



Check-up ab 40 - Ihre Gesundheit im Blick behalten

Ab dem 40. Lebensjahr verändert sich vieles im Körper – oft ganz unbemerkt. Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, aktiv vorzusorgen, statt nur zu reagieren. Mit einem umfassenden Gesundheits-Check-up können Risiken frühzeitig erkannt und gezielt gegengesteuert werden – für mehr Lebensqualität und Sicherheit.

Ablauf des Check up

- Sie vereinbaren telefonisch einen Termin für die körperliche Untersuchung und das Anamnesegespräch mit dem Arzt.
- Vorgängig senden wir Ihnen einen Fragebogen zu Ihrem Gesundheitszustand den Sie bitte ausgefüllt zum Termin mitbringen.
- Am vereinbarten Termin führen wir eine umfassende **Blutanalyse** durch (Urinstatus, Leber und Nierenwert, Blutfettwerte, Blutzucker- und Langzeitblutzuckerwert, Eisen, Vitamin B12, Vitamin D, Harnstoff – und Harnsäure, Bauchspeicheldrüsenwert, Schilddrüsenwert, Elektrolyte, Entzündungsparameter).
- Unsere **InBody Messung** nutzt die bioelektrische Impedanzanalyse, um präzise Daten zu Ihrem Körperfettanteil, Viszeralfett, Muskelmasse sowie dem intra- und extrazellulären Wassergehalt zu erfassen. Nach der Analyse haben Sie die Möglichkeit, über die InBody App einen individuellen **Ernährungs- und Trainingsplan** zu erstellen, der auf Ihre persönlichen Ziele abgestimmt ist.
- Beim **Ruhe-EKG** messen wir Ihre Herzstromkurven im Liegen. Dazu werden kleine Elektroden an Brust, Armen und Beinen angebracht, die die elektrische Aktivität Ihres Herzens aufzeichnen. So lassen sich Herzrhythmus und mögliche Auffälligkeiten beurteilen – ganz ohne Schmerzen oder Belastung.
- Um den Checkup umfassend abzuschliessen, erfolgt eine **Blutdruckmessung**, gefolgt von einer gründlichen **körperlichen Untersuchung und Nachbesprechung** mit dem Arzt.
- Im Anschluss erhalten Sie einen **Bericht** mit den Laborwerten, dem EKG und den Untersuchungsergebnissen des Arztes.

Zusätzlich zum Präventions-Check ab 30 Jahren:

- Im Labor testen wir zusätzlich zu allen anderen Werten auch das Bilirubin.
- Wir prüfen Ihren Impfpass auf Aktualität und zeigen Ihnen, welche Impfungen noch empfohlen werden.
- Anschliessend erfolgt ein Sehtest inklusiv Augendruckmessung sowie eine Messung der Lungenfunktion.

Kosten: 1290.-

Dauer: 1 bis 1,5 Stunden (Für die Nachbesprechung wird ein zweiter Termin vereinbart.)