



Endo Health

DR. MED. NADINE ROHLOFF



AOK PLUS 





Worum geht es?

1. „Unmet needs“ der Endometriosetherapie
2. Multimodale Schmerztherapie bei Endometriose – was sagt die Wissenschaft?
3. Vorstellung Endo-App
4. Was würden sie sich von uns Wünschen /Fragen.

Teil 1: Unmet Needs

Was läuft gut?

Was läuft nicht gut?



**Zufrieden
mit aktueller Behandlung**



17,9 %



23,1 %

Unmet Needs: Bei Betroffenen

Review > [Am J Obstet Gynecol.](#) 2019 Aug;221(2):86-94. doi: 10.1016/j.ajog.2019.02.033.

Epub 2019 Feb 18.

Assessing research gaps and unmet needs in endometriosis

Sawsan As-Sanie ¹, Rebecca Black ², Linda C Giudice ³, Tanika Gray Valbrun ⁴, Jhumka Gupta ⁵, Brittany Jones ⁶, Marc R Laufer ⁷, Alexandra T Milspaw ⁸, Stacey A Missmer ⁹, Abby Norman ¹⁰, Robert N Taylor ¹¹, Kedra Wallace ¹², Zev Williams ¹³, Paul J Yong ¹⁴, Rebecca A Nebel ¹⁵

Affiliations + expand

PMID: 30790565 DOI: [10.1016/j.ajog.2019.02.033](https://doi.org/10.1016/j.ajog.2019.02.033)

+ eigene Befragungen, 2021 und 2022



Unmet Needs: Bei Betroffenen

- Langwierige Diagnosefindung (7-12 Jahre)
- Stigmatisierung der Erkrankung und Unverständnis
- Erschwerter Zugang zu Informationen über das Krankheitsbild
- Lange Wartezeiten für Termine
- Wenig ganzheitliche / multimodale Behandlungsangebote
- viele Selbstzahlerleistungen
- Keine Unterstützung im Alltag



Aktuelle Versorgungssituation (RKI)

Therapieoptionen:

- Operation
- Hormontherapie
- Kinderwunschtherapie

Multimodale Schmerztherapie / Reha:

2017 – 811 Behandlungsfälle in D (RKI)

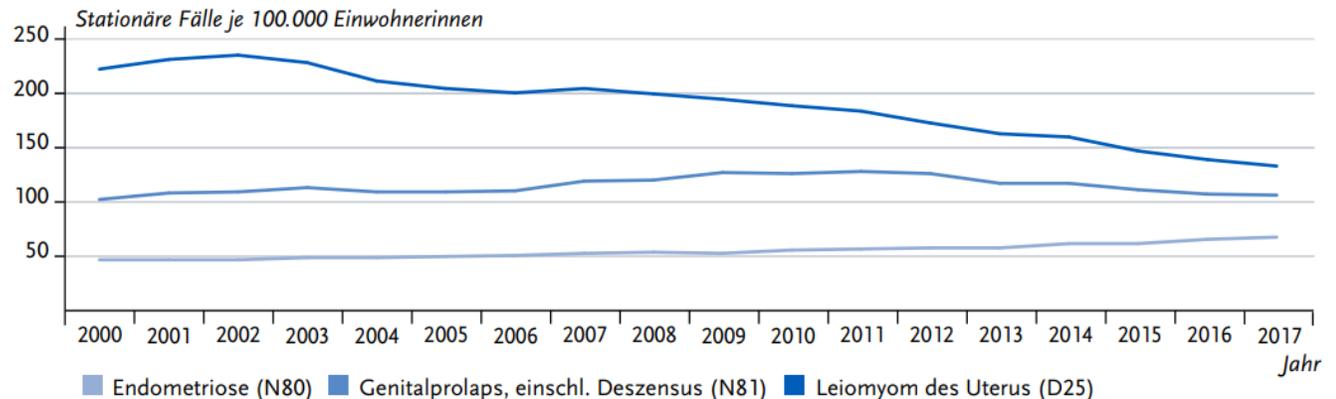
2019 – 19 Physiotherapie Verordnungen AOK Plus

Strukturierte Unterstützung chronisch Erkrankter: ?

Abbildung 2.1.8.1

Fälle von Endometriose (ICD-10: N80), Leiomyom des Uterus (D25) und Genitalprolaps (N81) bei Frauen im Zeitverlauf

Datenbasis: Krankenhausdiagnosestatistik [13]





Unmet Needs: Bei Leistungserbringer:innen

- Häufig keine angemessene Untersuchung/ Nachsorge möglich
- Fehldiagnosen
- Seltene Überweisungen durch Niedergelassene an Spezialist:innen
- Mangelnde Screeningverfahren (Biomarker) und Behandlungsoptionen
- Wenig Forschung und Studien

Review > Am J Obstet Gynecol. 2019 Aug;221(2):86-94. doi: 10.1016/j.ajog.2019.02.033.

Epub 2019 Feb 18.

Assessing research gaps and unmet needs in endometriosis

Sawsan As-Sanie ¹, Rebecca Black ², Linda C Giudice ³, Tanika Gray Valbrun ⁴, Jhumka Gupta ⁵, Brittany Jones ⁶, Marc R Laufer ⁷, Alexandra T Milspaw ⁸, Stacey A Missmer ⁹, Abby Norman ¹⁰, Robert N Taylor ¹¹, Kedra Wallace ¹², Zev Williams ¹³, Paul J Yong ¹⁴, Rebecca A Nebel ¹⁵

Affiliations + expand

PMID: 30790565 DOI: [10.1016/j.ajog.2019.02.033](https://doi.org/10.1016/j.ajog.2019.02.033)



Unmet Needs: Bei Leistungserbringer:innen



Konzeptbeurteilung und Interesse von
FachärztInnen für Frauenheilkunde an
der Smartphone-Applikation Endo-App

Nadine Rohloff, Lisa Rothenhöfer, Teresa Götz & Markus Rothenhöfer



- Mangelnde Vergütung / Zeit
Beratungsleistung
Operationen
- Wenig Angebotsmöglichkeiten für
Patientinnen

- 10% empfinden Unterstützung durch KK
als ausreichend
- 35,4% sagen, sie haben genug Zeit für
Endometriose-Patientinnen

Die Zukunft der Endometriosebehandlung

- **Patientenzentrierter, multidisziplinärer Ansatz kontinuierlich und ambulant – blended care**
- **Spezialisierte Endometriosezentren**
- **Mehr Forschung und innovative Diagnostik sowie Therapieansätze**
- **Multimodale Schmerztherapie und Selbstmanagement**
- **Strukturierte Programme**



Teil 2:

Multimodale Schmerztherapie bei Endometriose

Therapieoptionen

Konsensbasiertes Statement 1.S2	
Expertenkonsens	Konsensusstärke +++
Aufgrund der unklaren Ätiologie der Endometriose ist eine kausale Therapie nicht möglich.	
Literatur: [35]	



Das Ziel der Therapie

Ziel einer Therapie soll immer eine möglichst lange Beschwerdefreiheit, eine Reduktion von funktionellen Beschwerden, eine Vermeidung von Organdestruktionen und eine Abstimmung auf die aktuelle Lebenssituation und Bedürfnisse der Patientin zur Verbesserung der Lebensqualität sein!

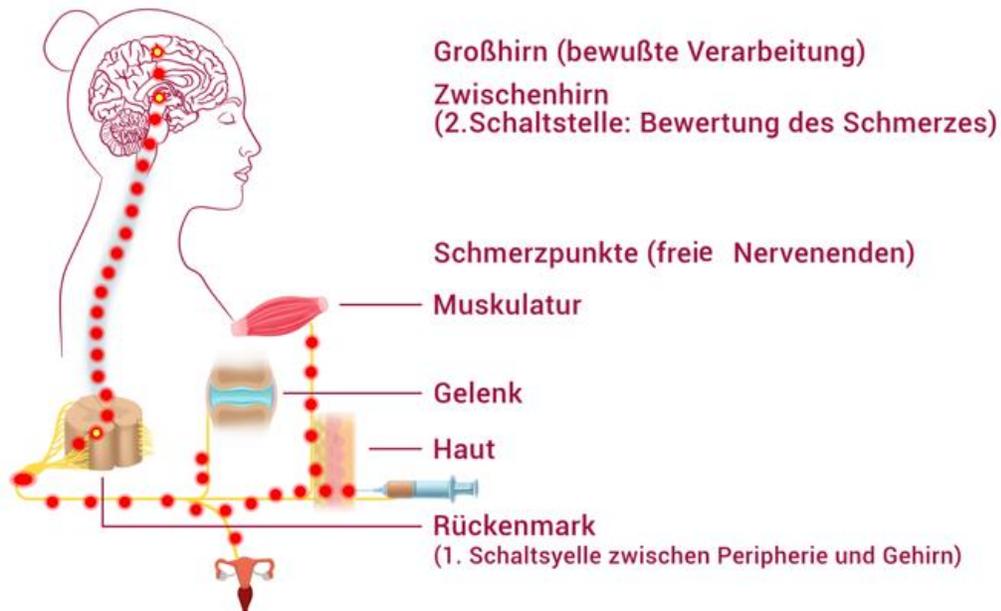
S2K Leitlinie



Was beeinflusst die Lebensqualität?

- **Chronische Unterbauchschmerzen (Armour et al. 2020)**
- **Infertilität (Wu et al. 2021)**
- **Schmerzen und Stress, Depressive Symptomatik (Casalechi et al. 2021)**
- **Psychosoziale Faktoren und Depression und chronische Schmerzen (Piontek et al, 2019)**
- **Schmerz-Katastrophisierung (McPeak et al. 2018)**
- **Stärke der Unterbauchschmerzen (McPeak et al. 2018)**
- **Fatigue und psychosoziale Faktoren (Mundo-Lopez et al. 2020)**

Wie chronifizieren Schmerzen?



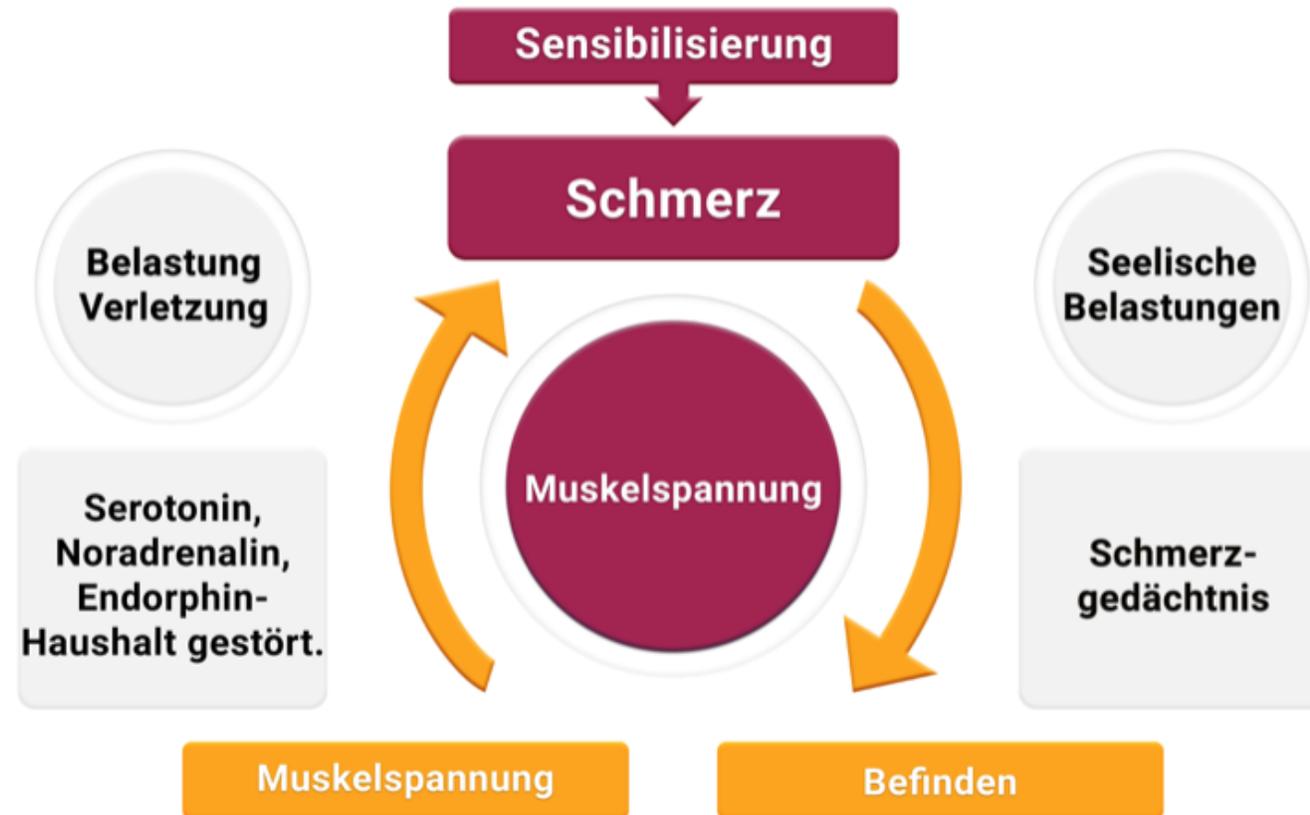
Periphere Sensibilisierung:

- Direkt an der Nervenzelle am Schmerzort (Verletzung, Operationen, Entzündung)

Zentrale Sensibilisierung:

- Bei der Weiterleitung im Rückenmark, im Gehirn

Teufelskreis des Schmerzes



**Welche Rolle spielt
Multimodale
Schmerztherapie bei
Ihnen?**



Leserbriefe | [Published: 31 August 2021](#)

Multimodale Therapie so früh wie möglich, aber spätestens, wenn die chronischen Schmerzen da sind

Multimodal treatment as early as possible, but at the latest when chronic pain is there

[Sylvia Mechsner](#) 

[Der Schmerz](#) **35**, 361–362 (2021) | [Cite this article](#)

253 Accesses | [Metrics](#)

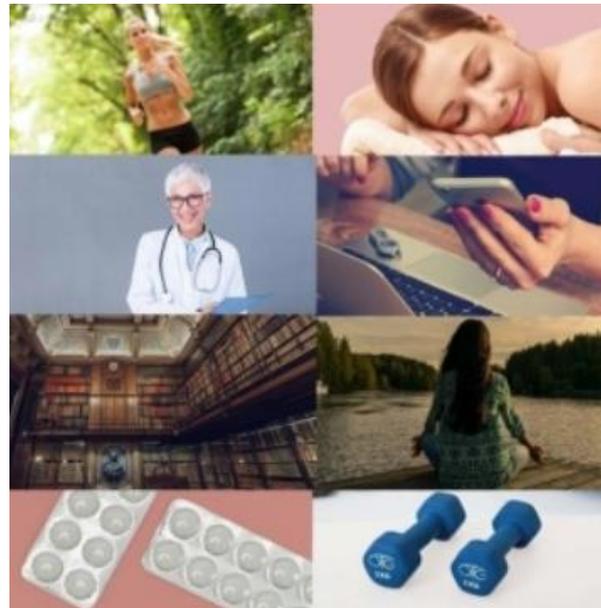
Bedeutung der Multimodalen Schmerztherapie

- Bereits bei **Diagnosestellung** viele Schmerzen **chronisch**
- **Prävention** von chronischen Schmerzen **vorrangiges Behandlungsziel**
- Manche Frauen entwickeln auch **psychosomatische Symptome**
- **Medikamentöse oder operative Therapie** oft alleine **nicht ausreichend**
- **Nachhaltige Schmerzlinderung**
- **Individuelles Behandlungskonzept**
- Patient/innen lernen **Einflussnahme** und erhöhen **Selbstwirksamkeit**



Woraus setzt sich die Multimodale Schmerztherapie zusammen?

- Die Krankheit verstehen
- Psychologische Therapie
- Physiotherapie
- Meditation
- Medikation
- Akupunktur
- Bewegungstherapie



- Muskelaufbau
- Osteopathie
- Massagen
- Ernährung
- Neurosakrale Modulation
- Dokumentation/ Schmerztagebuch
- Individuelle Therapie

Ernährung bei Endometriose

- **Richtige Ernährung** kann zu verbesserten **Wohlbefinden und Symptomlinderung** führen
- Verschiedene Lebensmittel haben Auswirkungen auf **Hormonhaushalt und Immunsystem**
- Hemmung **entzündlicher Prozesse**
- Auch bei anderen **chronischen Erkrankungen** (z. B. Arthrose)
- Forschung **Studienlage** noch sehr limitiert
- **Individuell** entscheiden





Physiotherapie bei Endometriose

- Verspannungen im Beckenbodenbereich bei Endometriose mit Schmerzen (Sedighimehr et al., 2018, Shafrir et al., 2021)
- Osteopathie kann hilfreich sein
- Physiotherapie hilfreich bei
 - Dyspareunie (Fernández-Cuadros et al. 2020)
 - Unterbauchschmerzen und Chronischen Schmerzen (Review von Klotz et al. 2019)
 - Urologischen Beschwerden (auch interstitielle Zystitis, FitzGerald et al. 2012)
 - TIE und Dyspareunie / chronischen Schmerzen (Del Forno et al. 2021)



Entspannung/Stressreduktion bei Endometriose

- Starker Einfluss auf (chronische) Schmerzen
- Mehr Schmerzen = mehr Stress, insbesondere bei Endometriose (Casalechi et al. 2021)
- Vermuteter Risikofaktor bei Endometriose-Entstehung (Wu et al, 2021)
- Allgemeiner positiver Effekt nachgewiesen für Yoga, Achtsamkeit, autogenes Training....
- Positive Wirkung bei Endometriose nachgewiesen für:
 - PMR (Zhao et al. 2012)
 - Stressreduktion und Coping-Strategien (Donatti et al 2017)
 - **Yoga** (Goncavales et al. 2017; Evans et al. 2019)



Schmerztagebuch

- Positiver Effekt auf Lebensqualität (Charoenpol et al. 2019)
- „Schmerztagebuch“ vs. „Wohlbefinden-Tagebuch“ (Gruszka et al 2019)
- Bessere Compliance Digital (Marceau et al. 2007)
- Große Tagebuchstudien zu Endometriose (Phendo App, Ramin-Wright et al 2018)
- Stärkung der Selbstwirksamkeit!



Psychologische und soziale Unterstützung

- Psychische Belastung ist ein eigenständiger Faktor der Lebensqualität!
- Erhöhtes Risiko für Depressionen und andere psychische Erkrankungen
- Positiver Effekt von verhaltenstherapeutischen Konzepten (CBT, ACT, MBI)
 - Endometriose (Zhao et al. 2018 – Meta Analyse; Donatti et al. 2017, Hansen et al. 2017, 2021)
 - Dyspareunie
 - Chronische Schmerzen (Rickardsson et al. 2021)

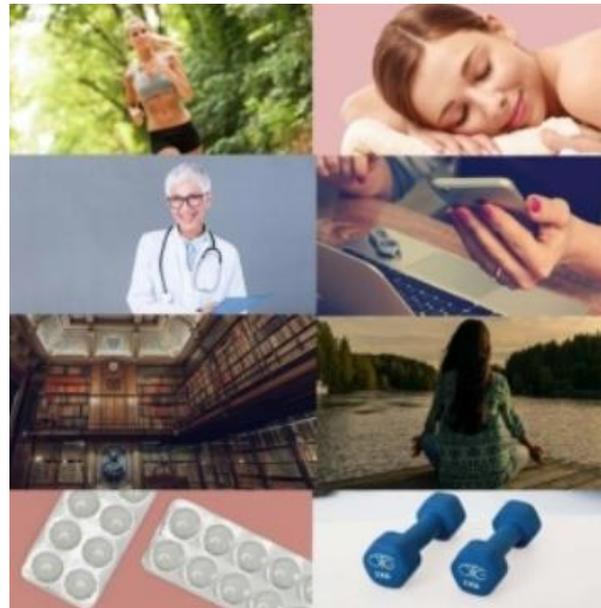


Wo gibt es Multimodale (Schmerz)therapie?

- Rehasentren
- Schmerzambulanzen großer Kliniken
- Einzelne Praxen
- „gestückelt“ in Eigenregie
- **Endo-App**

Woraus setzt sich die Multimodalen Schmerztherapie zusammen?

- Die Krankheit verstehen
- Psychologische Therapie
- Physiotherapie
- Meditation
- Medikation
- Akupunktur
- Bewegungstherapie



- Muskelaufbau
- Osteopathie
- Massagen
- Ernährung
- Neurosakrale Modulation
- Dokumentation/ Schmerztagebuch
- Individuelle Therapie

Teil 3: Selbstmanagement mit der Endo-App

Testzugang erhalten



Melden Sie sich gerne unter

nadine@endometriose.app



Digitale Unterstützung der Endometriose-Versorgung

1. Digitale multimodale Therapie
2. Gute Vorbereitung auf Arzttermin
3. Unterstützung bei Aufklärung und Erklärung der komplexen Erkrankung



Die Endo-App hilft Endometriose-Betroffenen ihre Lebensqualität zu verbessern.



Unser Team



Dr. med. Nadine Rohloff
Ärztin, CEO



Markus Rothenhöfer
M.Sc. Wirtschaftsinformatik.,
CIO



Prof. Dr. Ludwig Kiesel und Dr. med. Sebastian Schäfer
Research Partner

Admin

Marketing

Science & Content

Product Development



Sina Winkenjohann
Team Success Managerin



Sandra Fleck
Social Media Marketing



Teresa Götz
Psychologin



Annika Cost
Physiotherapeutin



Christel Fröse
Entspannungstherapeutin



Philipp Zech
Product Owner



Meike Fischer
Junior Product



Sarah Kortekamp
Mensch-Technik Expert



Ellen Brockmann
Social Media



Nadine Grotjahn
Soziale Arbeit B.A.



Silke Neumann
Ernährungsberaterin



Christin Friedla
Yoga



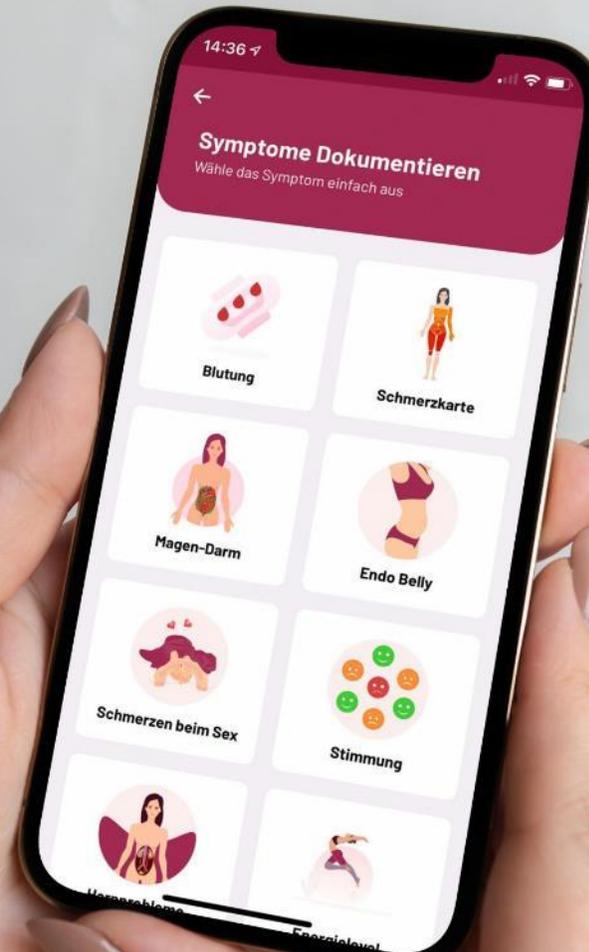
Ngima Sherpa
Frontend Developer



Dinesh
Frontend Developer

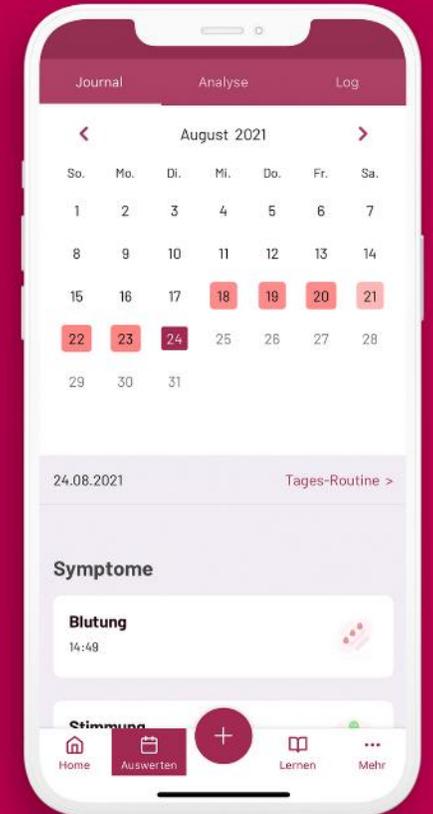


Rohit Katarya
Backend Developer



**Das erste, digitale, zugelassene
Medizinprodukt
für Frauen mit Endometriose!**

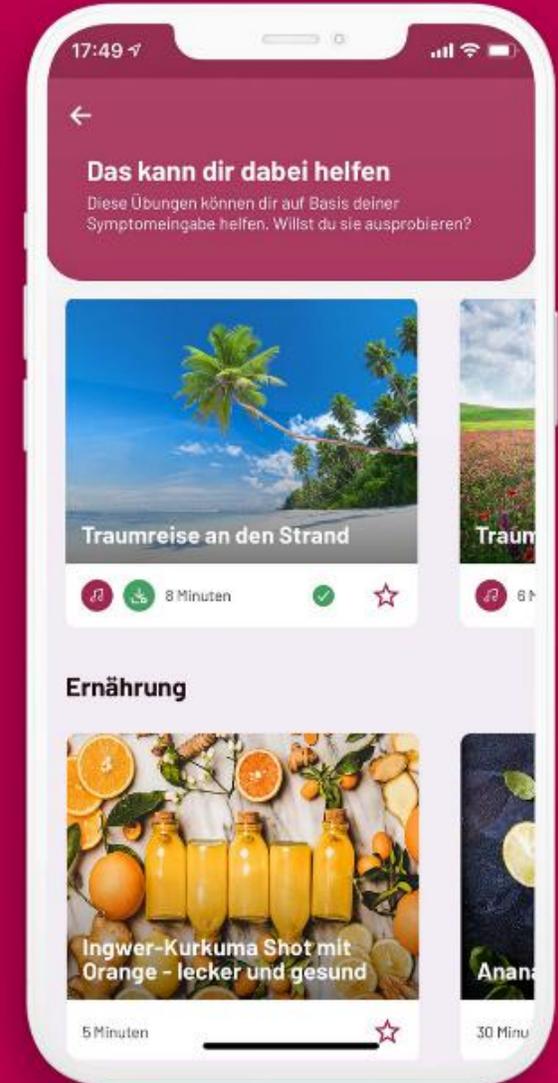
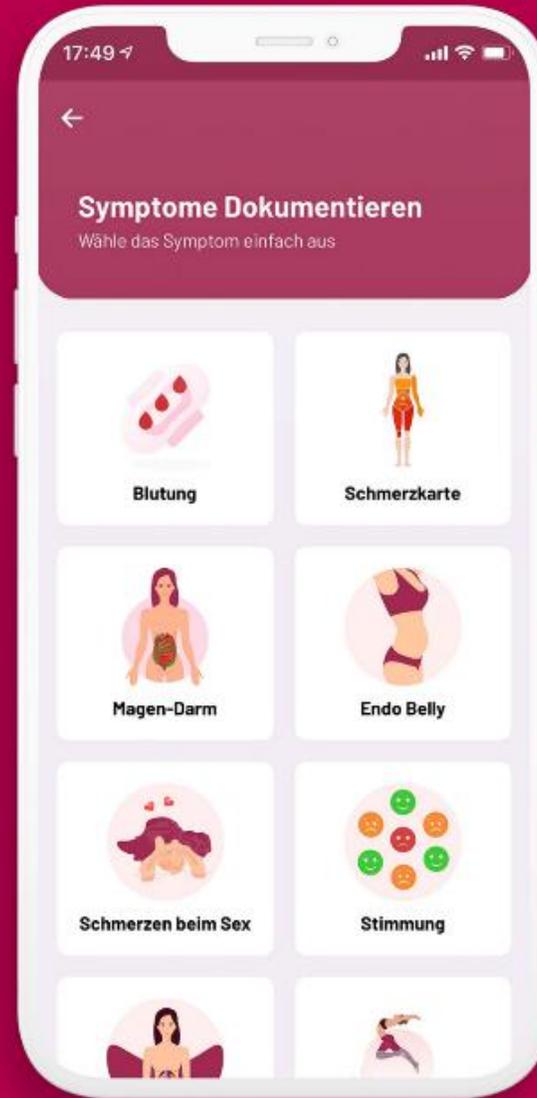
**Umfassende
Auswertungen und
Analysen ermöglichen
Zusammenhänge zu
verstehen**

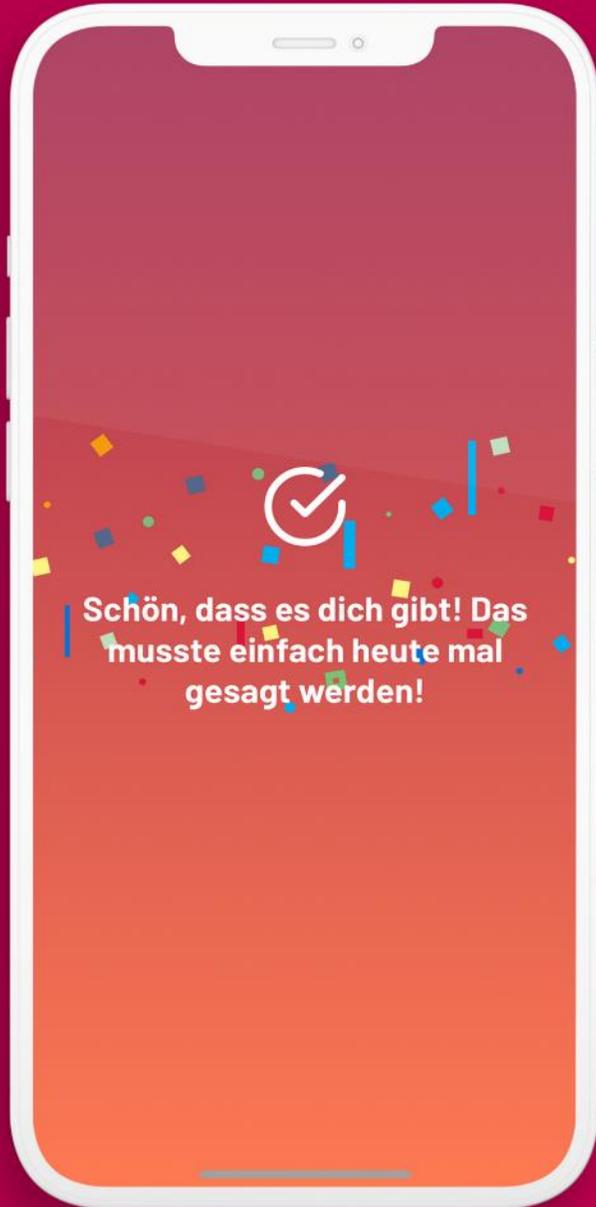




**Die Übungen werden von
Expertinnen interaktiv
angeleitet.**

Das intelligente
Tagebuch findet die
richtigen
evidenzbasierten
Übungen für die
individuellen
Symptome.





**Die Endo-App motiviert
die Nutzerinnen und
unterstützt sie in
Notfällen**

Endo-App hilft beim Endometriose-Selbstmanagement

Endo-Tagebuch



Protokolliere **Symptome** und Einflussfaktoren

Übungen



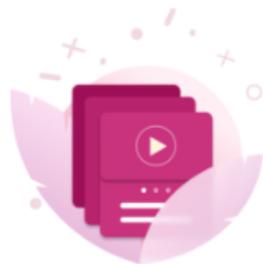
Reduziere Symptome durch interaktive Übungen

SOS-Plan



Nutze deinen individuellen SOS-Plan

Lern-Module



Verbessere dein **Selbstmanagement** durch Experten-Lern-Inhalte

Endo-Plan



Lasse dich durch deinen individuellen Endo-Plan leiten

Auswertungen



Finde heraus, was dir wirklich hilft durch intelligente Auswertungen



„Eine sehr, sehr gute Idee!“



Zufrieden
mit aktueller Behandlung

17,9 %

23,1 %



Endo-App
ist hilfreich

89,6 %

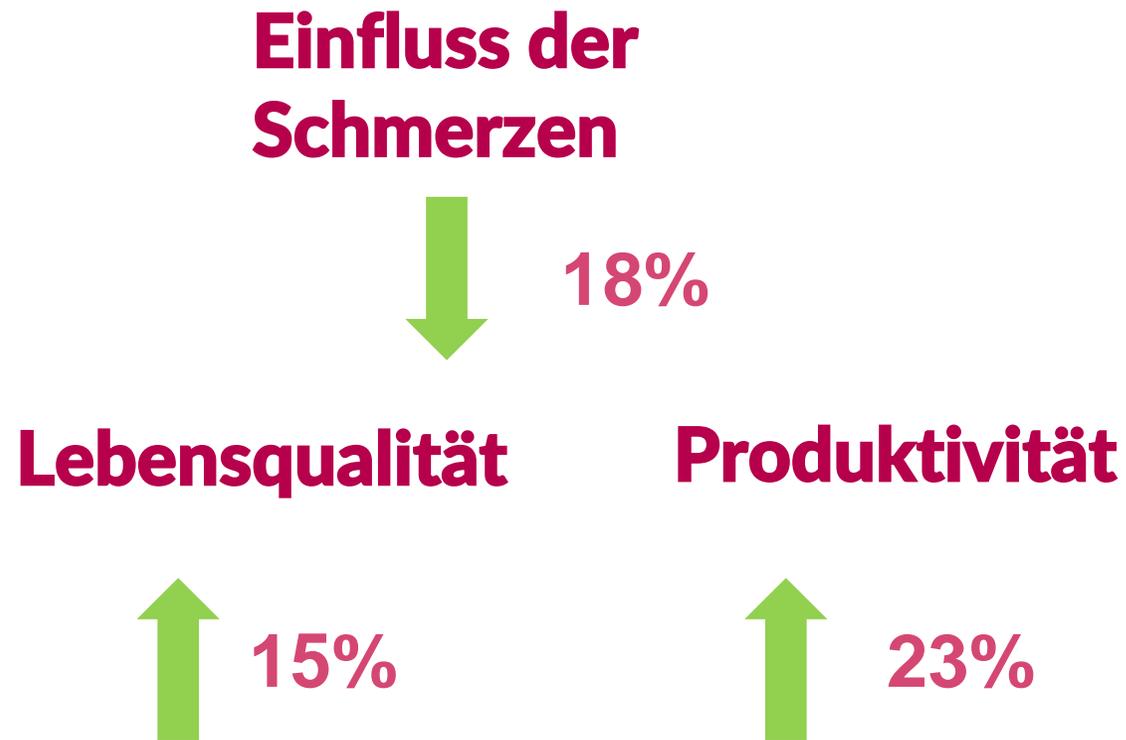
79,4 %

Umfrage 01/2021 Befragung von 106 Frauen
mit Endometriose

Umfrage 01/2021 Befragung von 65 Fachärzt:innen für
Frauenheilkunde



Die Endo-App hilft nachweislich bereits nach 2 Wochen!



¹ Siehe Whitepaper „Verbesserung der Versorgung von Endometriose-Betroffenen durch die Endo-App“ und Ausführliche Literaturliste im Anhang

² Rohloff N., Götz T., Rothenhoefer M., Rothenhoefer L. Beobachtungsstudie des Einflusses der Endo-App auf die Lebensqualität von Endometriose-Betroffenen; 2021.

³ weitere Daten sind bereits verfügbar

Randomisierte Studie über 12 Wochen

N=122

Signifikante Verbesserung von

- **Lebensqualität:** EHP- 5 / EHP-30
- **Schmerzspezifische Selbstwirksamkeit:** FESS
- **Fatigue:** FSS
- **Schmerzbedingte Beeinträchtigung:** PDI
- **Emotionales Wohlbefinden:** PHQ (GAD-7 Tendenz)
- **Allgemeine Gesundheitskompetenz:** HeiQ (einzelne Domänen)

Reproduzierbare Ergebnisse in Studien (in press)

1. Beobachtungsstudie über zwei Wochen (n=106)
2. Pilotstudie über 12 Wochen (n=122)
3. Randomisierte Studie über 4 Wochen (n=231)

Geplant:

Uniklinik Münster:

ELEA Studie: Randomisierte, konfirmative Studie mit n=300 über 12 Wochen

Uniklinik Heidelberg:

Qualitative Studie

AOKPlus

Gemeinsame Analyse der Outcomes





Die Endo-App ist bereit!



Zugelassenes
Medizinprodukt Risikoklasse I



Multimodale
Experteninhalte



Wissenschaftliche
Evidenz



In Einklang mit der
S2k Leitlinie



ISO27001 zertifiziert



Hoher Datenschutz

Testzugang erhalten



Melden Sie sich gerne unter

nadine@endometriose.app

Vielen Dank!

