

Moderne eHealth-Unterstützung bei Kohlenhydratintoleranzen: Digitalisierte Diagnose und Therapieanpassung in Eigenregie mit der Carboception App

Autoren: Univ. Prof. Dr. Johann Hammer, Klinik für Innere Medizin III, Medizinische Universität Wien; Univ. Prof. Dr. Heinz F. Hammer, Medizinische Universitätsklinik Graz;

Die Carboception Applikation ist ein CE-zertifiziertes Medizinprodukt, das Nutzern eine validierte Selbstdiagnose von Laktose-, Fruktose- und zahlreichen anderen Kohlenhydratintoleranzen ermöglicht. Sie informiert über damit verbundene Konsequenzen und unterstützt bei der Anpassung der Ernährung an individuelle Bedürfnisse. Angesichts begrenzter Ressourcen ist es wichtig, Untersuchungen auszulagern, die Eigenverantwortung der Patienten zu stärken und medizinische Einrichtungen zu entlasten. Die Carboception-App trägt dazu bei, indem sie eine einfache, effektive Möglichkeit bietet, Kohlenhydratintoleranzen zu erkennen und entsprechende Maßnahmen zu ergreifen.

Ziel: Zusammenfassung der ersten Ergebnisse des Intoleranztests nach Einführung der Carboception-App.

Methodik: In den ersten Monaten nach der Einführung der App (>5000 Downloads) haben insgesamt 765 Nutzer die App als Informationsmedium benützt und 140 einen Intoleranztest durchgeführt. Die anonymisierten Testergebnisse wurden analysiert und zusammengefasst.

Ergebnisse: Die Nutzer, die einen Intoleranztest durchgeführt haben, waren zu 32,9% männlich (n=46), zu 62,9% weiblich, 4,3% machten keine Angabe, sowie im Durchschnitt $\pm$ SD 36,4 $\pm$ 14 Jahre alt (Spanne: 18-75 Jahre). Die meisten nutzten ein Mobiltelefon, 42,9% eine Android-Plattform, 57,1% eine Apple-Plattform.

Die Tests umfassten Laktose (n=81), Fruktose (n=18), Xylit (n=3), Obst (n=15), Milchprodukte (n=12) und Gebäck (n=11). 74 Tests (52,9%) waren positiv, darunter hatten 45 (60,8%) signifikanten Schmerzen, 30 (40,5%) Übelkeit, 46 (62,2%) Meteorismus, 33 (44,6%) Flatulenz und 31 (41,9%) Diarrhoe. Potentielle Alarmsymptome, die eine weitere Abklärung erfordern, falls eine solche noch nicht erfolgt ist, wurden von den Nutzern angegeben: 58 hatten rezidivierende Bauchschmerzen, 15 Blut im Stuhl, 20 Fieber oder Gelenkschmerzen, 6 Gewichtsverlust, 27 nächtliche Bauchschmerzen und 36 allergische Diathese. Die Ernährungsgewohnheiten der Nutzer reichten von Essen auswärts bis hin zu selbstgekochten Mahlzeiten, mit einer Präferenz für regionale und biologische Produkte. Einige nutzen Nahrungsergänzungsmittel und betrieben regelmäßig körperliche Aktivitäten, entweder im Freien oder in Fitnessstudios.

Zusammenfassung: Carboception ermöglicht eine leitliniengerechte Selbstdiagnose von Kohlenhydratunverträglichkeiten und stärkt die Gesundheitskompetenz der Patienten. Die Ergebnisse und Therapievorschlge stehen dem Patienten sowie dem behandelnden Arzt und dem Ditologen sofort zur Verfgung.

Die Autoren sind **Gesellschafter der Carboception GmbH**.

Gewünschte Beitragsart: orale Präsentation

Themenschwerpunkt: Evidenzbasierte Primärversorgung

Keywords: „digital vor ambulant“, „Laktoseintoleranz“, „Kohlenhydratunverträglichkeit“