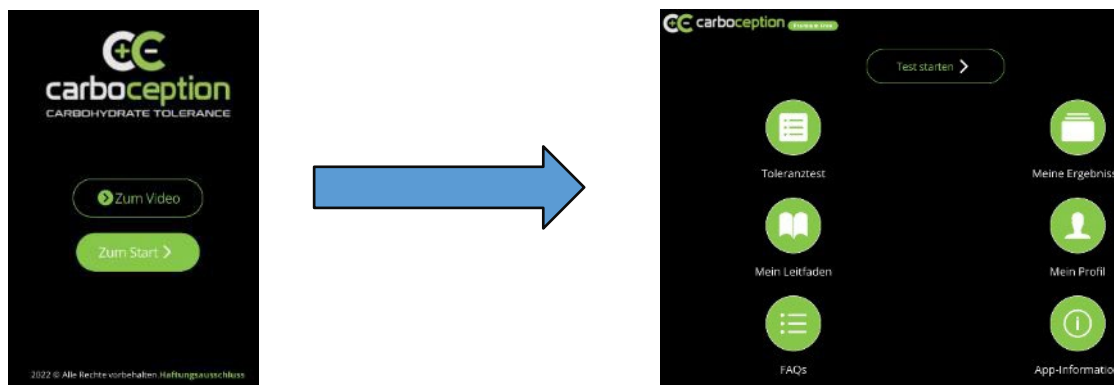


Anleitung zum CarboCeption Test

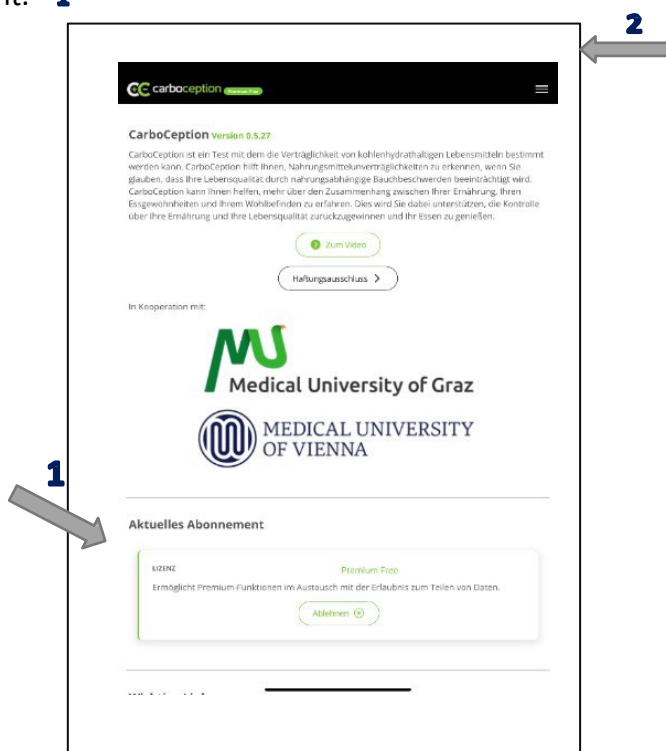
Zusammenfassung:

1. Wenn Sie die Carboception App noch nicht heruntergeladen haben, laden Sie sie auf Android oder Apple herunter.
2. Stellen Sie sicher, dass Sie das Premium Abonnement geladen haben.
3. Führen Sie dann nach Anleitung den Toleranztest durch („Zucker und Ballaststoffe“)
 - a. Testsubstanz Laktose: **45 g (drei Esslöffel)**
 - b. Testsubstanz Fruktose: **30 g (zwei Esslöffel)**
4. Machen Sie einen Screenshot vom Ergebnis

Schritt für Schritt Anleitung:



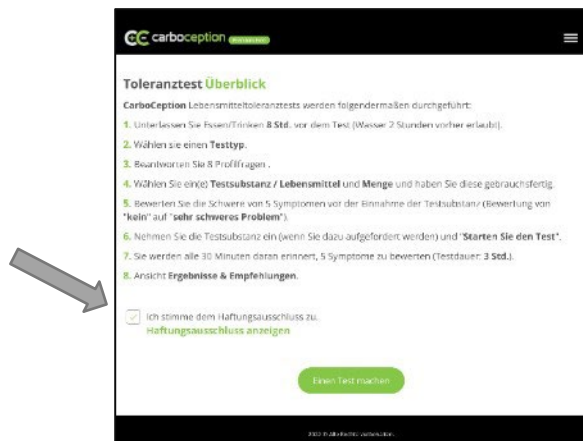
Nach dem Öffnen der App drücken Sie auf ‚Zum Start‘ um ins Hauptmenü zu gelangen. Dort drücken Sie rechts unten auf ‚App Information‘. Es erscheint ein Schirm, der das aktuelle Abonnement nennt. **1**



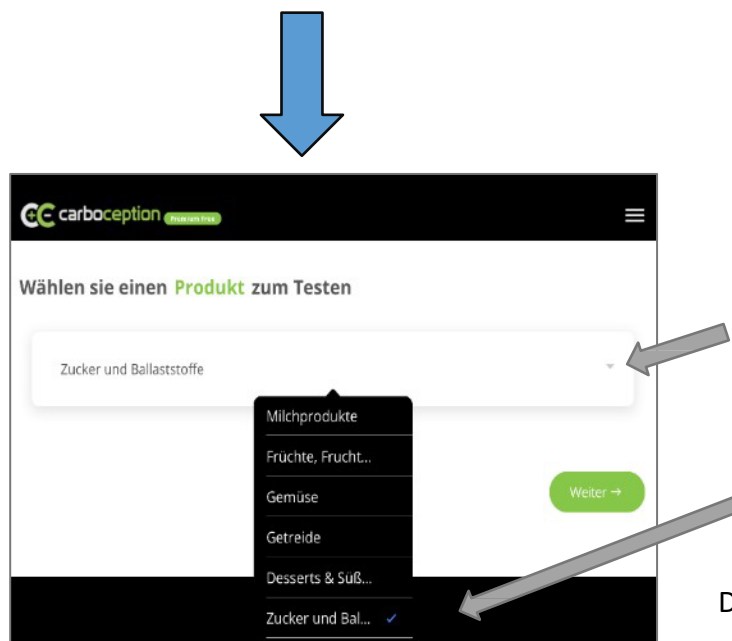
Falls Sie noch kein Premium Abonnement haben, wählen Sie dieses. Es ist in einer kostenlosen Version und in einer Bezahlversion abrufbar:

Danach drücken Sie auf das Hamburger-Symbol rechts oben (Zeichen mit 3 Linien), um ins Hauptmenü zu gelangen. **2**

Zurück im Hauptmenü drücken Sie auf ‚Toleranztest‘ links oben, um mit dem Test zu beginnen.



Nachdem Sie den Haftungsausschluss akzeptieren, gelangen Sie zum Schirm, in dem sie auf „Wähle ein Produkt“ drücken und ganz unten auf „Zucker und Ballaststoffe“ drücken:



Danach drücken Sie auf „Weiter“

Geben Sie nachfolgende Basisinformationen zu Ihrer Person ein, dann drücken Sie auf „Weiter“:

Wählen Sie nun die Testsubstanz (1): „Laktose“ oder „Fruktose“.

Danach wählen Sie die Substanzmenge, also 45g für Laktose oder 30g für Fruktose (2)

Bestätigen Sie, dass keine Allergien gegen Lactose bestehen (3)

Und drücken Sie auf „Weiter“ (4)

Nun werden Sie aufgefordert, mögliche Magen-/Darmbeschwerden zu beurteilen, bevor Sie den Testzucker einnehmen und drücken Sie auf „Weiter“.

Bemerkung:

Falls gerade Ihre Beschwerden besonders stark sind, machen Sie den Test lieber zu einer anderen Gelegenheit!

Bewerten Sie Ihre Symptome
Bitte bewerten Sie, wie intensiv die folgenden Klagen (5) Symptome gerade jetzt sind.

Wie stark Schmerzen oder sonstige Beschwerden haben Sie jetzt gerade im Bauch?
Kein (0%) bis sehr schweres Problem (100%) (2%)

Wie sehr ist jetzt gerade Übelkeit ein Problem?
Kein (0%) bis sehr schweres Problem (100%) (0%)

Wie sehr ist jetzt gerade ein geblähter Bauch (Blähbauch) ein Problem?
Kein (0%) bis sehr schweres Problem (100%) (0%)

Wie schmerzhaft ist gerade ein geblähter Bauch (Blähbauch) ein Problem?
Kein (0%) bis sehr schweres Problem (100%) (4%)

Wie schmerzhaft ist gerade Flatulenz (Blähungen mit Gasabgängen) ein Problem?
Kein (0%) bis sehr schweres Problem (100%) (0%)

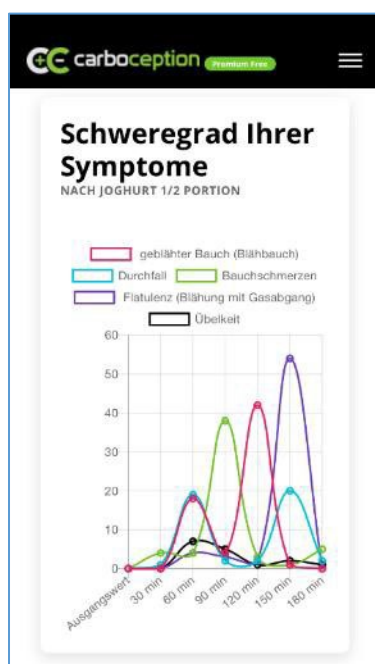
Wie schmerzhaft ist gerade Durchfall ein Problem?
Kein (0%) bis sehr schweres Problem (100%) (0%)

← Zurück Weiter →

- Nun folgen Sie den Angaben der App: Sie können die Testsubstanz trinken und danach den Timer starten.
- Die App erinnert Sie halbstündlich, den Fragebogen nach Magen-/Darmbeschwerden auszufüllen. Dies müssen Sie gewissenhaft tun.

TIPP: Stellen Sie zusätzlich den (Mobiltelefon-) Wecker ein, da die App-Erinnerung mitunter sehr dezent ist!

- Nach drei Stunden ist der Test beendet und Sie erhalten sofort das Ergebnis des Tests.
- Fotografieren Sie den Bildschirm /Screenshot), der den Schweregrad Ihrer Symptome zeigt.



Den Screenshot können Sie vor dem Besprechungstermin in der Ambulanz an folgende Email-Adresse senden, so dass das Testergebnis bereits vorab beurteilt werden kann:

- Email-Adresse: akh.cctest@yahoo.com
- Als **Betreff** geben Sie einfach „**LactoseTest**“ oder „**FruktoseTest**“ an, gefolgt vom geplanten Termin zum Atemtest in der Ambulanz
- Im Text geben Sie bitte an: Ihren **Namen, Geburtsdatum** und **Ergebnis** des Carboception Test (**positiv** oder **negativ**)

Alternativ drucken Sie bitte den Screenshot aus, tragen Ihren Namen, Ihr Geburtsdatum und das Ergebnis des Carboception-Tests (positiv oder negativ) ein (z.B. handschriftlich) und bringen den Ausdruck zum Testtermin mit. Geben Sie den Ausdruck in der Funktionsdiagnostik ab.

Ein gehäufter Esslöffel enthält etwa 15 g eines Zuckers:

