

# ACTonPain

Wirksamkeit, Kosteneffektivität und Reichweite einer begleiteten und unbegleiteten online-basierten Akzeptanz und Commitment Therapie (ACT) bei chronischen Schmerzen

## Kurzbeschreibung

Die Akzeptanz und Commitment-Therapie (ACT) ist wirksam in der Behandlung von chronischen Schmerzen. Internet-basierte Schmerzinterventionen könnten eine (kosten-)effektive Möglichkeit darstellen, die Behandlungsbarrieren traditioneller face-to-face Therapien wie Mangel an Verfügbarkeit und Zugänglichkeit zu überwinden. Allerdings ist wenig über die (Kosten-)Effektivität und die Reichweite von Internet-basierten Schmerzinterventionen im Allgemeinen und die (Kosten-)Effektivität begleiteter (guided) und unbegleiteter (unguided) Schmerzinterventionen im Speziellen bekannt. ACTonPain zielt auf die Untersuchung der Wirksamkeit und der Kosteneffektivität begleiteter und unbegleiteter ACT-basierter Online-Interventionen für Personen mit chronischen Schmerzen (ACTonPain).

Untersucht werden u.a. in einer pragmatischen dreiarmligen randomisiert-kontrollierten Studie die Interventionen ACTonPain, begleitet und unbegleitet, im Vergleich zu einer Wartelisten-Kontrollgruppe. Die beiden ACTonPain Interventionen unterscheiden sich nur in Bezug auf die Begleitung, die aus Feedbackmails von einem E-Coach nach jeder Lektion

besteht. ACTonPain besteht aus 7 Lektionen, die wöchentlich bearbeitet werden sollen. Inhalte der Lektionen bestehen aus Informationen, interaktiven Übungen, Audio- und Video-Dateien. Zusätzlich können die Teilnehmer einen SMS-Coach nutzen, der regelmäßig automatische Motivations-SMS versendet. Assessments finden vor und nach der Intervention sowie 6 Monate nach der Randomisierung der Teilnehmer statt.

ACTonPain wird zur Verbesserung der Evidenzbasis für Internet-basierte Schmerzinterventionen beitragen und wertvolle Informationen über den Behandlungserfolg und die Kosteneffektivität im Zusammenhang mit dem Selbsthilfegrad der Intervention (z.B. reine Selbsthilfe vs. begleitete Selbsthilfe) liefern. Sollte sich ACTonPain als effektiv erweisen, bieten sich weitere versorgungsbezogene Untersuchungen in den verschiedenen Einrichtungen der Gesundheitsversorgung an. Die Implementierung von ACTonPain könnte dazu beitragen, Wartezeiten zu verkürzen, den Zugang zu Schmerzbehandlungen zu erweitern und ggf. auch Behandlungskosten zu reduzieren.

## Projektteam

Prof. Dr. Harald Baumeister<sup>1</sup>; Dr. Jiayi Lin,<sup>2</sup> Marianne Lüking,<sup>3</sup> PD Dr. David Daniel Ebert,<sup>4</sup> Monica Buhrman, PhD<sup>5</sup>, Prof. Gerhard Andersson, PhD<sup>6,7</sup>

<sup>1</sup>Universität Ulm, Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Institut für Psychologie und Pädagogik

<sup>2</sup>Universität Freiburg, Abteilung für Rehabilitationspsychologie und Psychotherapie, Institut für Psychologie

<sup>3</sup>Universitätsklinikum Freiburg, Interdisziplinäres Schmerzzentrum

<sup>4</sup>Universität Erlangen-Nürnberg, Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Institut für Psychologie

<sup>5</sup>Department of Psychology, Uppsala Universität, Schweden

<sup>6</sup>Linnaeus Centre HEAD, Swedish Institute for Disability Research, Department of Behavioural Sciences and Learning, Linköping Universität, Schweden

<sup>7</sup>Department of Clinical Neuroscience, Division of Psychiatry, Karolinska Institutet, Stockholm, Schweden

## Förderung

Eigenfinanziert

## Laufzeit

2014 – laufend

## Publikationen

Abteilungspublikationen finden Sie unter <https://www.uni-ulm.de/in/psy-klips/publikationen/publikationen/>

Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie, Universität Ulm

## ACTonPain

Wirksamkeit, Kosteneffektivität und Reichweite einer begleiteten und unbegleiteten online-basierten Akzeptanz und Commitment Therapie (ACT) bei chronischen Schmerzen

### Publikationen

Probst, T., Baumeister, H., McCracken, L.M., Lin, J. (2019). Baseline psychological inflexibility moderates the outcome pain interference in a randomized controlled trial on Internet-based Acceptance and Commitment Therapy for chronic pain. *Journal of Clinical Medicine*, 8, 24. doi: [10.3390/jcm8010024](https://doi.org/10.3390/jcm8010024).

Lin, J., Faust, B., Ebert, D. D., Krämer, L., Baumeister, H., (2018). A Web-based acceptance-facilitating intervention for identifying patients' acceptance, uptake, and adherence of Internet- and Mobile-based pain interventions: randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 20, e244. doi: [10.2196/jmir.9925](https://doi.org/10.2196/jmir.9925).

Lin, J., Baumeister, H. (2018). Schlusswort zu Internetbasierte Intervention bei chronischen Schmerzen (comment). *Deutsches Ärzteblatt international*, 11, 208-209; DOI: 10.3238/arztebl.2018.0208b

Lin, J., Klatt, L.I., McCracken, L.M., Baumeister, H. (2018). Psychological flexibility mediates the effect of an online-based acceptance and commitment therapy for chronic pain: an investigation of change processes. *Pain*, 159, 663-672. doi: [10.1097/j.pain.0000000000001134](https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001134).

Lin, J., Paganini, S., Sander, L., Lüking, M., Ebert, D.D., Buhrman, M., Andersson, G. & Baumeister, H. (2017). An internet-based intervention for chronic pain: A three-armed randomised controlled study of the effectiveness of guided and unguided acceptance and commitment therapy. *Deutsches Ärzteblatt international*, 114, 681-688. doi: [10.3238/arztebl.2017.0681](https://doi.org/10.3238/arztebl.2017.0681).

Lin, J., Lüking, M., Ebert, D. D., Buhrman, M., Andersson, G. & Baumeister, H. (2015). Effectiveness and cost-effectiveness of a guided and unguided internet-based Acceptance and Commitment Therapy for chronic pain: Study protocol for a three-armed randomised controlled trial. *Internet Interventions*, 2, 7-16. doi: [10.1016/j.invent.2014.11.005](https://doi.org/10.1016/j.invent.2014.11.005).