
Eisenreiche Ernährung dank künstlicher Intelligenz: CSS Versicherung präsentiert virtuellen EisenCoach am Digitaltag

Welche Nahrungsmittel sind besonders eisenhaltig? Die CSS Versicherung hat mit Partnern eine App entwickelt, die per Foto den Eisengehalt auf dem Teller bestimmt – den weltweit ersten präventiven Ansatz gegen Eisenmangel. Am Digitaltag erfahren die Besucher am CSS-Stand, wie solche digitalen Anwendungen die eigene Gesundheitskompetenz erhöhen.

Müde und energielos? Dahinter kann ein Eisenmangel stecken – eine der häufigsten Mangel-erkrankungen, vor allem unter Frauen. Das Problem: Der Körper bildet das Spurenelement nicht von alleine, vielmehr muss es über die Nahrung aufgenommen werden.

Dem Eisenmangel ohne Medikamente entgegenwirken

Die CSS hat gemeinsam mit der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) und dem Schweizer Start-up SNAQ die App «EisenCoach» entwickelt. Es handelt sich dabei um den weltweit ersten präventiven Ansatz gegen Eisenmangel, der auf Aufklärung statt auf Nahrungsergänzungsmittel und Medikamente setzt. Nutzer müssen lediglich fotografieren, was sie essen. Die App analysiert mittels künstlicher Intelligenz den Inhalt des Tellers und zeigt den Eisengehalt einer Mahlzeit an. Basierend auf dem eigenen Ernährungsverhalten gibt die App wissenschaftlich fundierte Tipps, wie die Eisenaufnahme erhöht werden kann.

Bei der App handelt es sich um eine Beta-Version, die vorerst auf die Nutzung während dreier Wochen ausgelegt ist. Die App kann kostenlos, anonym und ohne Registrierung von CSS-Kunden und Nicht-Kunden genutzt werden. Basierend auf dem Feedback der Nutzer entwickelt die CSS die App weiter.

Virtueller Asthmacoach für Kinder

In eine ähnliche Richtung wie der EisenCoach zielt MAX, der virtuelle AsthmaCoach für Kinder. Auf verspielte Art und Weise lernen Betroffene per App mehr über den Umgang mit ihrer Krankheit. Die Studien-App aus dem CSS Health Lab wurde während mehreren Monaten mit Spitälern und der Lungenliga getestet. Wichtige Elemente sind Lernvideos, der Einbezug der Eltern, die Interaktion mit dem Chatbot MAX, sowie der Chat mit ihrem Arzt oder Experten. Sowohl dem Asthma-, als auch dem Eisencoach liegt die Überzeugung zugrunde, dass Betroffene dazu beitragen können, ihre Lebensqualität zu verbessern. Die CSS als Gesundheitspartner möchte das erforderliche Hintergrundwissen vermitteln, um die Gesundheitskompetenz zu erhöhen. Die Smartphone-Anwendungen sind unkomplizierte Helfer, die zeit- und ortsunabhängig laufend Wissen erweitern und helfen das eigene Verhalten zu ändern.

Am Digitaltag vom 3. September 2019 werden beide Apps dem Publikum am Hauptbahnhof Zürich (Themenwelt Gesundheit) nähergebracht.

Die Medienmitteilung sowie Bildmaterial sind unter www.css.ch/medien abrufbar.

Kurzprofil der CSS Gruppe

Die CSS Gruppe mit Sitz in Luzern wurde 1899 gegründet. Das traditionsreiche Unternehmen versichert rund 1,7 Millionen Menschen und zählt mit einem Prämienvolumen von rund 6,17 Milliarden Franken zu den führenden Schweizer Kranken-, Unfall- und Sachversicherern. In der Grundversicherung ist sie Marktführerin: 1,38 Millionen Menschen vertrauen der CSS, die mit über 100 Agenturen schweizweit und rund 2700 Mitarbeitenden nahe bei ihren Versicherten ist. Die CSS stellt ihren Kunden Informationen zur Verfügung, die Orientierung bieten und bei Entscheidungen in Gesundheitsfragen unterstützen.