

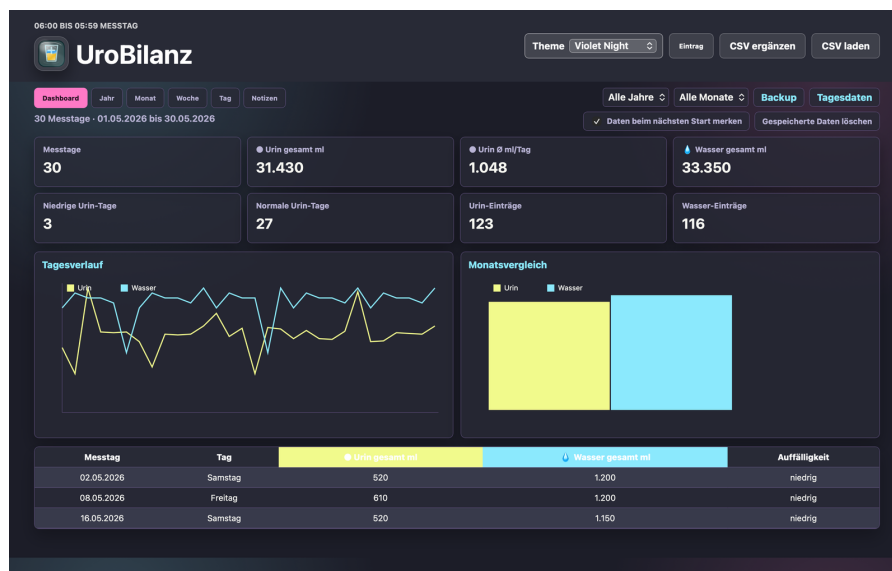


UroBilanz Handbuch

Der klare Leitfaden fuer dein lokales Urin- und Fluessigkeitsprotokoll

UroBilanz hilft dir, lokale Protokolldaten zu ordnen und auszuwerten. Dieses vollstaendige Handbuch beschreibt den ersten Start, jede Ansicht, Eingabefelder, Schalter, Exporte und Datenschutzgrenzen.

Deutsch | Stand: Juli 2026



UroBilanz - Web-App mit synthetischen Demo-Daten

Inhalt

1. Zweck, Grenzen und Plattformen
2. Bildschirmkarte und Bedienelemente
3. Erster Start, CSV laden und CSV ergaenzen
4. Lokale Speicherung und Daten entfernen
5. Eintraege erfassen, bearbeiten und loeschen
6. Dashboard und Zeitansichten
7. Messtage, Vollstaendigkeit und Regeln
8. Backups und Exportformate
9. Arztbericht erstellen
10. Themes, Sprache und Darstellung
11. Einstellungen, Updates und Ueber
12. KI-Hilfe, Fehlerbericht und Support
13. Datenschutz und sichere Weitergabe
14. Problemloesung und Begriffe

1. Zweck, Grenzen und Plattformen

UroBilanz ist ein lokales Protokoll- und Auswertungstool fuer Urin-, Wasser- und Hinweis-Eintraege. Es erstellt keine Diagnose und gibt keine medizinischen Empfehlungen. Die Web-App und die macOS-App verwenden dieselben Grundfunktionen.

- CSV laden: Eine Original-Urinote-CSV oder Tagesdaten-CSV lokal importieren.
- Eintrag: Urin, Wasser oder einen Hinweis manuell erfassen.
- Ansichten: Dashboard sowie Jahr, Monat, Woche, Tag und Regeln vergleichen.
- Sichern: Daten als Backup, Tagesdaten oder JSON lokal exportieren.

2. Bildschirmkarte und Bedienelemente

Funktion	Ort und Wirkung
CSV laden	Oben rechts und auch in der leeren Startansicht. Oeffnet einen lokalen Dateidialog; die Datei bleibt auf deinem Geraet.
CSV ergaenzen	Oben rechts. Fuegt neue Eintraege aus einer weiteren Original-Urinite-CSV hinzu und ueberspringt bereits vorhandene Eintraege.
Eintrag	Oben rechts. Oeffnet die manuelle Eingabe fuer Urin, Wasser und Hinweise.
Dashboard / Jahr / Monat / Woche / Tag / Regeln	Register links in der Werkzeugleiste. Sie wechseln nur die lokale Darstellung deiner geladenen Daten.
Jahr und Monat	Filter rechts in der Werkzeugleiste. Begrenzen die angezeigten Tabellen und Diagramme auf den gewaehlten Zeitraum.
Tagesliste filtern	In der Tagesansicht. Durchsucht sichtbare Typen, Einzel- und Tagesmengen, Uhrzeit und Hinweise und zeigt Messtage mit Urin-, Wasser- oder Hinweis-Eintraegen des gewaehlten Typs. Zum Beispiel findet `Urin 870` einen Messtag mit dieser Urin-Gesamtmenge. Die vollstaendigen Werte eines gefundenen Messtags bleiben sichtbar; Auswertungen, Berichte und Exporte aendern sich nicht.
Backup	Menue rechts: Komplett-Backup, Tagesbackup oder JSON-Export lokal speichern.
Arztbericht	Rechts in der Werkzeugleiste. Waehlt Zeitraum und Inhalte fuer einen lokalen, druckfreundlichen Bericht.
Daten merken / gespeicherte Daten loeschen	Rechts unter der Werkzeugleiste. Speichert die geladene CSV nur lokal im Browser bzw. in der macOS-App oder entfernt sie wieder.
Web-App installieren	Starte in der Web-App zuerst `Start_Urinprotokoll.command`. Danach kann der Browser die PWA installieren. Der Offline-Cache enthaelt nur App-Dateien, keine CSV- oder Messdaten.
Theme und Sprache	Oben rechts. Veraendern das Erscheinungsbild beziehungsweise die sichtbare Sprache, nicht die Messdaten.

06:00 BIS 06:59 MESSTAG

UroBilanz

Theme

Violet Night

Eintrag

CSV ergänzen

CSV laden

Dashboard

Jahr

Monat

Woche

Tag

Notizen

Alle Jahre

Alle Monate

Backup

Tagesdaten

30 Messtage · 01.05.2026 bis 30.05.2026

✓ Daten beim nächsten Start merken

Gespeicherte Daten löschen

ml	● Urin Anzahl	● Urin gesamt ml	Wasser Uhrzeit	Wasser ml	Wasser gesamt ml	Hinweise
ml	4	870	07:00	300 ml	1.050	Demo-Hinweis: kurzer Tageskommentar.
ml			11:30	250 ml		
ml			16:45	300 ml		
ml			21:20	200 ml		
ml	3	520	07:00	300 ml	1.200	Demo-Hinweis: weniger Urin am Vormittag.
ml			11:30	300 ml		
ml			16:45	300 ml		
ml			21:20	300 ml		
ml	6	1.670	07:00	300 ml	1.150	Demo-Hinweis: Eintrag wirkt nur als Beispiel.
ml			11:30	350 ml		
ml			16:45	300 ml		
ml			21:20	200 ml		
ml	4	1.080	07:00	300 ml	1.150	Demo-Hinweis: Werte dienen nur der Vorschau.
ml			11:30	250 ml		
ml			16:45	300 ml		
ml			21:20	300 ml		
ml	4	1.070	07:00	300 ml	1.100	Demo-Hinweis: keine echten Gesundheitsdaten.
ml			11:30	300 ml		
ml			16:45	300 ml		
ml			21:20	200 ml		
ml	4	1.080	06:50	200 ml	600	
ml			18:30	400 ml		

Register, Filter und Tagesansicht

3. Erster Start, CSV laden und CSV ergaenzen

Die App startet absichtlich leer. So bleiben vorhandene Daten anderer Personen oder anderer App-Varianten getrennt.

- 1. Oeffne UroBilanz. Solange keine Daten geladen sind, siehst du die Startansicht.
- 2. Waehle CSV laden und waehle eine Original-Urinote-CSV oder eine Tagesdaten-CSV.
- 3. Pruefe das Dashboard und wechsele bei Bedarf zu Tag oder Woche.
- 4. Aktiviere Daten merken nur, wenn die CSV auf diesem Geraet lokal gespeichert bleiben soll.
- 5. Sichere wichtige Staende regelmassig ueber Backup.

CSV ergaenzen ist nur fuer eine weitere Original-Urinote-CSV gedacht. Eine Tagesdaten-CSV ist ein Exportformat und kann nicht als Ergaenzung verwendet werden.

06:00 BIS 05:59 MESSTAG

UroBilanz

Theme Violet Night Eintrag CSV ergänzen CSV laden

Dashboard Jahr Monat Woche

30 Messtage · 01.05.2026 bis 30.05.2026

Alle Jahre Alle Monate Backup Tagesdaten

✓ Daten beim nächsten Start merken Gespeicherte Daten löschen

Eintrag hinzufügen

Datum 30.05.2026

Urin Uhrzeit 08:10

Wasser Uhrzeit 08:30

Urin ml 250

Wasser ml 300

Tagesnotiz / Hinweis Demo-Notiz: Beispiel fuer die Eingabemaske.

Schließen Neu Hinzufügen Hinzufügen & schließen

Jahr	Monat	KW	Messtag	Urin ml	Wasser ml	Wasser gesamt ml
2026	Mai	18	01.05.2026	250	300	1.050
2026	Mai	18	02.05.2026	250	300	1.200
2026	Mai	18	03.05.2026	250	300	1.150
2026	Mai	19	04.05.2026	250	300	1.150
2026	Mai	19	05.05.2026	250	300	1.100
2026	Mai	19	06.05.2026	250	300	600

Manuelle Eingabe in der Web-App

4. Lokale Speicherung und Daten entfernen

UroBilanz speichert keine Messdaten in einem Cloud-Konto. Entscheidend ist, ob du die lokale Erinnerungsfunktion einschaltest. Die folgende Tabelle trennt die gleich klingenden Loesch- und Speicheraktionen.

Aktion	Was lokal geschieht
Ohne Daten merken	Geladene und manuell erfasste Daten sind nur fuer die laufende Sitzung vorhanden. Beim erneuten Oeffnen laedt die App keine fruehere CSV automatisch.
Daten merken	Die aktuell geladene CSV wird in der lokalen Speicherung des jeweiligen Browsers oder der macOS-App hinterlegt. Sie wird beim naechsten Start wieder verwendet.
Gespeicherte Daten loeschen	Entfernt nur die von UroBilanz gemerkte lokale Kopie und deaktiviert Daten merken. Die urspruengliche Datei im Finder und externe Backups bleiben unveraendert.
Tag oder Eintrag loeschen	Entfernt diese Inhalte aus der aktuellen lokalen Auswertung und damit aus kuenftigen Exporten. Erstelle vorher ein Backup, wenn du sie behalten willst.
App-Varianten	Dev, Beta und Final verwenden getrennte App-Container. Daten aus einer Variante erscheinen nicht automatisch in einer anderen.

Ein Backup ist eine eigenstaendige Datei. Daten merken ist kein Backup und schuetzt nicht vor dem Loeschen eines Tages oder dem Verlust des Geraets.

5. Einträge erfassen, bearbeiten und löschen

Mit Eintrag öffnest du die manuelle Eingabe. Datum und Uhrzeit bestimmen, welchem Messtag eine Angabe zugeordnet wird. Trage mindestens einen Urinwert, einen Wasserwert oder einen Hinweis ein. Mit Hinzufügen bleibt der Dialog offen; mit Hinzufügen & schließen wird er danach geschlossen. Zurücksetzen leert den Dialog. In der Tagesansicht kannst du einzelne Einträge bearbeiten oder löschen; Tag löschen entfernt alle Einträge dieses Messtags aus der lokalen Auswertung und aus künftigen Exporten.

- Urin ml und Wasser ml: Mengen bleiben getrennt; Wasser wird nicht zur Urinmenge addiert.
- Hinweis: sichtbarer Kontext, aber keine automatische medizinische Bewertung.
- Urin Hinweis: Ein Hinweis bei einem Urinwert bleibt an dessen Uhrzeit ausgerichtet.

Eintrag hinzufügen

Datum 29. 5. 2026

Urin Uhrzeit 06:39

Urin ml

Wasser Uhrzeit 06:39

Wasser ml

Hinweis

Einträge an diesem Messtag

06:20	Urin	220 ml	Bearbeiten	Löschen
07:00	Wasser	300 ml	Bearbeiten	Löschen
10:15	Urin	240 ml	Bearbeiten	Löschen
11:30	Wasser	300 ml	Bearbeiten	Löschen

Schließen Neu Hinzufügen Hinzufügen & schließen

Manuelle Eingabe in der macOS-App

Eingabefelder und Aktionen

Beim Bearbeiten eines vorhandenen Eintrags gilt dieselbe Bedeutung der Felder. Aendere nur die Werte, die korrigiert werden sollen; pruefe danach die Tagesansicht, weil sich Reihenfolge, Summen und Vollstaendigkeit dadurch aendern koennen.

Feld oder Schalter	Zweck und Wirkung
Datum	Legt den Kalendertag fest. Die Zuordnung zum Messtag folgt zusaetzlich der 06:00-Grenze aus Kapitel 7.
Uhrzeit Urin	Zeitpunkt des Urinwerts. Sie erscheint in der Tagesansicht und bestimmt die zeitliche Reihenfolge.
Urin ml	Menge eines Urinereignisses in Millilitern. Nur diese Menge wird fuer Urinsummen und die niedrig/normal-Kennzeichnung verwendet.
Uhrzeit Wasser	Zeitpunkt einer Trinkmenge. Wasser bleibt eine getrennte Kategorie und wird nicht zur Urinmenge gerechnet.
Wasser ml	Menge eines Trinkereignisses in Millilitern; sie dient als sichtbarer Kontext in den Ansichten und Exporten.
Hinweis	Freier lokaler Text zu einem Zeitpunkt oder Tag. Er ist nur Kontext und aendert keine automatische Bewertung.
Hinzufuegen / Hinzufuegen & schliessen	Speichert die eingegebenen Werte lokal. Die erste Variante laesst den Dialog fuer weitere Eingaben offen; die zweite beendet den Dialog danach.
Zuruecksetzen	Leert die noch nicht gespeicherten Werte des Dialogs. Bereits gespeicherte Eintraege bleiben erhalten.

Loeschen ist eine lokale Aenderung und wird nicht rueckgaengig gemacht. Ein vorher erstelltes Komplett-Backup ist die einfachste Moeglichkeit, einen frueheren Stand zu behalten.

6. Dashboard und Zeitansichten

Das Dashboard fasst den geladenen Zeitraum zusammen. Jahr, Monat und Woche verdichten dieselben Daten in Tabellen. Die Tagesansicht zeigt die einzelnen Zeiten, Mengen und Hinweise. Regeln erklart die verwendete organisatorische Logik. Die Streak-Anzeige zaehlt aufeinanderfolgende Messtage mit Eintraegen.

Ansicht	Was sie zeigt und wann sie sinnvoll ist
Dashboard	Schneller Gesamtueberblick ueber den geladenen oder gefilterten Zeitraum: Summen, Durchschnittswerte, Verlauf und Kennzeichnungen. Nutze es nach dem Laden fuer den ersten Plausibilitaetscheck.
Jahr	Zusammenfassung nach Monaten im gewaehlten Jahr. Sinnvoll fuer laengere Verlaeufoe und den Vergleich von Monaten.
Monat	Zusammenfassung der Messtage im gewaehlten Monat. Sinnvoll, um Regelmassigkeit und einzelne unvollstaendige Tage zu sehen.
Woche	Verdichtet die Daten in Kalenderwochen. Sinnvoll fuer einen mittleren Zeitraum ohne die Detailmenge der Tagesansicht.
Tag	Chronologische Liste einzelner Urin-, Wasser- und Hinweis-Eintraege. Hier lassen sich einzelne Eintraege bearbeiten oder loeschen und ein ganzer Messtag entfernen.
Regeln	Erklaert die feste Zuordnung zu Messtagen sowie Vollstaendigkeit und Kennzeichnungen. Diese Seite veraendert keine Daten.
Jahr-/Monat-Filter	Begrenzen die angezeigten Daten in den passenden Ansichten. Sie loeschen, verschieben oder exportieren nichts.

UroBilanz

Tag

30 Messtage · 01.05.2026 bis 30.05.2026

Daten merken

Chrome Sitemap

Eintrag

CSV laden

Backup

Tagesdaten

Dashboard

Jahr

Monat

Woche

Tag

Notizen

Jahr	Alle Jahre	Monat	Alle Monate					
Datum	Tag	Urin Zeiten	Urin ml	Urin Summe	Wasser Zeiten	Wasser ml	Wasser Summe	Hinweise
01.05.2026	Freitag	06:20 18:15 14:40 20:10	220 ml 180 ml 210 ml 260 ml	870	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 250 ml 300 ml 280 ml	1.050	Demo-Hinweis: kurzer Tageskommentar.
02.05.2026	Samstag	08:30 13:20 19:10	120 ml 190 ml 210 ml	520	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 300 ml 300 ml 280 ml	1.200	Demo-Hinweis: weniger Urin am Vormittag.
03.05.2026	Sonntag	06:20 18:15 14:40 20:10 03:10	280 ml 220 ml 290 ml 300 ml 160 ml	1.670	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 350 ml 300 ml 280 ml	1.150	Demo-Hinweis: Eintrag wirkt nur als Beispiel.
04.05.2026	Montag	06:20 18:15 14:40 20:10	310 ml 210 ml 210 ml 320 ml	1.080	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 250 ml 300 ml 300 ml	1.150	Demo-Hinweis: Werte dienen nur der Vorschau.
05.05.2026	Dienstag	06:20 18:15 14:40 20:10	220 ml 200 ml 250 ml 140 ml	1.070	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 300 ml 300 ml 200 ml	1.100	Demo-Hinweis: keine echten Gesundheitsdaten.
06.05.2026	Mittwoch	06:20 18:15 14:40 20:10	250 ml 180 ml 290 ml 360 ml	1.080	06:50 18:30	200 ml 400 ml	600	
07.05.2026	Donnerstag	06:20 18:15 14:40 20:10	280 ml 200 ml 210 ml 260 ml	950	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 250 ml 300 ml 280 ml	1.050	
08.05.2026	Freitag	08:30 13:20 19:10 05:20	120 ml 190 ml 210 ml 90 ml	610	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 300 ml 300 ml 300 ml	1.200	
09.05.2026	Samstag	06:20 18:15 14:40 20:10	220 ml 240 ml 290 ml 300 ml	1.050	07:00 11:30 16:45 21:20	300 ml 350 ml 300 ml 280 ml	1.150	Demo-Hinweis: ruhiger Tag mit normaler Trinkmenge.

Tagesansicht in der macOS-App

7. Messtage, Vollstaendigkeit und Regeln

UroBilanz verwendet feste organisatorische Regeln, damit Zeiten am Tagesrand einheitlich ausgewertet werden. Diese Regeln gelten gleich in allen Ansichten, Berichten und Exporten der Tageszusammenfassung.

Regel	Bedeutung
Messtag	Laeuft von 06:00 bis 05:59. Eintraege von 00:00 bis 05:59 gehoeren zum Vortag; die Uhrzeit bleibt sichtbar.
Vollstaendig	Nur Tage mit mindestens acht Stunden zwischen erstem und letztem Urin- oder Wasserwert gehen in Summen, Durchschnitt und Bewertung ein.
Niedrig	Ein vollstaendiger Tag mit weniger als 700 ml Urin wird als niedrig gezeigt.
Normal	Ein vollstaendiger Tag ab 700 ml Urin wird als normal gezeigt.
Unvollstaendig	Randtage bleiben sichtbar, fliessen aber nicht in Summen, Durchschnitt oder niedrig/normal ein.
Wasser und Hinweise	Bleiben getrennt als Kontext sichtbar und veraendern keine Bewertung.

Die Kennzeichnungen niedrig, normal und unvollstaendig sind organisatorische Auswertungen. Sie sind keine Diagnose und ersetzen keine medizinische Beratung.

8. Backups und Exportformate

Oeffne Backup in der Werkzeugleiste und waehle das passende Format. Alle Dateien werden durch den Browser oder den macOS-Speicherdialog an einem von dir gewaehlten Ort gespeichert.

Option	Was sie lokal erstellt
Komplett-Backup	CSV mit allen Eintraegen im Originalformat fuer eine spaetere Wiederherstellung oder Kontrolle.
Tagesbackup	CSV mit zusammengefassten Messtagen fuer Austausch oder Archivierung.
JSON-Export	Strukturierter Export der Eintraege fuer eine eigene lokale Weiterverarbeitung.
Arztbericht	Druckfreundlicher Bericht mit Zeitraum, Zusammenfassung, Tagesverlauf und optionalen Tagesdetails sowie Hinweisen.

Beim Arztbericht waehle zuerst den Zeitraum. Tagesdetails und Hinweise sind eigene Schalter: Lass sie aus, wenn sie fuer den vorgesehenen Zweck nicht benoetigt werden.

Teile exportierte Dateien nur bewusst. Ein Export kann die von dir protokollierten Inhalte enthalten.

9. Arztbericht erstellen

Der Arztbericht ist eine Auswahl deiner lokalen Protokolldaten, keine medizinische Beurteilung. Er enthaelt nur den Zeitraum und die Inhalte, die du bei der Erstellung einschaltest.

Feld oder Schalter	Wirkung im Bericht
Von / Bis	Begrenzt den Bericht auf einen von dir gewaehlten Zeitraum. Pruefe beide Daten vor dem Speichern, besonders bei Monatswechseln.
Tagesdetails einschliessen	Fuegt die einzelnen Messtage zum Bericht hinzu. Ohne diesen Schalter bleibt der Bericht kompakter und zeigt vor allem die Zusammenfassung.
Hinweise einschliessen	Nimmt deine freien Notizen in den Bericht auf. Lass den Schalter aus, wenn sie fuer den vorgesehenen Empfaenger nicht erforderlich sind.
Bericht speichern	Erstellt einen lokalen, druckfreundlichen Bericht. In der macOS-App wird er als PDF gespeichert; die Web-App verwendet den lokalen Speicherdialog des Browsers.

Vorschau und gespeicherte Datei vor einer Weitergabe pruefen. UroBilanz versendet keinen Bericht selbststaendig.

10. Themes, Sprache und Darstellung

Das Theme-Menue oben rechts wechselt zwischen eingebauten Themes. Theme importieren liest eine eigene lokale JSON-Theme-Datei ein. Theme exportieren erzeugt eine bearbeitbare lokale Kopie des aktuellen Themes. Theme loeschen ist nur fuer importierte Themes aktiv; eingebaute Themes bleiben erhalten. Die Sprachwahl DE/EN aendert alle sichtbaren Texte einschliesslich der Erststart-Hilfe. Farben und Sprache veraendern keine Messwerte, Hinweise oder Exportinhalte.

- Daten merken: speichert die aktuell geladene CSV lokal fuer den naechsten Start.
- Gespeicherte Daten loeschen: entfernt diese lokale Merklste; die urspruengliche Datei ausserhalb der App bleibt unveraendert.
- Ueber UroBilanz: steht in der Web-App ganz rechts in der Kopfzeile und zeigt Version, Lizenz, Projektseite und Kontakt.

11. Einstellungen, Updates und Ueber

Die Web-App besitzt keine native macOS-Einstellungsseite. Die Funktionen rund um App-Version, Projektseite und Hilfe sind dort ueber die Kopfleiste und den Ueber-Dialog erreichbar. Fuer die installierbare PWA starte die Web-App ueber `Start_Urinprotokoll.command` auf localhost oder nutze HTTPS. Nach dem ersten Laden bleibt nur der App-Shell offline verfuegbar; CSV-, Export- und Messdaten werden nicht vom Service Worker gespeichert.

Bereich	Funktion
Einstellungen (macOS)	Enthaelt die Update-Informationen und die manuelle Suche nach einer neuen Version.
Auf Updates pruefen	Fragt nur oeffentliche Release-Informationen des Projekts ab. Messwerte, CSV-Inhalte und lokale Dateien werden dabei nicht uebermittelt.
Release oeffnen	Oeffnet nach deinem Klick die oeffentliche Release-Seite im Browser. Ein Download oder eine Installation erfolgt nicht automatisch.
Ueber UroBilanz	Zeigt App-Version, Lizenz, Projektseite und Kontakt. Die sichtbaren GitHub- und Discord-Symbole sind Links und oeffnen nur nach einem Klick.

12. KI-Hilfe, Fehlerbericht und Support

Die KI-Hilfe ist bewusst nur vor dem ersten Laden eigener Inhalte sichtbar. Sobald Daten vorhanden sind, bleibt die normale Arbeitsansicht im Vordergrund.

Funktion	Ablauf und Datenschutz
Handbuch oeffnen	Auf der leeren Startansicht. Oeffnet die oeffentliche Seite dieses vollstaendigen PDF-Handbuchs im Browser; keine lokalen Inhalte werden angehaengt.
ChatGPT, Google Gemini, Claude	Nur auf der leeren Startansicht. Nach einer Bestaetigung kopiert UroBilanz einen festen Schritt-fuer-Schritt-Hilfetext mit dem Link zur oeffentlichen Seite dieses vollstaendigen Handbuchs in die Zwischenablage und oeffnet die gewaehlte Website.
Text einfuegen	Du fuegst den Text selbst mit Cmd+V in den Dienst ein und entscheidest selbst, ob du ihn absendest. UroBilanz sendet nie automatisch etwas an einen KI-Dienst.
Fehler melden	Oeffnet einen lokalen Entwurf mit Beschreibung, Schritten zum Nachstellen und erwartetem Ergebnis. Du kannst die Vorschau pruefen, als Text speichern oder eine E-Mail bewusst vorbereiten.
Fehlerbericht-Inhalt	CSV-Werte, Hinweise, Gesundheitsdaten, lokale Dateipfade, Lizenz- oder Zugangsdaten werden nicht automatisch in den Entwurf aufgenommen.

Gib Messwerte, Notizen oder andere persoenliche Informationen nur weiter, wenn du das bewusst willst und den Empfaenger kennst.

13. Datenschutz und sichere Weitergabe

Bereich	Was UroBilanz tut - und nicht tut
Messdaten	Verarbeitung und Auswertung erfolgen lokal in der Web-App oder macOS-App. Es gibt keinen Cloud-Sync und kein Daten-Backend.
Dateien	CSV-, JSON-, Bericht- und Theme-Dateien werden nur ueber einen von dir ausgelosten Oeffnen- oder Speichern-Dialog verarbeitet.
Links	GitHub, Discord, Lizenz, Kontakt, Handbuch und externe KI-Dienste oeffnen erst nach einem bewussten Klick.
KI-Hilfe	Erhaelt von der App nur den festen Schritt-fuer-Schritt-Text und den oeffentlichen Handbuch-Link in deiner Zwischenablage. Keine lokalen App-Daten werden in den Text eingesetzt.
Berichte und Backups	Bleiben lokale Dateien, bis du sie selbst ueber einen anderen Dienst, E-Mail-Anhang oder Datentraeger weitergibst.

Bei Beschwerden, Unsicherheit oder Veraenderungen deines Gesundheitszustands hole medizinischen Rat ein. Dieses Handbuch und die App ersetzen keine fachliche Beratung.

14. Problemlösung und Begriffe

Wenn die Prüfungen das Problem nicht lösen, erstelle einen Fehlerbericht. Beschreibe dabei die Schritte möglichst allgemein und füge keine personenbezogenen Protokollinhalte bei.

Situation	Sinnvolle Prüfung
Keine Daten sichtbar	Prüfe, ob eine CSV geladen wurde, ob ein Jahr-/Monat-Filter den Zeitraum begrenzt oder ob gespeicherte Daten zuvor gelöscht wurden.
CSV lässt sich nicht ergänzen	CSV ergänzen akzeptiert nur eine weitere Original-Urinote-CSV. Lade eine Tagesdaten-CSV stattdessen normal oder verwende sie als Archiv.
Tag ist unvollständig	Prüfe, ob zwischen erstem und letztem Urin- oder Wasserwert mindestens acht Stunden liegen. Randzeiten von 00:00 bis 05:59 gehören zum Vortag.
Werte fehlen nach Neustart	Aktiviere Daten merken für die lokale Wiederverwendung oder lade die CSV erneut. Nutze für dauerhafte Sicherung ein Komplett-Backup.
Falsches Theme oder falsche Sprache	Wähle oben rechts ein eingebautes Theme oder DE/EN. Diese Aktion betrifft nur Darstellung und Texte.
Begriff: Messtag	Ein Auswertungszeitraum von 06:00 bis 05:59 des Folgetags; er kann von einem Kalendertag abweichen.
Begriff: vollständig	Ein Messtag mit mindestens acht Stunden zwischen erstem und letztem Urin- oder Wasserwert; nur diese Tage gehen in die Kennzeichnungen ein.