

Medical Check Premium

Der Medical Check Premium beinhaltet eine evidenzbasierte und umfassende medizinische Untersuchung sowie eine nach neusten wissenschaftlichen Kriterien durchgeführte Diagnostik in den Bereichen Fitness, Rücken, Ernährung sowie Herzfrequenz-Variabilität. Im Fokus steht eine ausführliche und individuelle Beratung mit umfangreicher Stressprävention.

Für wen ist der Medical Check Premium geeignet?

Alle Personen, die ein ganzheitliches Bild über ihren Gesundheitsstatus erhalten möchten und eine ausführliche, individuelle und motivierende Beratung nach neuestem Stand der Forschung wünschen. In Situationen erhöhter Stressbelastung im Beruf und Alltag oder bei Schlafproblemen liefert die Herzfrequenz-Variabilitäts-Messung Hinweise für Massnahmen der Stressprävention.

Leistungen

Vor dem Checkup

Nach der Anmeldung bekommen Sie folgende Unterlagen zugeschickt: Einen ausführlichen Gesundheitsfragebogen, einen Screeningtest für Dickdarmkrebs (ab 50 Jahren), einen Bewegungssensor zur Beurteilung Ihres Aktivitätsniveaus im Alltag sowie einen Sensor für eine dreitägige Messung der Herzfrequenzvariabilität. Am Tag des Checkups laden wir Sie nach der Blutentnahme zu einem Frühstück ein.

Laboruntersuchung

Urinstatus, grosses Hämatogramm mit Blutbild, Eiweiss total, Leber-, Nieren-, Blutfett- und Blut-

zuckerwerte, Langzeitblutzuckerwert, Eisenwert, Harnstoff, Harnsäure, alk. Phosphatase, Bilirubin, Bauchspeicheldrüsenwert, Schilddrüsenwert, Elektrolyte, Vitamin D, Vitamin B12, Screening auf Entzündungsparameter, PSA Wert bei Männern >45 Jahre, Darmkrebsprävention Männer und Frauen >50 Jahre oder bei Risikoprofil. Auf Wunsch HIV-Test.

Medizinische Untersuchung

Anamnese, körperliche Untersuchung, Blutdruck- und Pulsmessung, Sehtest, Hörtest, Impfstatus.

Medizinische Diagnostik

Anthropometrische Messungen (Gewicht, Grösse, BMI, Bauchumfang, Körperfettanalyse), Grundumsatz, Lungenfunktionstest, Ruhe-EKG, Belastungs-EKG mit Blutdruckmessung, Ultraschall der Bauchorgane.

Diagnostik Fitness, Rücken, Life-Balance und Ernährung

Bewegungssensor zur Analyse des Aktivitätsniveaus, Rückencheck und Test der Faktoren Kraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht, Laktatstufentest zur Bestimmung der Herzfrequenzbereiche für das Ausdauertraining, Herzfrequenz-Variabilitäts-Messung (HRV) über drei Tage, Massage-Gutschein, Ernährungsanalyse.

Ärztliche Besprechung und Beratung

Sämtliche medizinischen Befunde und Resultate werden mit dem Arzt besprochen. Es bleibt genügend Zeit für individuelle Fragen.

Präventionsberatung und Coaching

Ausführliche individuelle Beratung und Coaching in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Motivation/Verhalten/Wohlbefinden, Entspannung und Stressprävention/Stressmanagement.

Tools zur nachhaltigen Umsetzung

6-monatiger Online-Trainingsplan running.coach, Smartphone-App medbase physio.coach für eine gezielte Übungsauswahl von Kraft und Beweglichkeit, Gutschein für eine medizinische Massage (30 Minuten), 4 Wochen Ernährungsprogramm mit Uplyfe

Checkup Bericht

Ausführlicher ärztlicher Bericht mit allen Messungen und Beratungstools.

Dauer

Ca. 3-4 Stunden am Vormittag und 1.5-2 Stunden am Nachmittag.

Preis

CHF 2300.-

Ablauf

Die Untersuchungen und die Diagnostik finden am Vormittag statt, die ärztliche Besprechung und die Präventionsberatung am Nachmittag.

Der Gutschein über eine 30-minütige Entspannungs- oder Rückenmassage kann an allen Medbase Massage-Standorten eingelöst werden.

Informationen

Bei der Herzfrequenz-Variabilitäts-Messung wird mittels zwei kleiner Elektroden über drei Tage die Schwankung des Pulses in Ruhe bzw. in Abhängigkeit von der Atmung/Bewegung dargestellt. Die Auswertung zeigt auf, wie sehr das vegetative Nervensystem durch Stress belastet ist und ob es sich ausreichend den äusseren Umständen (Entspannung, Schlaf) anpassen kann.

Werden nach Absprache zusätzliche Untersuchungen vorgenommen, werden diese separat verrechnet. Fehlende Impfungen können in der Regel direkt vor Ort gemacht werden (Auffrisierungen inklusive). Falls weiterführende Behandlungen notwendig oder gewünscht sind, können wir diese vermitteln.

Alle persönlichen Daten unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht und werden mit absoluter Diskretion behandelt.

Terminvereinbarung

Bitte kontaktieren Sie uns per E-Mail, Telefon oder über die Termin-Funktion auf unserer Website.

Hinweis

Da Präventionsleistungen keine kassenpflichtigen Leistungen sind, werden die Kosten nur teilweise über Zusatzversicherungen übernommen. Bitte informieren Sie sich im Voraus bei Ihrer Krankenkasse. Allfällige zusätzliche Tests, Untersuchungen, Laborwerte oder Impfungen müssen separat bezahlt werden.