



Blutdruck und Lebensstil

Vitalitätsprofil erstellen

Risikofaktoren mindern

Krankheiten vorbeugen

Gesunde Mitarbeiter – gesundes Unternehmen Analyse für mehr Lebensqualität

Wie zahlreiche Studien zeigen, kann eine Vielzahl von Erkrankungen durch einen gesünderen Lebensstil vermieden und damit der allgemeine Gesundheitszustand verbessert werden.

Unter dem metabolischen Syndrom werden das gemeinsame Auftreten von Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck sowie eine Insulinresistenz verstanden. Die große Gefahr hierbei: Jede Erkrankung für sich stellt bereits ein Risiko für Herz-Kreislauf- bzw. Gefäßerkrankungen dar. Treten diese jedoch zusammen auf, verstärken sich die Risiken nochmals.

Um gesund zu bleiben ist es wichtig, mögliche Risikofaktoren zu minimieren, bestenfalls sogar ganz zu vermeiden.

Im IKK Fitcheck werden bei den Teilnehmern verschiedene Parameter, z.B. der Blutdruck, gemessen. Darüber hinaus stellen wir Fragen zum eventuellen Konsum von Suchtmitteln (z.B. Tabak), zur wöchentlichen Bewegung, zum Gewicht, zur Größe sowie zum Alter.

Ihre Mitarbeiter erhalten damit eine erste Anamnese über ihren aktuellen Gesundheitszustand und haben damit die Möglichkeit, diesen zu verbessern und Krankheiten vorzubeugen. Hierzu geben wir ihnen entsprechende Handlungsempfehlungen. Dies kann bspw. auch ein Arztbesuch sein, wenn bestimmte Werte auffällig sind.