Check-up Gesundheit
Spitalstrasse 26a, 840 Einsiedeln
Telefon 055 418 07 03
check-up-gesundheit@medicoplus.ch
www.check-up-gesundheit.ch

CHECK-UP GESUNDHEIT

by MedicoPlus Einsiedeln

BASISMODUL
ADD-ON 65+

LEISTUNGEN

Das «Basismodul add-on 65+» bietet eine sorgfältige ganzheitlich-medizinische Standortbestimmung Ihres persönlichen Gesundheitszustandes, um Ihre Gesundheit nachhaltig zu verbessern und zu erhalten.

In diesem Modul legen wir ein spezielles Augenmerk auf die Herausforderungen, die das älter werden mit sich bringen – ganz nach dem Motto «Gesund ins Golden Age».

Nach Ihrer Anmeldung schicken wir Ihnen einen kurzen Fragebogen (Energie-Barometer), den Sie bitte ausfüllen.

ERSTER TERMIN

Dauer 8–15.30 Uhr (7.5 Stunden)

Anamnese

Im Anamnesefragebogen, den wir Ihnen bereits im Voraus zusenden, und im ausführlichen Gespräch mit dem Arzt gehen wir neben der Systemanamnese, Familienanamnese, persönliche Anamnese, Sozialanamnese auch auf die Bereiche Sport und Bewegung, Ernährung, Stress und Schlaf ein.

Labor

- Grosses Blutbild
- Elektrolyte
- Vitamine D3, B12, Folsäure
- Nieren-, Leber-, Blutfette-, Blutzucker- und Schilddrüsenwerte
- Eisenwert
- Entzündungsparameter
- Urinstatus
- PSA Wert bei Männern

Ausführliche ärztliche Untersuchung

- Beurteilung der körperlichen Verfassung
- Neurologische Untersuchung

Impfkontrolle
Wir überprüfen Ihren Impfstatus und bieten Ihnen die Möglichkeit, diesen aufzufrischen.

Medizinische Diagnostik
- Ultraschall der Bauchorgane
- Hörtest
- Sehtest und Augendruck
- Ruhe-EKG, Belastungs-EKG
- Blutdruck und Pulsmessung
- Lungenfunktions-Test
- AGLA-Risikoscore (Berechnung des Risikos für Herzinfarkt und Schlaganfall)
- Kognitive-motorische Tests

Ernährung
Wir schicken Ihnen bei der Anmeldung ein Ernährungstagebuch, das Sie ausfüllen und am ersten Termin bitte mitbringen (digital oder auf Papier).

Beim Abschlussgespräch am zweiten Termin erhalten Sie Ihre persönliche Analyse und die Empfehlungen, die unsere Ernährungsberater/-innen für Sie erstellen.

Bewegung / Sport
- Messung Ihrer Körperzusammensetzung
- Wirbelsäulenscan mit Aussage über Ihre Haltung, Beweglichkeit und Stabilität
- Koordinationstest zur Bestimmung Ihrer Sensomotorik, Symmetrie und Stabilität
- Ausführliche Ganganalyse mit einem/r Bewegungswissenschaftler/in

ZWEITER TERMIN

Dauer ca. 1.5 Stunden

Ärztliche Besprechung und Gesundheitsberatung
Abschliessende Besprechung und Beurteilung aller Resultate und Untersuchungsergebnisse.

Gemeinsam erarbeitete Massnahmen und Empfehlungen, um Ihre Gesundheit bestmöglich zu erhalten.

Beratung und Zeit, um eine Patientenverfügung zu erstellen.

Zeit, um auf Ihre Fragen einzugehen.

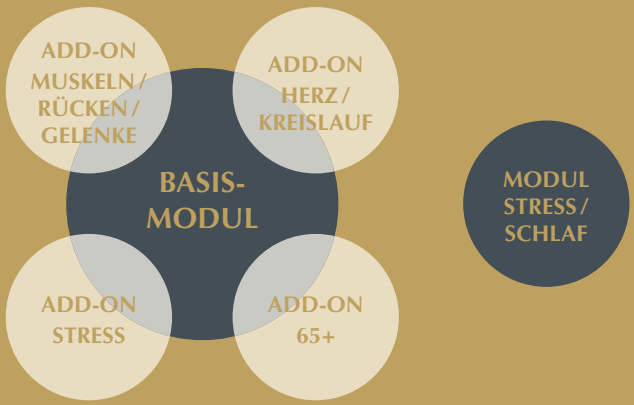
DOKUMENTATION

Als Endprodukt der Abklärung erhalten Sie eine umfassende schriftliche und bildgestützte Dokumentation Ihrer Untersuchungsergebnisse, Ihres persönlichen Massnahmenplans und unserer Empfehlungen.

DIE MODULE UND ADD-ONS VON CHECK-UP GESUNDHEIT

Basismodul
Grundlage für Ihren Check-up Gesundheit

Add-ons
Ergänzen Sie das Basismodul gemäss Ihren eigenen Bedürfnissen und Wünschen

Modul Stress / Schlaf
Ohne Basismodul durchführbar

Ihr Check-up Gesundheit
Gerne stellen wir für Sie ein individuelles Programm zusammen