

## **Der Medical Check-Up:**

### **Kern der Präventionsleistung des Diagnostik Zentrums Fleetinsel**

Hamburg, 27. September 2011. Immer mehr Menschen nehmen den Ganzkörper-Check des Diagnostik Zentrums Fleetinsel in Anspruch. Von 2002 bis 2009 hat sich die Zahl der jährlich durchgeführten Medical Check-Ups am Diagnostik Zentrum Fleetinsel fast verdreifacht.<sup>1</sup> Denn immer mehr Unternehmen finanzieren ihren Mitarbeitern eine regelmäßige medizinische Vorsorge. Sie haben erkannt: Medical Check-Ups sind wichtig, um krankheitsbedingten Ausfällen vorzubeugen, die für die Firmen immense Kosten bergen. Die sechsstündige Vorsorgeuntersuchung bietet Gewissheit über den gesundheitlichen Status quo und ist vor allem auf Fach- und Führungskräfte und deren Bedürfnisse zugeschnitten.

### **Das Leistungsspektrum des Basis Check-Ups:**

- **Einführungsgespräch:**  
Einführungsgespräch und Auswertung des Patientenfragebogens zur Beurteilung der medizinischen Vorgeschichte, körperliche Untersuchung
- **Großes Blutbild:**  
Erstellung eines großen Blutbilds inklusive Leber-, Gallen- und Nierenwerte, Blutfette, Blutzucker, Schilddrüsenwerte, Tumormarker
- **Untersuchung der Bauchorgane und der Schilddrüse:**  
Farbulterschalluntersuchungen von Leber, Gallenblase, Milz, Nieren, Bauchspeicheldrüse, Schilddrüse, Prostata (Männer) und Uterus (Frauen)
- **Gefäßdiagnostik:**  
Farbulterschalluntersuchungen der großen Arterien (Hirn- und Beinarterien, Bauchhauptschlagader) sowie der Beinvenen
- **Herz-Kreislauf- und Lungen-Diagnostik:**  
Farbulterschall des Herzens (3D-Echokardiographie), EKG in Ruhe und unter Belastung, Atemgas-Messung zur Prüfung der körperlichen Fitness (Spiroergometrie), Lungenfunktionstest (Spirometrie), Ermittlung des Körperfettgehalts per Impedanz-Waage sowie Berechnung des Body Mass Indexes
- **Hautvorsorge:**  
Vollständige Untersuchung der Haut, Melanom-Screening mit Auflicht-Mikroskopie, Hauttypbestimmung
- **Untersuchung der Augen und Ohren:**  
Prüfung der Sehschärfe, Gesichtsfeldbestimmung (Perimetrie), Spiegelung des Augenhintergrunds, Messung des Augeninnendrucks, Gehörprüfung
- **Mögliche Zusatzuntersuchungen:**  
Zum Beispiel Darmspiegelung (Koloskopie) zur Darmkrebsvorsorge, Magenspiegelung, Lungenscreening (Low-Dose-Computertomographie) zum Beispiel für Raucher, Kalkscoring der Herzkranzgefäße

- **Abschlussgespräch:**  
Ausführliche Besprechung der vorliegenden Befunde und Laborwerte: gegebenenfalls Empfehlung weiterführender Maßnahmen, Handlungsempfehlungen für den beruflichen und privaten Alltag.

#### **Auswahl weiterer Leistungsangebote des Diagnostik Zentrums Fleetinsel:**

- **Bewegungskoaching:**  
Individuelle Bewegungsberatung und Analyse des bisherigen Bewegungsmusters, Definition eines Trainingsziels, Entwicklung eines maßgeschneiderten Bewegungsplans zur Integration in den Alltag, Empfehlung eines individuellen Trainingsprogramms
- **Leistungsdiagnostik:**  
Individuelle Leistungsdiagnose mit Belastungsstufentest und Laktatbestimmung zur Beurteilung der körperlichen Ausdauerleistungsfähigkeit, Bestimmung der Grundlagenausdauerbereiche sowie der aeroben und anaeroben Schwelle, Erstellung eines dreimonatigen Trainingsplans
- **Personal Training:**  
Auf Wunsch Beratung und Betreuung durch einen Personal Trainer für die unterschiedlichen Bewegungsformen, zum Beispiel Laufen, Schwimmen, Pilates, Yoga
- **Ernährungsberatung:**  
Entwicklung von individuellen Ernährungsplänen entsprechend der persönlichen, geschmacklichen Vorlieben, Umstellung der Ernährungsweise aufgrund einer Fehl- oder Mangelernährung, zur Gewichtsreduktion oder aufgrund einer diagnostizierten Nahrungsmittelunverträglichkeit oder -allergie

Diese Leistungen können von den Check-Up Teilnehmern jederzeit unabhängig von einem Medical Check-Up in Anspruch genommen werden. Eine Vielzahl weiterer Angebote wie zum Beispiel HNO-Check, Brain Check, psychologische Betreuung unter anderem bei Schlafstörungen oder zur Stressbewältigung finden Interessierte unter [www.diagnostik-zentrum.de](http://www.diagnostik-zentrum.de).

[1] Der aktuelle Präventions-Spiegel, die Langzeitstudie (2002-2009) des Diagnostik Zentrums Fleetinsel mit insgesamt rund 3.800 Check-Up-Teilnehmern, zeigt: 2002 wurden etwa 400 Check-Ups durchgeführt, 2009 rund 1.100.

#### **Über das Diagnostik Zentrum Fleetinsel:**

Das 1994 gegründete Diagnostik Zentrum Fleetinsel Hamburg ist mit seinem jährlichen Check-Up-Aufkommen Norddeutschlands führendes Zentrum im Bereich Präventivmedizin. In Zusammenarbeit mit dem ärztlichen Direktor und Kardiologen Dr. med. Tomas Stein führen weitere Fachärzte aus den Bereichen Gastroenterologie, Kardiologie, Dermatologie und Augenheilkunde die sechsständigen Medical Check-Ups durch. Zur Referenzliste gehören die größten Unternehmen aus der Region, aber auch überregionale Firmen schätzen seit vielen Jahren die Kompetenz des Diagnostik Zentrums. Der aktuell veröffentlichte Präventions-Spiegel stellt ausführlich die Ergebnisse einer internen Langzeitstudie zum Thema Gesunderhaltung durch regelmäßige Vorsorge vor.

Weitere Informationen unter [www.diagnostik-zentrum.de](http://www.diagnostik-zentrum.de)

## Pressekontakt

---

### **DIAGNOSTIK ZENTRUM Fleetinsel Hamburg GmbH**

Elisabeth Hillen, Leiterin Marketing / PR  
Stadthausbrücke 3  
20355 Hamburg  
Telefon: +49(0)40 36 97 29 19  
Telefax: +49(0)40 36 97 29 22  
E-Mail: hillen@diagnostik-zentrum.de

### **Straub & Linardatos GmbH**

Stephanie Schähle  
Kirchentwiete 37-39  
22765 Hamburg  
Telefon +49(0)40 39 80 35 51  
Telefax +49(0)40 39 80 35 44  
E-Mail: schaehle@sl-kommunikation.de