



**AllergyTrace**

vitatrace.app · SilvaGIS GmbH

# AllergyTrace — Bericht für Sprechstunde

Selbst-Tracking-Analyse · statistische Korrelationen

<b>BERICHTSDATUM</b>	01. Juni 2026
<b>GENERIERT MIT</b>	AllergyTrace 1.0.3
<b>DATENZEITRAUM</b>	01.04.2026 – 30.04.2026 (30 Tage)

## ALLERGENE

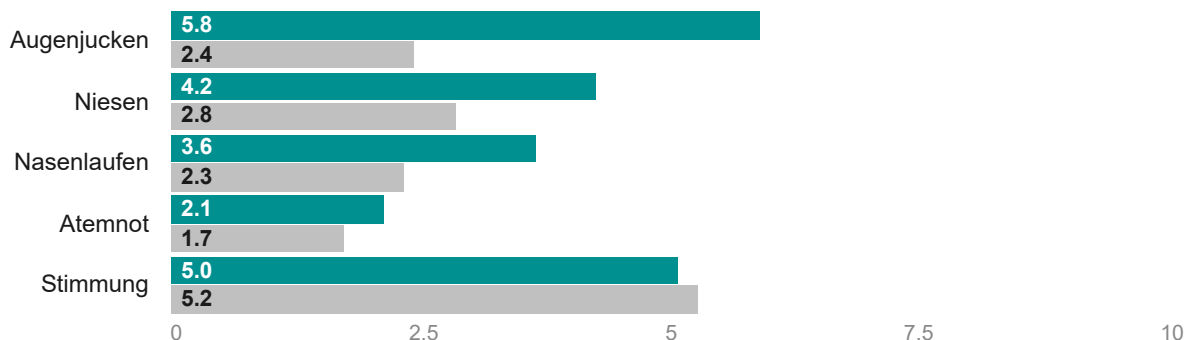
### Birkenpollen

POLLEN · SAISON MÄRZ – MAI (CH)

<b>BEWERTUNG</b>	Triggert Symptome statistisch signifikant
<b>STATISTISCHE KONFIDENZ</b>	84% (Hoch)
<b>METHODIK</b>	Schnellanalyse (Welch's t-Test, Cohen's d) + OLR mit Lag-Suche
<b>TAGE MIT EXPOSITION / TAGE OHNE</b>	14 / 16
<b>BESTE LAG-ZEIT</b>	0 h (sofortige Reaktion)

BEOBACHTETE WIRKUNGEN	MIT	OHNE	Δ	D	P
Augenjucken	5.8	2.4	+3.4	2.71	<0.001
Niesen	4.2	2.8	+1.4	0.96	0.027
Nasenlaufen	3.6	2.3	+1.3	0.91	0.034
Atemnot	2.1	1.7	+0.4	0.37	0.32
Stimmung	5.0	5.2	-0.2	0.18	0.64

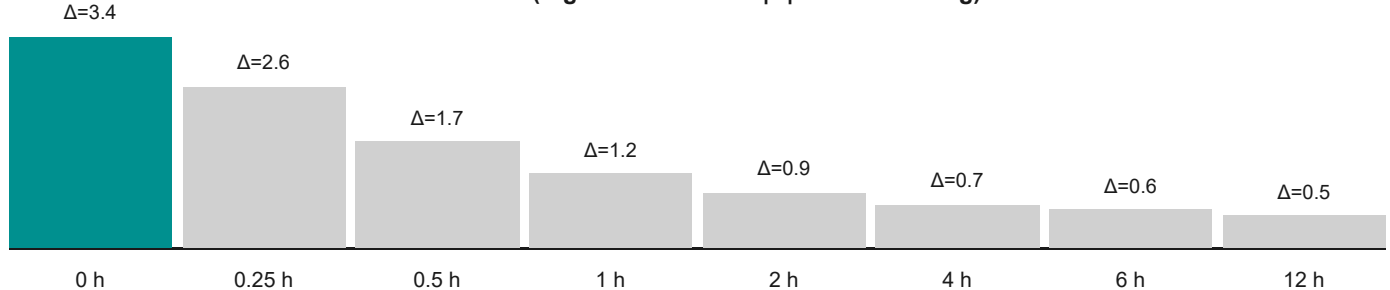
Mit Exposition    Ohne Exposition



## Wie fühlt sich der Patient an Expositionstagen?



## Welche Wirkzeit erklärt die Daten am besten? (Signal-Stärke: max $|\Delta|$ bei diesem Lag)



## Katzenhaare

TIER · GANZJÄHRIG RELEVANT

<b>BEWERTUNG</b>	Triggert Symptome statistisch signifikant
<b>STATISTISCHE KONFIDENZ</b>	67% (Mittel)
<b>METHODIK</b>	Schnellanalyse (Welch's t-Test, Cohen's d) + OLR
<b>TAGE MIT EXPOSITION / TAGE OHNE</b>	6 / 24
<b>BESTE LAG-ZEIT</b>	0.25 h (15 Min)

BEOBSACHTETE WIRKUNGEN	MIT	OHNE	$\Delta$	D	P
Augenjucken	5.8	3.5	+2.3	1.42	0.012
Niesen	5.0	3.1	+1.9	1.18	0.029
Atemnot	3.5	1.8	+1.7	1.05	0.041
Nasenlaufen	3.2	2.6	+0.6	0.42	0.31

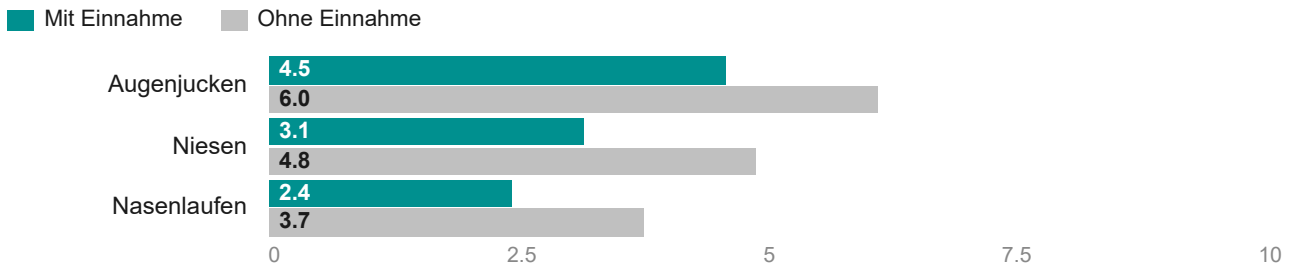
## LINDERUNGSMITTEL

## Cetirizin 10 mg

ANTI-HISTAMINIKUM · ORAL · 1x TÄGLICH

<b>BEWERTUNG</b>	Lindert Symptome (grenzwertig bis signifikant)
<b>STATISTISCHE KONFIDENZ</b>	62% (Mittel)
<b>METHODIK</b>	Subgruppen-Vergleich: Expositionstage mit vs. ohne Einnahme
<b>TAGE MIT EINNAHME / TAGE OHNE (BEI EXPOSITION)</b>	8 / 6

BEOBACHTETE WIRKUNGEN (AN BIRKEN-TAGEN)	MIT	OHNE	Δ	D	P
Augenjucken	4.5	6.0	-1.5	1.25	0.053
Niesen	3.1	4.8	-1.7	1.15	0.041
Nasenlaufen	2.4	3.7	-1.3	0.87	0.078



### ⚠ Methodischer Hinweis

Werden mehrere Allergene oder Linderungsmittel zur GLEICHEN Zeit erfasst, lässt sich statistisch nicht immer trennscharf unterscheiden, welcher Faktor welche Wirkung verursacht (Confounding). Die OLR im Modell adjustiert für parallele Allergen-Expositionen, kann aber bei stark korrelierten Triggern (z. B. zwei früh blühende Pollen) keine eindeutige Hierarchie bestimmen. Bei kleinen Subgruppen ( $n < 10$ ) sind p-Werte zudem mit Unsicherheit behaftet.

## TAGEBUCH (AUSZUG, LETZTE 7 TAGE)

DATUM	ZEIT	SYMPTOM-WERTE (0–10)	ALLERGEN-EXPOSITION / LINDERUNGSMITTEL
30.04.26	08:00	Augenjucken: 2 · Niesen: 1 · Nasenlaufen: 2 · Atemnot: 1 · Stimmung: 7	—
29.04.26	07:30	Augenjucken: 3 · Niesen: 2 · Nasenlaufen: 2 · Atemnot: 2 · Stimmung: 6	—
28.04.26	08:00	Augenjucken: 2 · Niesen: 2 · Nasenlaufen: 1 · Atemnot: 1 · Stimmung: 7	—
27.04.26	07:00	Augenjucken: 2 · Niesen: 3 · Nasenlaufen: 3 · Atemnot: 2 · Stimmung: 6	—
26.04.26	07:30	Augenjucken: 1 · Niesen: 1 · Nasenlaufen: 1 · Atemnot: 1 · Stimmung: 8	—
25.04.26	08:00	Augenjucken: 3 · Niesen: 2 · Nasenlaufen: 2 · Atemnot: 1 · Stimmung: 6	—
24.04.26	07:30	Augenjucken: 7 · Niesen: 4 · Nasenlaufen: 4 · Atemnot: 3 · Stimmung: 4	Birkenpollen (hoch) · Cetirizin 10mg
23.04.26	08:00	Augenjucken: 2 · Niesen: 2 · Nasenlaufen: 2 · Atemnot: 1 · Stimmung: 7	—
22.04.26	07:30	Augenjucken: 6 · Niesen: 5 · Nasenlaufen: 3 · Atemnot: 2 · Stimmung: 5	Birkenpollen (moderat) · Cetirizin 10mg
21.04.26	08:00	Augenjucken: 1 · Niesen: 1 · Nasenlaufen: 1 · Atemnot: 1 · Stimmung: 8	—

## **HINWEIS**

Dieser Bericht zeigt statistische Zusammenhänge aus Selbst-Tracking-Daten. Er stellt KEINE medizinische Diagnose dar und ersetzt KEINE ärztliche oder allergologische Beurteilung. Korrelation ist nicht gleich Kausalität (mögliche Confounder: Wetter, Stress, weitere Allergene, Schlaf). Therapie-Anpassungen ausschliesslich nach Rücksprache mit der behandelnden Fachperson. Diagnostische Bestätigung über Pricktest, sIgE oder Provokationstest erfolgt unabhängig von dieser App.

AllergyTrace 1.0.3 · 01. Juni 2026