

Gesundheits-Check

Ein individueller Gesundheits-Check hilft dir lange fit und gesund zu bleiben.

Was beinhaltet der Gesundheits-Check?

Der Gesundheits-Check ist eine medizinische Untersuchung zur Früherkennung von Herz-Kreislaufkrankungen und ermittelt mithilfe verschiedener Analysen und Messungen den aktuellen Fitnesszustand. Dazu gehört eine detaillierte Besprechung sowie individuelle Trainings- und Fitnessempfehlungen.

Blutuntersuchung

Eine Untersuchung des Blutes inkl. des Urinstatus gibt bereits viele Hinweise über den Gesundheitszustand und mögliche Mangelerscheinungen. Die Untersuchung beinhaltet eine umfassende Analyse: das Blutbild (rote und weisse Blutkörperchen), Leber- und Nierenwerte, Blutfettwerte (z.B. Cholesterin), Entzündungswerte, Elektrolyten und weitere spezifische Laborparameter.

Körperzusammensetzungsmessung

Die Bioimpedanz-Analyse (BIA) ist eine schnelle und ungefährliche Methode zur Ermittlung der Körperzusammensetzung (Körperfettanteil, Körperwasser und Muskelmasse), sowie des Ernährungs- und Hydrationsstatus.

Ruhe- & Belastungs-EKG inkl. Laktatstufentest

Die Aktivität des Herzmuskels wird mittels Elektroden in Ruhe und unter Belastung gemessen und liefert wichtige Informationen über mögliche Erkrankungen des Herzens (bspw. Rhythmusstörungen), sowie dessen Leistungsfähigkeit. Der standardisierte Laktatstufentest wird zudem genutzt für individuelle Trainings/Fitnessempfehlungen.

Arztkonsultation

Sämtliche medizinische Befunde und Resultate werden mit dem Arzt direkt am Untersuchungstag besprochen. Eine erste Risikoabschätzung für Herz-Kreislaufkrankungen kann durch den Arzt vorgenommen werden.

Sportwissenschaftliche Beratung

Umfangreiche Beratung durch den Sportwissenschaftler basierend auf den verschiedenen Testresultaten. Trainings- und Fitnessempfehlungen können für alle gängigen Sportarten abgegeben werden.

Gesundheits-Check (inkl. medizinische Leistungen)	CHF 725.-*
--	-------------------

**je nach Zusatzversicherung wird einen Teil des Gesundheits-Checks von der Krankenkasse übernommen.*