



Merkblatt

CHECK UPS

In unserer Praxis werden **internistische CHECK-UP-Untersuchungen** und **CHECK-UPS mit bestimmten Schwerpunkten** regelmäßig durchgeführt.

Sinn der CHECK-UPS ist **die frühe Erkennung von Krankheiten**, auch wenn noch keine Beschwerden vorliegen sowie die **Analyse von Risikofaktoren**. Das Risiko für die Entstehung einer Erkrankung ist einerseits durch entsprechende Lebensführung, andererseits durch familiäre Vorbelastung gegeben.

Lediglich ein Dossier medizinischer Daten über Ihren Gesundheitszustand anzulegen ist nicht Sinn der CHECK UPS. Vielmehr bemühen wir uns darum, Sie über die Diagnostik hinaus zu einer gesunden Lebensgestaltung zu beraten. Dabei geht es um den Erwerb von ganz persönlich auf Sie zugeschnittenem Gesundheitswissen. Dies kann auch schwerpunktmässig sein, wenn Sie sich beispielsweise entschließen regelmäßig mehr Sport zu treiben. Abschließend zu jedem CHECK UP wird deshalb ein ausführliches **Gespräch mit Hinweisen zur Lebensführung** geführt.

Durch CHECK UP'S können u.a. folgende Erkrankungen im Frühstadium erkannt werden:

Asthma bronchiale, chronisch obstruktive Bronchitis (COPD=chronic obstructive pulmonary disease), Allergien, Schlafapnoe, Koronare Herzkrankheit, Diabetes, Fettstoffwechselkrankheiten, Nierenschwäche, Leberkrankheiten, Gicht, Schilddrüsenkrankheiten, hoher Blutdruck, Herzrhythmusstörungen, Herzfehler, Schlaganfallneigung, Nervenschädigungen, orthopädische Leiden, Prostatakrebs und Enddarmkrebs.

Risikofaktoren sind beispielsweise:

erhöhter Blutzucker, Fettstoffwechselstörungen, Übergewicht, Bewegungsmangel, Rauchen, manifester oder latenter hoher Blutdruck, Allergieneigung, Mangelerscheinungen, Schnarchen.

Im Rahmen der gesetzlichen Krankenversicherung können CHECK UP'S ab dem

35. Lebensjahr alle 2 Jahre durchgeführt werden. Sie beinhalten eine ärztliche Befragung (Anamnese), eine körperliche Untersuchung, 2 Laborwerte: Glucose und Cholesterin, den Urinstatus und ggf. ein EKG. Weitere Untersuchungen erst falls sich daraus Hinweise auf Erkrankungen ergeben.

Ab dem 45. Lebensjahr kann beim Kassenpatienten zusätzlich eine Krebsvorsorge beim Mann durchgeführt werden mit Untersuchung der Prostata.

Die Erstattungsfähigkeit in der privaten Krankenversicherung ist umfangreicher. Ab dem 35. Lebensjahr kann jeder Privatversicherte in aller Regel (je nach Vertrag) einmal jährlich eine CHECK-UP-Untersuchung durchführen lassen. Diese beinhaltet dann zusätzlich von vorneherein ein umfassendes Labor-Programm sowie eine Untersuchung auf dem Fahrradergometer.

Für Kassenpatienten besteht die Möglichkeit auf Wunsch das umfassende CHECK-UP-programm wie bei privat Versicherten durchführen zu lassen.

Zur weiteren Abklärung bei anormalen Befunden steht ein Netz von kompetenten Facharzt-Partnern zur Verfügung.

Wir empfehlen jedem Erwachsenen ab dem 35. Lebensjahr einmal jährlich einen CHECK-UP durchführen zu lassen.

Unumgänglich ist ein medizinischer CHECK-UP, wenn Sie intensiv Freisport treiben wollen. Um so dringlicher ist der CHECK, wenn Sie rauchen, hauptsächlich sitzen oder übergewichtig sind. Vergleichen sie einmal, wie oft im Jahr ihr PKW zur Inspektion geht.

General-Check

Der GENERAL-CHECK beinhaltet eine Spiroergometrie mit Blutgasen, eine Langzeit-Blutdruck-Untersuchung und das Belastungs-EKG. Ausserdem werden weitere Laborwerte zur Erfassung des Arteriosklerose-Risikos, eine laborchemische Untersuchung des Immunsystems, sowie weitere Laborparameter für den Stoffwechsel eingeschlossen.

Durch die Spiroergometrie kann eine latente Blutdruckerhöhung identifiziert, eine Herzkranzgefäßerkrankung oder Herzschwäche latenter Art erkannt und eine Aussage über Leistungsvermögen von Herz und Lunge sowie den Trainingszustand gemacht werden. Eine Beratung zu Möglichkeiten der Vorbeugung, Selbsthilfe und ggf. weiterer diagnostischer Maßnahmen ist eingeschlossen.

Sport-Check

SPORT CHECK's sind gedacht für Menschen ab 35, die sich sportlich betätigen möchten im Freizeitsport zur Verbesserung der Fitneß. Mit Hilfe der Spiroergometrie lassen sich etwaige Risikofaktoren bei der Ausübung von Ausdauer- oder Freizeitsport erkennen.

Sportatteste für die Schule oder andere Institutionen können kurzerhand aufgrund vorhandener Untersuchungsdaten oder nach kurzer Untersuchung ausgestellt werden.

Zusätzlich zum Risiko-Check beim beabsichtigten Freizeitsport bieten wir eine Trainingsberatung mit individuellen Empfehlungen für den Ausdauersport an.

Hierbei können Techniken zur Gewichtsreduktion anhand von individuellen Kalorimetriekurven erlernt werden. Eine ausgedehnte Diätberatung ist hierin nicht enthalten. Es werden aber orientierende Ernährungshinweise gegeben.

Die Tauchsporttauglichkeitsprüfung beinhaltet auch Lungenfunktionsprüfungen einschließlich des wichtigen Testes auf bronchiale Hyperreaktivität.

Facharzt-Check

Der Facharzt-Check ist gedacht für gesunde Erwachsene und Jugendliche, die eine lungenfachärztliche Basisuntersuchung durchführen lassen wollen. Diese beinhaltet die körperliche Untersuchung, eine Lungenfunktionsprüfung, einen Allergietest und die Bestimmung von Sauerstoff, Hämoglobin, Kohlensäure und pH-Wert im Blut.

Allergie-Check

Allergie-Check's sind gedacht für gesunde Personen ohne Beschwerden, die ihr individuelles Allergierisiko kennen möchten. Sinnvoll bei familiärer Allergiebelastung seitens der Eltern oder Geschwister.

Der Atopie-Risiko-Check beinhaltet die Bestimmung von Serum-Gesamt IgE, einem Pricktest und die Auswertung des Allergiefragebogens.

Der Metall-Allergie-Check bezieht sich auf eine Quecksilberallergie, die mit Hilfe eines Allergietestes festgestellt werden kann. Es geht dabei um die Verträglichkeit von Amalganfüllungen in den Zähnen.

Der Check auf Nahrungsmittel und Konservierungsstoffunverträglichkeiten beinhaltet eine Pricktestung auf die häufigsten Nahrungsmittel und Konservierungsstoffe. Zusätzlich können Antikörper gegen Lebensmittel bestimmt werden.

Für die Berufswahl gesunder Jugendlicher wird das Allergierisiko mit dem allergologischen Berufsrisiko-Check festgestellt. Dabei wird eine Pricktestung durchgeführt, das Serum-Gesamt IgE bestimmt und ein Allergiefragebogen ausgewertet.

Reise-Check

Ein REISE-CHECK dient der Ermittlung von notwendigen Impfungen, die ggf. auch durchgeführt werden können.

Bioenergetischer Nahrungsmittel-Check

Ein bioenergetischer Nahrungsmittel-Check beruht auf der Vega-Testung, einer Methode der bioelektronischen Funktionsdiagnostik, bei der biochemisch und immunologisch nicht faßbare Nahrungsmittelunverträglichkeiten festgestellt werden können. Es handelt sich hier mehr um feinstoffliche, energetische Unzutraglichkeiten, die nicht mit einer Allergie gleichzusetzen sind. Der Begriff „maskierte Nahrungsmittelallergie“ wurde hierfür oft verwendet, ist aber nicht ganz korrekt. Zeitlich befristete Auslaßdiäten können daraus abgeleitet werden. Sie sind hilfreich bei der Behandlung von Asthma, Heuschnupfen und anderen Entzündungskrankheiten.

Asthma-Risiko-CHECK

Bei dem Asthma-Risiko-CHECK wird neben dem Allergierisiko (Pricktestung, Gesamt-IgE, Allergiefragebogen) ein Test auf latente bronchiale Hyperreaktivität (inhalative bronchiale Methacholin-Provokation) sowie eine Stickoxid-Untersuchung in der Ausatemluft (NO-Test) durchgeführt.

Der NO-Test ist ein sehr empfindlicher Indikator für die bronchiale Entzündung bei Asthma und ist bereits erhöht, wenn noch keine Lungenfunktionsveränderungen faßbar sind. Die Untersuchungsmethode ist neu und kommt aus Schweden. Sie darf mit Fug und Recht als bahnbrechende Innovation der letzten Jahre in der lungenärztlichen Diagnostik bezeichnet werden. Seit Dezember 2005 steht die Methode in unserer Praxis zur Verfügung.