

Oviva-Patientin berichtet: “Mit dieser App habe ich 20 Kilo abgenommen und eine Gallenblasen-OP verhindert”

- Die zertifizierte Gesundheits-App Oviva hilft Menschen mit Übergewicht, abzunehmen und Krankheiten vorzubeugen
- Einige der über 315.000 Patient:innen von Oviva konnten OPs verhindern
- Anna Audorf teilt ihre Erfolgsgeschichte auf dem Weg zu einer nachhaltig besseren Gesundheit

Berlin, 18. August 2022 - Wegen plötzlicher starker Schmerzen im Bauch konsultierte Anna Audorf 2021 verschiedene Ärzte. Die Diagnose: Gallenkolik, Stoffwechselstörung und eine Cholesterinunverträglichkeit. Die Ärzte rieten ihr zur Gallenblasen-OP. Doch die 55-jährige Berlinerin suchte nach einer alternativen Möglichkeit, ihre gesundheitlichen Probleme in den Griff zu bekommen und stieß auf die Oviva App. Oviva ist eine App mit individueller, persönlicher Ernährungsberatung, die Menschen mit Adipositas beim Gewichtsmanagement unterstützt, Verhaltensmuster langfristig ändert, sowie Krankheiten vorbeugt. Audorf konnte mit der App in einem Jahr 20 Kilo Gewicht verlieren und eine Entfernung der Gallenblase durch operativen Eingriff verhindern.



Anna rechts im Bild

Anna schaut drei bis fünf Mal am Tag in die App Oviva, die mit ihrer Waage und ihrem Fitness Armband verbunden ist. Die App hilft ihr im Alltag einen Überblick über ihre Ernährung, Bewegung sowie den Flüssigkeitsbedarf zu behalten und enthält Hintergrundinformationen zu Ernährungsthemen. Bei Bedarf unterstützt ein/e zertifizierte Ernährungsberater*in via Chat, Video oder Telefon.

Nach kurzer Zeit verbesserten sich Anna's Werte und auch ihre Ärztin war überzeugt. „Bereits im ersten halben Jahr habe ich etwa zehn Kilo Gewicht verloren und meine Werte haben sich schnell verbessert. Ich wollte nicht nur einfach etwas ändern, sondern auch wissenschaftlich meine Stoffwechselstörung verstehen. Mit der App habe ich viele Aha-Erlebnisse und lerne, was mir gut tut.“

Ob Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, Stoffwechselerkrankungen, wie Diabetes Typ 2 oder starkes Übergewicht - gesunde Ernährung spielt eine große Rolle für einen gesunden Körper. Oviva unterstützt dabei, die Ess- und Lebensgewohnheiten nachhaltig umzustellen – mit Hilfe des evidenzbasierten Ansatzes einer smarten, intuitiven App und personalisierter Ernährungsberatung. Oviva richtet sich an Menschen, die mithilfe einer Ernährungsumstellung bestehenden und ernährungsbedingten Krankheiten entgegenwirken und damit die Ursachen der Krankheit anstatt nur die Symptome bekämpfen möchten. Aber auch als Präventionsmaßnahme ist Oviva zertifiziert und wird von Krankenkassen übernommen -

Viele der weltweit über 315.000 Patient*innen von Oviva konnten einer bevorstehenden OP vorbeugen, durch den Gewichtsverlust ihren Blutdruck senken oder ihr Diabetes in den Griff bekommen. Insgesamt haben die Oviva-Patient*innen im Jahr 2021 165.000 Kilo verloren. Anna Audorf ist glücklich: „Die App hat sofort zu mir gepasst. Denn sie funktioniert ohne Diät, ohne Verbote und hat zum Ziel eine langfristige Ernährungs- und Verhaltensumstellung. Die Entzündung ist verschwunden und in der Sonografie ist die Vernarbung der Galle kaum noch zu sehen und meinen Cholesterin-Wert habe ich auch fast wieder komplett in Balance.“



Über Oviva

Oviva wurde im Jahr 2014 von einem multidisziplinären Team bestehend aus Experten der Medizin- und Technologiebranche gegründet. Die Hälfte der europäischen Bevölkerung leidet an Übergewicht und ist so einem

höheren Risiko ausgesetzt, an Diabetes Typ 2 zu erkranken. Die drei Gründer Kai Eberhardt (CEO), Manuel Baumann (CTO) und Mark Jenkins (UK Managing & Medical Director) erkannten, dass es trotz dieser Ausgangslage keine individuellen, langfristig wirksamen Behandlungsmöglichkeiten gab.

Die Lösung fanden sie in der Kombination aus persönlicher Beratung mit einer smarten App, über die Menschen Informationen wie Mahlzeiten, körperliche Aktivität oder Gewicht festhalten. Zudem ermöglicht die App einen regelmässigen Austausch mit der Ernährungsberaterin via Chat und versorgt die Nutzer mit hilfreichen Lerninhalten. Langfristig gesehen hilft Oviva ihren Patienten, ein gesünderes Leben zu führen, entlastet Fachkräfte im Hinblick auf Fragen rund um Gewicht und Lebensgewohnheiten und führt zu Einsparungen des Gesundheitssystems. Oviva arbeitet direkt mit gesetzlichen Krankenkassen und nationalen Gesundheitssystemen zusammen und ist in der Schweiz, in Deutschland, in der UK und in Frankreich tätig.

[Komplette Studie](#)