

Vorsorgeuntersuchungen, welche nicht von der Krankenkasse bezahlt werden

1) **Gefäßrisiko Check:**

Blutfette, hsCRP, dGC, Framingham Score

Kosten: 84,-- €

Procedere: Nüchternblutabnahme morgens

1 genau definiertes Frühstück wird verabreicht

Nach 1 Stunde erneut Blutabnahme.

In der Zwischenzeit kein Energieverbrauch (z. B. Umherlaufen, daher etwas zum Lesen mitbringen). In der Pause zwischen Blutabnahme 1 und 2 wird der Framingham Score ermittelt

2) **Gefäßdarstellung** (Farbduplexsonografie):

a) Halsschlagader oder

b) Beinschlagader oder

c) Hauptschlagader Bauch/ggf. Aorta hinter dem Herzen

Kosten: 69,-- €

Procedere: zum Ultraschall Termin vereinbaren.

Die Bilder werden auf einen **MaxiDoc** gespeichert, der dem Pat. kostenlos ausgehändigt wird.

Wenn gleichzeitig die Kartei und Arztberichte gespeichert werden, wird ein zusätzlicher

Kostenaufwand von 10 € berechnet.

..... Hier abtrennen und an der Anmeldung abgeben.....

Mein Termin für den Gefäßrisikocheck:

.....

Mein Termin für die Ultraschalluntersuchung der Blutgefäße:

3) Bauch – Ultraschall als präventive Leistung

Kosten: 60,-- €

Procedere: Einnahme vor der Untersuchung eines Medikaments (Lefax), das zuvor auf ein Privatrezept verordnet wird. Morgens nüchtern in der Praxis vorstellen.

Die Bilder (Leber, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse, Nieren) werden auf einem **MaxiDoc** Datenträger gespeichert und mitgegeben.

Wenn gleichzeitig die Kartei und Arztberichte gespeichert werden, wird ein zusätzlicher Kostenaufwand von 10 € berechnet.

4.) Tumormarker-Check für Frau und Mann:

a) IgF-Alpha (Somatostatin) für alle epithelialen Tumore: Brust Krebs, Darm Krebs, Prostata Krebs

b) M2PK für Darmkrebs

c) großes Blutprofil + großes Blutbild

Kosten 84,-- €

Procedere: morgens nüchtern Blutabnahme

Die Daten werden auf einem **MaxiDoc** Datenträger gespeichert und mitgegeben.

.....hier bitte abtrennen und an der Anmeldung abgeben.....

Mein Termin für den Bauch Ultraschall:

Mein Termin für den Tumor-Check:

5. Präventionssport für Jedermann/-frau – Frühstückssport um 6:00 Uhr

1 Stunde 3 x pro Woche bedeutet eine gewichtige Maßnahme zur Verbesserung der Gesundheit

Auch für „blutige Anfänger“ und solche, die keinen ambitionierten Sport betreiben wollen, ist eine vorbeugende Bewegungsmaßnahme von Vorteil. Nach Prof. Prehl aus der Universität Köln und Tumuelito von der Universität Helsinki profitieren Sie auch dann von regelmäßiger Bewegung, wenn es Ihnen nicht gelingen sollte Ihr Gewicht zu reduzieren.

- a) Pulsfrequenzfenster (nach Dr. Finkernagel) wird im Rahmen einer Belastungsuntersuchung ermittelt
- b) Körperzusammensetzung (Körperwasser, Zellmasse und Körperfett) werden im Rahmen einer BIA-Messung auf wissenschaftliche Weise ermittelt
- c) Die Übungsleiterin führt 1 Woche vor Beginn des Trainings in die Ernährung im Zusammenhang mit der sportlichen Bewegung ein. Die Impedanzmessung wird erklärt. Ort: Bismarckstraße 2 19:00 Uhr am Mittwoch vor Beginn des Trainings.
- d) Eine Pulsuhr und eine Stirnlampe bekommt jeder Teilnehmer zu / nach dem Vortrag.
- e) Ein Trainingsblock besteht aus 10 Trainingseinheiten. Es wird Montag, Mittwoch und Freitag trainiert. Morgens um 6:00 Uhr ist Start am Nordknoten, auf dem Parkgelände des Supermarktes.
- f) Der 2. Trainingsblock besteht aus einer erneuten Impedanzmessung mit persönlicher Ernährungsberatung.
- g) Nach Teilnahme an 5 Trainingsblocks wird der Trainingserfolg an Hand einer sportmedizinischen Leistungskontrolle (Spiroergometrie mit Lactatmessung) erneut kontrolliert.
- h) Kosten: A) 1. Trainingsblock (Pulsfensterermittlung, Impedanzmessung, Pulsuhr, Stirnbrille, Vortrag, individuelle Ernährungsberatung, Trainingsbegleitung) = 220,-- €
 - B) 2. und folgende Trainingsblocks (Impedanzmessung + Ernährungsberatung + Trainingsbegleitung) = 100,-- €
 - C) 5. Trainingsblock (Impedanzmessung, Ernährungsberatung, Trainingsbegleitung, Spiroergometrie mit Leistungskontrolle) = 100,-- €

Das Training findet bei jeglichem Wetter statt, bis auf Zeiten zu hoher Schneelage und bei Glatteis auf der Trainingsstrecke. Für eine angemessene Kleidung trägt jeder Teilnehmer selbst Sorge.

Die Kosten für die Teilnahme sind vor dem 1. Training auf das unten aufgeführte Konto zu überweisen. Eingang auf dem Konto wird als Maßstab angesehen.

Es müssen in jedem Kurs 10 Teilnehmer sein, vorher beginnt das Training nicht.

Nicht ausgenutzte Trainingseinheiten werden nicht gut geschrieben. Sollte aus welchem Grunde auch immer das Training ausfallen müssen, so wird die Stunde nicht verfallen sondern nachgeholt.