

Medikations-Historie

01.09.2024 - Allopurinol 100mg
01.02.2025 - Allopurinol 150mg

Zusammenfassung des Zeitraums | 24.11.2025 - 16.12.2025

DURCHSCHNITTliche HARNSÄURE

4.5 mg/dL

Tiefstwert: 4.1 mg/dL | Höchstwert: 5.0 mg/dL

HARNSÄURE-TREND (30 TAGE)

Zu wenig Daten

Benötigt mind. 60 Tage Daten für Vergleich

ANFALLSFREIE ZEIT

Kein Anfall

Kein Gichtanfall im Tagebuch dokumentiert

DOKUMENTIERTE TAGE

4

4 von 23 möglichen Tagen (24.11.2025 - 16.12.2025)

MEDIKAMENTEN-PROTOKOLL

4 / 4

Tage mit dokumentierter Medikamenteneinnahme (bitte mit Verschreibung abgleichen)

GRÜNE TAGE (DREIFACH-CHECK)

100 %

4 von 4 Tagen: Purinarm & gichtfreundlich + kein Alkohol + Medis eingenommen

GEWICHTSENTWICKLUNG

87.8 kg → 85.5 kg

-2.3 kg ▼ (positiv - Gewicht gesunken/stabil)

SPORT & BEWEGUNG

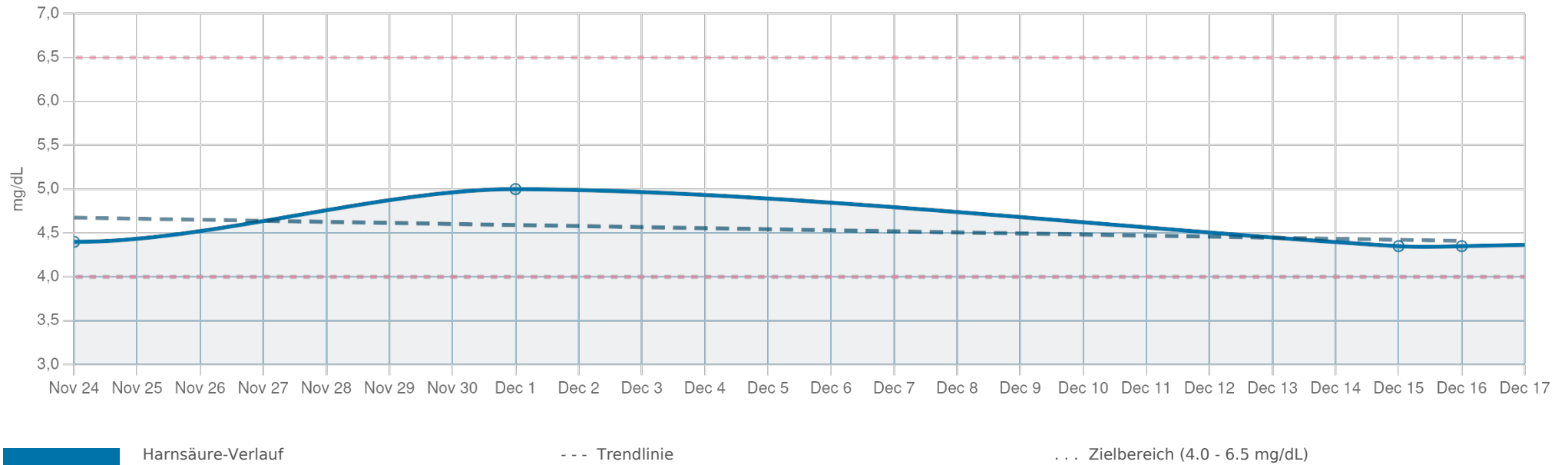
2 aktive Tage

Tage mit dokumentierter körperlicher Aktivität im Zeitraum

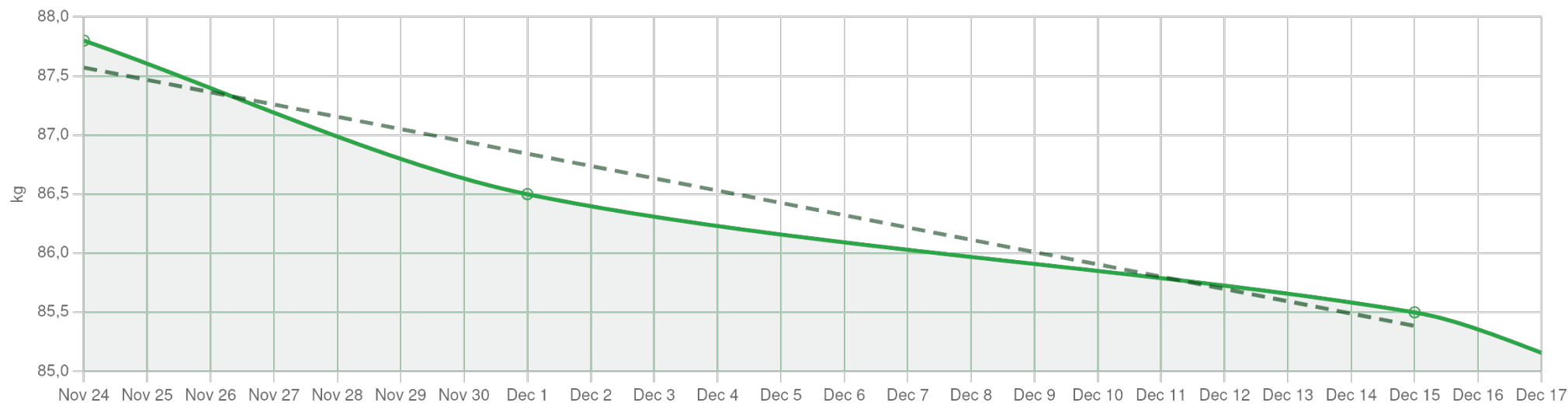
Grüner Tag = ① Purinarm & gichtfreundlich gegessen + ② Kein Alkohol + ③ Tages-Medikation eingenommen

Wichtiger Hinweis: Dieser Report dient ausschließlich als Gesprächsgrundlage mit Ihrem Arzt. Er stellt keine medizinische Diagnose dar. Alle Entscheidungen zur Therapie treffen Sie gemeinsam mit Ihrem behandelnden Arzt.

Harnsäure-Verlauf (mg/dL)



Gewichts-Verlauf (kg)



■ Gewichtsverlauf
Start: 87.8 kg → Aktuell: 85.5 kg

--- Trendlinie
▼ -2.3 kg - Gewicht gesunken oder stabil

Monatsübersicht - Aggregierte Werte

Monat	Einträge	Ø Harnsäure	Trend	Min / Max	Ø Gewicht	Grüne Tage %	Sport-Tage
Dezember 2025	3	4.6 mg/dL	▲ +0.2	4.1 / 5.0	86 kg	100% (3/3)	2 Tage
November 2025	1	4.4 mg/dL	-	4.4 / 4.4	87.8 kg	100% (1/1)	0 Tage

■ Ø HS ≤ 6.0 mg/dL (Zielbereich) ■ Ø HS 6.0 - 6.5 mg/dL (Grenzbereich) ■ Ø HS > 6.5 mg/dL (Erhöht)

Tägliche Einträge - Detailansicht

Datum	Harnsäure	Gewicht	Essen ok?	Kein Alkohol	Tages-Medis	Keine Bedarfs-Medis	Gichtanfall	Beschwerden	Bewegung
16.12.2025	4.1 / 4.6	-	OK	Ja	Ja	Ja	Keiner	Keine	Ja
15.12.2025	4.3 / 4.4	85.5	OK	Ja	Ja	Ja	Keiner	Keine	-
01.12.2025	5.0 / 5.0	86.5	OK	Ja	Ja	Ja	Keiner	JA	Ja
24.11.2025	4.4	87.8	OK	Ja	Ja	Ja	Keiner	Keine	-