

## Mit uns im Gleichgewicht (MuIG)

Wirksamkeit und Kosteneffektivität eines online-basierten Gesundheitstrainings zur Prävention chronischer Schmerzen bei Landwirten, Förstern und Gartenbauern (PACT-A)

### Kurzbeschreibung

Menschen aus den „grünen Berufen“ weisen eine hohe Prävalenz chronischer Schmerzen auf, verbunden mit Einschränkungen der Alltags- und Berufsfähigkeit. Spezifische Gesundheitsangebote bieten sich an, um die Progredienz von Schmerzsyndromen im Sinne der sekundären Prävention zu verringern und schmerzbezogene Einschränkungen zu verbessern.

In dieser randomisiert-kontrollierten Studie PACT-A wird eine Online-basierte Schmerzintervention gegen die Regelversorgung (TAU+) verglichen. Die Studie ist an der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie der Universität Ulm in Kooperation mit dem Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) verortet. Die Zielgruppe sind versicherte Land- und Forstwirte, Garten- sowie Landschaftsbauern, deren Ehegatten sowie mitarbeitende Familienangehörige und Altenteiler der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) mit chronischen Schmerzen.

Ziel ist die Evaluation der Wirksamkeit und Kosteneffektivität einer auf der Akzeptanz- und Commitment (ACT)-Therapie basierten Online-Intervention zur Reduktion schmerzbezogener Belastungen (ACTonPain), spezifisch angepasst auf die Population von GET.ON. Die Kontrollgruppe verfügt über Informationsmaterial zu Stress, Erschöpfung und psychischen Beschwerden sowie Angeboten in der Regelversorgung.

Die Probanden nehmen zu verschiedenen Zeitpunkten an Befragungen hinsichtlich ihres psychischen Befindens teil (T0 Baseline, T1-T5 9-Wochen, 6, 12, 24, 36 Monate nach Randomisierung). Primäres Outcomes ist die schmerzbezogene Einschränkung (MPI).

Die Ergebnisse der Studie liefern Evidenz zur Wirksamkeit und Kosten-Effektivität und bieten Erkenntnisse zur Implementierung von Online-basierten Präventionsangeboten bei chronischen Schmerzen für Versicherte der SVLFG.

### Projektleitung

Prof. Dr. Harald Baumeister,  
Prof. (Assoc.) Dr. David Daniel Ebert<sup>1</sup>

### Projektmitarbeiter

Lina Braun, Yannik Terhorst, Ingrid Titzler<sup>1</sup>,  
Dr. Claudia Buntrock<sup>1</sup>, Johanna Freund<sup>1</sup>,  
Janika Thielecke<sup>1</sup>

### Projektpartner

<sup>1</sup> Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Universität Erlangen-Nürnberg

GET.ON Institut <https://geton-institut.de/>

### Förderung

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG)

### Laufzeit und Fördersumme Gesamtprojekt

01.06.2017 – 31.05.2021  
Fördersumme: € 1.840.075  
Teilprojekt UUlM: € 701.340

### Publikationen

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