



**INDIVIDUELLE**  
**GESUNDHEITSLLEISTUNGEN (IGeL)**  
Kardiologisch-internistische Gemeinschaftspraxis

## INDIVIDUELLE GESUNDHEITSLEISTUNGEN



IGeL sind individuelle Gesundheitsleistungen, die aus ärztlicher und medizinischer Sicht empfehlenswert sind, die jedoch aktuell nicht im Leistungskatalog der Krankenkassen berücksichtigt wurden. Am häufigsten stehen individuelle Gesundheitsleistungen für spezielle Vorsorgeleistungen, die Sie darin unterstützen ihre Gesundheit zu erhalten.

Weitere Informationen und Beratung erhalten Sie in unserer Praxis.

## FitnessCheck

In einem ausführlichen Vorgespräch werden aktuelle Beschwerden, eventuelle Vorerkrankungen oder familiäre Risikofaktoren erfasst. Die daran anschließende internistische und kardiologische Untersuchung gibt einen genauen Überblick über Ihr körperliches Befinden.

In einem standardisierten Belastungsprogramm werden alle bedeutsamen Werte des Kreislaufs und der Atmung dokumentiert. Im Anschluss erhalten Sie eine Gesamtbeurteilung der Leistungsfähigkeit ihres Herz-Kreislaufsystems einschließlich des Sauerstoffverbrauchs durch die Muskulatur.

Sie erfahren bei welcher Belastungsintensität Sie das meiste Fett verbrennen, wo der Bereich liegt, in dem die Muskulatur Sauerstoff optimal verwertet und wie Sie damit Ihre Leistung nachhaltig stabilisieren und/oder verbessern können. Wir empfehlen einen FitnessCheck bei:

- Sportbeginn nach Herz-Kreislaufferkrankungen
- Sportbeginn mit bestehendem Übergewicht
- Sportbeginn ab 40 Jahren
- Leistungssport / Trainingsoptimierung
- Fettstoffwechselloptimierung

## Herz und GefässCheck

Der Herz und GefässCheck ist eine umfassende Untersuchung zur Früherkennung von Gefässveränderungen und Gefässkrankheiten und kann Folgeschäden wie Herzinfarkt und Schlaganfall durch rechtzeitig eingeleitete Therapien verhindern. In einem ausführlichen Vorgespräch werden aktuelle Beschwerden, eventuelle Vorerkrankungen oder familiäre Risikofaktoren erfasst.

In anschliessenden Ultraschall- und Belastungsuntersuchung (Doppler-Ultraschall) werden Herz und Gefässe untersucht. Plaquebildungen bzw. Ablagerungen können sichtbar sein und vermessen werden. Im Anschluss erhalten Sie Ihr persönliches Risikoprofil. Wir empfehlen einen Herz- und GefässCheck bei:

- fett- und kalorienreicher Ernährung
- bestehendem Übergewicht
- Bewegungsmangel
- genetischer Veranlagung
- Rauchen
- erhöhter Blutdruck
- erhöhte Blutfettwerte
- Diabetes mellitus

## **Tauchsportbescheinigung**

Der Tauchsport stellt hohe Anforderungen an den Körper. Für verantwortungsvolle Taucher ist eine Tauchtauglichkeits-Untersuchung ein selbstverständlicher Check der in gewissen Zeitabständen oder bei auftretenden Beschwerden durchgeführt werden sollte. In einem ausführlichen Vorgespräch werden aktuelle Beschwerden, eventuelle Vorerkrankungen oder familiäre Risikofaktoren erfasst.

Die daran anschließende internistische und kardiologische Untersuchung gibt einen genauen Überblick über Ihr körperliches Befinden. Die im Anschluss von uns ausgestellte Bescheinigung entspricht den Richtlinien der Gesellschaft für Tauch- und Überdruckmedizin (GTÜM).

## **Reiseimpfberatung**

Fernreisen mit ungewohnten klimatischen Bedingungen, Zeitumstellungen, fremden Speisen und Getränken bedeuten eine erhöhte Belastung für den Körper.

Informieren Sie sich rechtzeitig vor Reiseantritt über bestehende medizinische Gesundheitsrisiken und lassen Sie sich individuell bezüglich der Impfeempfehlungen und möglichen Malariarisiken beraten. Einige Impfungen werden unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse übernommen. Sprechen Sie uns an wir beraten Sie gerne.

## **Spezielle Labordiagnostik**

- Stoffwechsel
- Hormone
- Vitamine