

Ihre individuelle Vorsorge

Die gesetzliche Krankenversicherung bietet einen **Gesundheits-Check-up zur Früherkennung** von Volkskrankheiten wie Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie Diabetes mellitus an. Zwischen 18 und 34 Jahren einmalig, ab 35 Jahren alle drei Jahre. Der **Check-up** besteht aus einer Anamnese, einer körperlichen Untersuchung und einer Laboruntersuchung, bei der das Lipidprofil (z. B. Cholesterin, Glukose) im Blut und ab 35 Jahren eine Urinuntersuchung (Eiweiß, Glukose, Blutkörperchen, Nitrit) erstellt wird.

Darüber hinaus bietet unsere Praxis weitere umfassende **jährliche Vorsorgeuntersuchungen** an, die keine Kassenleistung sind.

Jeder Mensch hat andere Vorstellungen von der richtigen Gesundheitsvorsorge. Deshalb bieten wir Ihnen eine Auswahl an Check-ups, die ganz auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt sind. Neben dem Basis-Check-up, dem Hausarzt-Check-up und dem Internisten-Check-up bietet der Naturheilkunde-Check-up die Möglichkeit, Ihren Vitamin- und Mineralstoffhaushalt zu testen und zu sehen, wie belastbar Sie sind.

Vereinbaren Sie einen Termin

für Ihre individuelle Gesundheitsvorsorge unter **Tel. 02641-3361** oder sprechen Sie uns **direkt in der Praxis** an.



Erklärungen zu den Begriffen

Herzratenvariabilitätsmessung (VNS-Analyse)

Die Analyse der Herzschlag-Variabilität durch eine mehrminütige EKG-Aufzeichnung, zeigt die Aktivität des Stressnervs (Sympathikus) und des Entspannungsnervs (Parasympathikus).

Routinelabor

Blutbild, Blutsenkung, Cholesterin, Entzündungswert, Leberwerte, Nierenwerte, Elektrolyte, Schilddrüsenwert, Zucker, Langzeitblutzucker, Harnsäure

Vollblutmineralien & Vitaminprofil

Zink, Selen, Magnesium, Kalium, Kalzium, Natrium, Kupfer, Eisen & Vit B6, Vit B12, Folsäure, Vit D, Coenzym Q10

Duplex der Halsschlagader

Hinweise auf das Schlaganfallrisiko können durch die Erfassung von Veränderungen/Verkalkungen der Gefäßwand der Halsschlagader gegeben werden.



Praxis am Ahrtor

Dr. med. Christian Maschmeyer
Facharzt für Allgemeinmedizin
Präventionsmedizin – Master of Science



Ahrhutstr. 2 | 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
Tel. 02641-3361 | info@praxis-am-ahrtor.de
www.praxis-am-ahrtor.de

Bleiben Sie gesund –

mit individueller Vorsorge und unseren Gesundheits-Check-ups

Basis-Check

Bei der Basis-Vorsorge werden alle **wichtigen Organfunktionen** durch eine umfangreiche Blutuntersuchung sowie eine Ultraschalluntersuchung der Bauchorgane (einschließlich der Bauchschlagader) überprüft. Dies dient der Früherkennung von Risikofaktoren.



Der Basis-Check wird **ab dem 35. Lebensjahr** als **jährliche Kontrolle** empfohlen.



Was wird gemacht:

- Q Blut: Routine-Labor
- Q Urinuntersuchung
- Q EKG
- Q Pulsoxymetrie
- Q Sonografie von Bauchorganen und Bauchschlagader

Hausarzt-Check

Bei dieser umfassenden Vorsorgeuntersuchung wird der Basis-Check um ein Belastungs-EKG erweitert. Dies dient der besseren **Beurteilung der Herz-Kreislauf-Funktion**. Die Analyse der Herzratenvariabilität gibt zusätzlich wichtige Hinweise auf die Stressverarbeitung und Stresstoleranz des Körpers.



Der Hausarzt-Check wird **ab dem 45. Lebensjahr** **alle 1-2 Jahre** empfohlen.



Was wird gemacht:

- Q Blut: Routine-Labor
- Q Urinuntersuchung
- Q EKG
- Q Pulsoxymetrie
- Q Sonografie von Bauchorganen und Bauchschlagader
- + Belastungs-EKG
- + Herzratenvariabilitätsmessung

Naturheil-Check

Der Basis-Check wird um die Bestimmung wichtiger Mineralstoffe und Vitamine erweitert und gibt Auskunft über Ihre **Vitalstoffversorgung**. Mit der Analyse der Herzratenvariabilität erfahren Sie, wie es um die Stressverarbeitung und Stresstoleranz Ihres Körpers steht.



Dieser Check kann für **alle Altersgruppen** durchgeführt werden.



Was wird gemacht:

- Q Blut: Routine-Labor
- Q Urinuntersuchung
- Q EKG
- Q Pulsoxymetrie
- Q Sonografie von Bauchorganen und Bauchschlagader
- + Herzratenvariabilitätsmessung
- + Vollblutmineralien & Vitaminprofil



Internisten-Check

Er umfasst alle Untersuchungen des Hausarzt-Checks. Die zusätzliche Ultraschalluntersuchung der Halsschlagader und des Herzens gibt noch mehr Sicherheit bezüglich des **Herzinfarkt- und Schlaganfallrisikos**.



Ab dem 50. Lebensjahr – bei familiärem Risiko auch früher – wird der Internisten-Check **alle 1-2 Jahre** empfohlen.



Was wird gemacht:

- Q Blut: Routine-Labor
- Q Urinuntersuchung
- Q EKG
- Q Pulsoxymetrie
- Q Sonografie von Bauchorganen und Bauchschlagader
- + Belastungs EKG
- + Herzratenvariabilitätsmessung
- + Lungenfunktionsuntersuchung
- + Duplexuntersuchung der Halsschlagader
- + Herzechuntersuchung
- + Vitamin B12, Folsäure, Vitamin D

