarmsyndrom zu verbessern.

Das Training besteht aus acht Sitzungen, wobei wir Ihnen empfehlen, eine Sitzung pro Woche zu absolvieren. Sie können allerdings frei über das Tempo des Trainings entscheiden und dieses langsamer oder schneller durchlaufen.

Innerhalb von „Mein Reizender Darm“ lernen Sie mehr darüber, was das Reizdarmsyndrom ist und wie man seine eigenen Symptome selbst beeinflussen kann. Dabei werden Sie ein Ernährungs- und Symptomtagebuch ausfüllen und Hilfen zur eigenständigen Auswertung bekommen. Dadurch können Sie lernen Ihre Symptomauslöser selbstständig zu entdecken und zu verändern. Weiterhin werden Sie Tipps zu Essensgewohnheiten und Ernährung bekommen, welche die Symptome lindern können. Außerdem lernen Sie Möglichkeiten zum Umgang mit Symptomen wie Entspannungsübungen, Ablenkungsübungen, Gedankenveränderung und Verringerung von Angst kennen. Diese Fertigkeiten sollen Ihnen helfen, besser mit Ihrem Reizdarmsyndrom umgehen zu können und somit Ihre Lebensqualität zu verbessern.

Der erforderliche zeitliche Aufwand für das Training hängt von Ihren Bedürfnissen und Interessen ab. Sie sollten mit einem Aufwand von etwa 25 Minuten pro Sitzung rechnen.

Bitte beachten Sie, dass das vorliegende Programm allein zur Verbesserung der Lebensqualität bei Reizdarmsyndrom gedacht ist. Dies ist nicht hinreichend für eine Diagnostik und stellt keine Behandlung von möglicherweise zugrundeliegenden psychischen Störungen, wie beispielsweise Depressionen oder Angststörungen, dar. Beachten Sie bitte außerdem, dass auch organische Gründe ursächlich für Ihre Darm-Beschwerden sein können, weshalb wir in jedem Fall zu einer ärztlichen Abklärung der Symptome raten.

Mögliche Risiken der Programmteilnahme

Es sind keinerlei Risiken oder negative Folgen im Zusammenhang mit der Teilnahme an einem Training zur Verbesserung der Lebensqualität bei Reizdarmsyndrom bekannt.

Versicherungsschutz

Im Rahmen der vorliegenden Studie besteht grundsätzlich kein Versicherungsschutz gegenüber Studienteilnehmern.

Was geschieht mit meinen Daten?

Näheres dazu, was mit Ihren Daten geschieht, können Sie in der Datenschutzerklärung nachlesen.