

## Primary-Check-up

Der Primary-Check-up ist eine grundlegende Vorsorgeuntersuchung, bei der alle wichtigen Körper- und Organfunktionen erfasst werden. Dazu gehört in erster Linie, dass wir uns genügend Zeit für Sie nehmen, um Ihre gesundheitliche Situation kennenzulernen. Dabei berücksichtigen wir sowohl Ihre aktuelle Verfassung als auch Ihre familiäre Vorgeschichte und Ihr berufliches und soziales Umfeld.

Auf der Basis der Untersuchungsergebnisse erhalten Sie von unseren erfahrenen Fachärzten einen detaillierten Bericht über Ihren aktuellen Gesundheitszustand sowie Empfehlungen für ein umfassendes Vorsorgeprogramm.

<p><b>Wann indiziert bzw. empfohlen?</b></p>	<p>Den Primary-Check-up können Sie zu jeder Zeit und in jedem Alter durchführen lassen. Unsere Empfehlung ist, dass sich jeder ab 35 Jahren alle zwei Jahre dieser gründlichen Untersuchung unterziehen sollte, ab 50 Jahren dann etwa jährlich.</p>
<p><b>Eingesetzte diagnostische Verfahren</b></p>	<p><b>Im Primary-Check-up enthaltene Diagnostik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umfassende Anamnese und ausführliche körperliche Untersuchung</li> <li>• Analyse der Körper-Zusammensetzung (Bio-Impedanz-Analyse)</li> <li>• Messung der Lungenfunktion und des Lungenvolumens (Spirometrie)</li> <li>• Ruhe-EKG (Elektrokardiogramm)</li> <li>• Labor (Blutuntersuchung und Urindiagnostik)</li> <li>• Ultraschalluntersuchung des Herzens (Farb- und Gewebedoppler-Echokardiographie)</li> <li>• Ultraschalluntersuchung der Halsarterien (Karotis-Duplexsonographie) inklusive Messung der Gefäßwanddicke (Intima-Media-Dicke)</li> <li>• Ultraschalluntersuchung der Schilddrüse</li> <li>• Ultraschalluntersuchung der Bauchorgane (Oberbauchsonographie)</li> </ul> <p><b>Optionale Diagnostik bei entsprechender Indikation:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Magnetresonanztomographie (MRT), bspw. Ganzkörper-MRT, MRT der Prostata, MRT der Mamma</li> <li>• Computertomographie (CT), bspw. Kardio-CT</li> </ul>
<p><b>So viel Zeit müssen Sie mitbringen</b></p>	<p>Für die Untersuchungen sollten Sie ca. 2 bis 3 Stunden einplanen.</p>
<p><b>Vorbereitung auf den Termin</b></p>	<p>Um die Laborwerte nicht zu beeinflussen, ist es erforderlich, dass Sie 8 Stunden vor Ihrem Termin <b>nüchtern</b> bleiben (keine feste Nahrung, stilles Wasser möglich). Diabetes-Patienten bitten wir, die antidiabetischen Medikamente am Morgen der Untersuchung <b>nicht</b> einzunehmen. Alle anderen Medikamente können Sie wie gewohnt mit stillem Wasser zu sich nehmen. Sofern vorhanden, sollten Sie Ihren Impfausweis mitbringen. Ansonsten bedarf es keiner gesonderten Vorbereitung. Sollten relevante Vorbefunde vorliegen, bitten wir Sie, diese mitzubringen. Diese sollten idealerweise auf Deutsch oder Englisch vorliegen bzw. übersetzt werden.</p>
<p><b>Ablauf</b></p>	<p><b>Begrüßung:</b> Wir empfangen Sie in unserem Präventionsbereich. Nach der Anmeldung begrüßt Sie Ihr</p>

Arzt und Sie bekommen erste Informationen zum weiteren Ablauf.

**1. Voruntersuchungen:**

- Bio-Impedanz-Analyse: Messungen und Berechnungen des Body-Mass-Index, des Taillen- und Hüftumfangs sowie der Körperzusammensetzung (Fett, Wasser, Muskeln)
- Messung der Lungenfunktion und des Lungenvolumens (Spirometrie)
- Ruhe-EKG
- Blutabnahme zur Blutuntersuchung (Labor): Bei der Blutanalyse werden im Labor u. a. Blutbild, Organfunktions- und Stoffwechselwerte sowie Mineralstoffwerte bestimmt.

**2. Arztgespräch:**

In einem ausführlichen persönlichen Gespräch werden Sie zu aktuellen Beschwerden, zu vorausgegangenen Erkrankungen, zu Ihrer familiären Vorgeschichte und zu Ihrem Lebensstil befragt.

**3. Körperliche Untersuchung:**

Es erfolgt eine eingehende körperliche Untersuchung.

**4. Ultraschalldiagnostik:**

- Ultraschalluntersuchung der Halsschlagadern (hirnversorgende Arterien), um mögliche Verkalkungen oder Verengungen frühzeitig zu erkennen.
- Ultraschalluntersuchung der Schilddrüse, wobei nicht nur deren Struktur und Größe, sondern auch mögliche Knoten oder Zysten erfasst werden.
- Ultraschalluntersuchung des Herzens, um sowohl die Herzgröße als auch die Leistung des Herzens zu beurteilen. Die Untersuchung gibt zudem Aufschluss über die Klappenfunktion und die Druckwerte in den Herzhöhlen.
- Ultraschalluntersuchung der Bauchorgane, bei der Leber, Gallenblase, Milz, Bauchschlagader, Lymphknotenregionen und Teile der Bauchspeicheldrüse beurteilt und mögliche Veränderungen entdeckt werden können.

**5. Optionale Diagnostik bei entsprechender Indikation:**

Sollte sich im Verlauf des Primary-Check-ups die Notwendigkeit einer weiterführenden bildgebenden Untersuchung (MRT, CT) ergeben, so kann diese in vielen Fällen noch am selben Tag erfolgen. Entsprechende Leistungen sind nicht im Paketpreis enthalten.

**6. Abschlussgespräch:**

Nach Abschluss der Untersuchungen erläutert Ihnen Ihr Arzt ausführlich die vorliegenden Untersuchungsergebnisse.

**7. Befundmappe und Arztbrief:**

Ihre persönliche Befundmappe mit allen Ergebnissen sowie ausführlichen Erklärungen und Empfehlungen erhalten Sie nach ca. 2 bis 4 Tagen per Post.

Letzte Änderung: 11/03/2015