

Medical Check Plus

Le Medical Check Plus comprend un bilan diagnostique détaillé ainsi que l'identification d'éventuels facteurs de risque et des ressources de santé individuelles. À partir des données recueillies et du bilan diagnostique effectué, nous vous conseillons de manière professionnelle et personnalisée pour une bonne prévention en matière de santé. Le Medical Check Plus repose sur des tests scientifiquement éprouvés basés sur des faits, avec des outils d'aide à une mise en œuvre durable.

À qui s'adresse le Medical Check Plus?

À toutes les personnes qui souhaitent en savoir plus sur leur santé et soucieuses de l'optimiser sur la durée. Le Medical Check Plus est l'étalon-or de nos bilans de santé qui a fait ses preuves depuis de longues années.

Avant le check-up

Après votre inscription nous vous envoyons un questionnaire de santé détaillé, un test de dépistage du cancer colorectal (à partir de 50 ans), ainsi qu'un capteur de mouvements destiné à évaluer votre activité au quotidien. Une petite collation vous est offerte après la prise de sang le jour du check-up.

Analyses de laboratoire

Analyse d'urine, numération formule sanguine complète, valeurs hépatiques et rénales, lipides et glycémie, valeur de la glycémie à long terme, marqueur du fer, urée, acide urique, bilirubine, paramètres de la fonction pancréatique et thyroïdienne, électrolytes, vitamine D, recherche de paramètres inflammatoires, PSA (dans le cadre d'une prise de décision partagée) chez les hommes à partir de 45 ans, prévention du cancer colorectal à partir de 50 ans ou en fonction du profil de risque.

Examen médical

Anamnèse, examen physique, prise de la tension artérielle et du pouls, test visuel, statut vaccinal.

Bilan diagnostique médical

Mesures anthropométriques (poids, taille, IMC, périmètre abdominal, masse grasse), détermination du métabolisme de base, test de la fonction pulmonaire, ECG de repos, épreuve d'effort avec mesure de la tension artérielle.

Bilan diagnostique: alimentation, condition physique, stress et sommeil

Capteur d'activité au quotidien, test des facteurs de condition physique (souplesse/mobilité/flexibilité et force), relevé de lactatémie permettant de définir les zones de pouls d'entraînement optimales (si besoin), baromètre énergie, analyse de l'alimentation.

Discussion et conseil avec la ou le médecin

L'ensemble des constatations médicales et des résultats sont discutés avec la ou le médecin.

Vous avez tout le temps de poser vos questions.

Conseils de prévention et coaching

Conseil et coaching individuels dans les domaines étudiés: activité physique, alimentation, motivation/comportement/bien-être, détente et prévention/gestion du stress.

Aide à une mise en œuvre durable

Programme individuel d'exercices de force, souplesse et mobilité via l'application Medbase physio.coach, plan d'entraînement dynamique running.COACH sur six mois (si besoin).

Rapport final

Rapport détaillé, avec tous les résultats d'examen et les recommandations.

Durée

Environ 2 à 2,5 heures le matin et environ 1 à 1,5 heure l'après-midi.

Déroulement

Les examens et le bilan diagnostique se déroulent le matin, l'entretien médical et les conseils de prévention l'après-midi.

Informations

Les examens ou analyses de laboratoire demandés en plus sont facturés séparément. Les vaccinations (courantes) manquantes peuvent être administrées sur demande directement sur place (rappel du vaccin contre

le tétanos inclus). En cas de nécessité, nous pouvons vous orienter de manière appropriée pour des traitements complémentaires.

L'ensemble des données personnelles et résultats d'examen sont couverts par le secret médical et traités avec une discrétion absolue.

Prise de rendez-vous

Veillez nous contacter par e-mail ou par téléphone, ou bien utiliser la prise de rendez-vous en ligne sur notre site Internet.

Remarque importante

Les check-up sont des prestations de prévention qui ne sont pas prises en charge par l'assurance de base. Les assurances complémentaires participent généralement aux frais. Veuillez vous renseigner au préalable auprès de votre assureur-maladie.

Prix: CHF 1600

Avez-vous une assurance Helsana Primeo?

Dans ce cas, le Medical Check Plus est disponible en tant que «Helsana Check Up Paquet Plus». Le «Helsana Check Up Paquet Intensif» auquel vous avez peut-être droit comprend, en plus des prestations du paquet Plus, une échographie des organes abdominaux.