



asam praevent®
Sicherheit durch Erfahrung

Gesundheits-Check to go

www.asam-praevent.de

praevent+check®

Ein wichtiger Bestandteil betrieblicher Gesundheitsprävention ist die **Früherkennung von gesundheitlichen Risikofaktoren**. Im Rahmen des kompakten und aussagekräftigen Praevent Check ermitteln wir risikorelevante Werte anhand validierter Verfahren und dokumentieren diese in einem persönlichen Gesundheitspass. Im Anschluss besprechen wir die Ergebnisse und empfehlen gezielte Maßnahmen, welche das persönliche Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder ggf. andere Erkrankungen verringern.

Vorteile und Nutzen des Praevent Check

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind Haupttodesursache in Deutschland. Es gibt einen hohen Nachholbedarf in der Prävention. Dabei sind Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Adipositas, Rauchen, mangelnde Bewegung, ungesunde Ernährung und chronischer Stress positiv beeinflussbar. Hier setzt der Praevent Check an:

- + Das Angebot richtet sich an alle Beschäftigten.
- + Erhebung der Werte und Beratung erfolgen an einem Termin.
- + Durch das niedrighschwellige Angebot können viele Beschäftigte erreicht und Risiken frühzeitig erkannt werden.
- + Der Praevent Check liefert nicht nur eine Auskunft über den kardiovaskulären Gesundheitszustand und weitere Risikofaktoren, sondern beinhaltet zusätzlich eine individuelle Beratung zur Risikominimierung.

Durchführung

Der Praevent Check wird vor Ort beim Kunden oder in unserem Institut durchgeführt.

Im Rahmen einer ausführlichen Anamnese, Erhebung von Laborwerten und Einsatz von Kurzfragebögen werden zentrale **Gesundheitswerte** (Vitalparameter, Langzeitzucker, Blutfettprofil, psychische Gesundheit) erhoben.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit anhand einer computergestützten Software wichtige Einflussfaktoren auf das Herzinfarkt- sowie Schlaganfall-Risiko darzustellen.

Auf Basis dieser Ergebnisse erfolgt eine **individuelle Beratung** zur Minimierung des kardiovaskulären Risikos, zu Ernährungsverhalten, körperlicher Aktivität, Nikotinkonsum, psychischer Gesundheit und Stressverarbeitung.

Die Werte und Empfehlungen werden in einem **persönlichen Gesundheitspass** eingetragen und mit einem Ampelsystem auf anschauliche Weise visualisiert.



LUDWIG-
MAXIMILIANS-
UNIVERSITÄT
MÜNCHEN

Akademische Lehrpraxis
der Ludwig-Maximilians-
Universität München

Erste Lehrpraxis für
Arbeitsmedizin in
Deutschland



ASAM praevent® GmbH
Institut für Arbeitssicherheit,
Arbeitsmedizin, Prävention.

Fürstenrieder Str. 263
81377 München
Telefon: +49 89 7167794-0
Telefax: +49 89 7167794-99
nachricht@asam-praevent.de

Holbeinstraße 7
86150 Augsburg
Telefon: +49 821 8068105-0
Telefax: +49 821 8068105-9
nachricht@asam-praevent.de

www.asam-praevent.de