

Wann ist die Untersuchung zu empfehlen?

Zur Bestimmung der Leistungsfähigkeit und zur laufenden Kontrolle besonders bei

- Sportbeginn nach Herz-Kreislaufkrankungen,
- Sportbeginn bei bestehendem Übergewicht,
- Sportbeginn ab dem 40. Lebensjahr,
- Sportlern, besonders bei Leistungssportlern und Tauchern,
- Patienten mit Asthma bronchiale,
- gesundheitsbewussten Menschen.

Die Spiroergometrie misst die individuelle Leistungsfähigkeit Ihres Herz-Kreislaufsystems.

Kosten

Der Umfang der Untersuchung und die Kostenaufstellung sind vom Berufsverband der Niedergelassenen Kardiologen entwickelt worden.

- Die Spiroergometrie ist nicht Bestandteil der Leistungen Ihrer gesetzlichen Krankenversicherung.
- Die Kosten werden nicht (auch nicht teilweise) von Ihrer gesetzlichen Krankenversicherung erstattet.
- Der Untersuchte muss diese IGeL-Leistung selbst zahlen.
- Die Abrechnung erfolgt mit Ihnen persönlich als Behandlung auf Grundlage der amtl. Gebührenordnung (GOÄrzte).
- Gesamtkosten circa 200,- € (mit Laktatkurve ca. 260,-€).
- Details entnehmen Sie bitte dem Behandlungsvertrag.

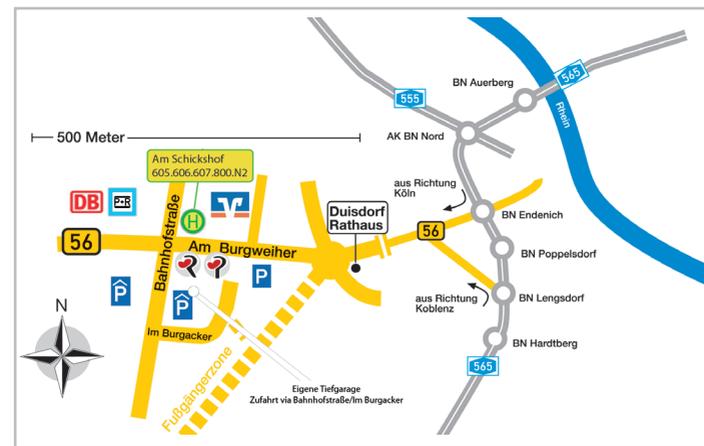
Terminvereinbarung

Sie lesen diesen Handzettel gerade in unserer Praxis!

Fragen Sie Ihren behandelnden Arzt oder einen Mitarbeiter.

Ansonsten jederzeit über unsere Rezeption.

So finden Sie uns



SCHWERPUNKT PRAXIS
Kardiologie.Angiologie.Rehabilitation

SchwerpunktPraxis • SchwerpunktReha

Kardiologie • Angiologie
Rehabilitation • Prävention

Herz | Gefäße | Nachsorge | Vorbeugung

Am Burgweiher 52-54
53123 Bonn (Duisdorf)

Telefon: 02 28 – 96 21 00 - 0
Telefax: 02 28 – 96 21 00 - 33
kontakt@spkar.de
www.spkar.de

ÄRZTEHAUS
AM BURGWEIHER

Gesund Effektiv Bewegen

Ganzkörperleistungstest

Herz-, Kreislauf- und Lungen-
untersuchung mit Laktatmessung

Wo stehe ich?

Was kann ich leisten?

Wie kann ich meine Belastbarkeit
steigern?

Wie trainiere ich richtig?

PRÄVENTION
Schwerpunkt Vorbeugung

Meine Leistungsfähigkeit kennen

Mit effektivem Training mehr Leistung erbringen.

Falsches Training vermeiden.

Belastbarkeit verbessern.

Regelmäßige Bewegung und Ausdauersport spielen eine entscheidende Rolle in der Gesundheitsvorsorge. Das Training soll bestehenden Risikofaktoren entgegenwirken, die Widerstands- und Leistungsfähigkeit erhöhen, Beweglichkeit, Kraft und Koordination verbessern und einem Leistungsabbau entgegensteuern.

Mit der Kenntnis Ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit können Sie auch Ihre sportlichen Belastungsgrenzen besser einschätzen.

Sport ja, aber richtig!

Für Anfänger:

Wer mit Sport beginnt – gerade im höheren Alter – sollte sein Leistungsvermögen genau kennen. Es gilt das Risiko eines unter- oder übertriebenen Trainings und damit einer Gefährdung der Gesundheit entgegen zu wirken.

Für Fortgeschrittene:

Wer bereits seit vielen Jahren Sport treibt, erhält Informationen, sein Training zu optimieren und effektiver zu gestalten.

Wo stehe ich mit meinem Leistungsvermögen?

Mit den ermittelten Messwerten (**maximale Sauerstoffaufnahme sogenannte anaerobe Schwelle, Herzfrequenz**) können Sie Ihre sportlichen Aktivitäten effektiver gestalten.

Mit den Ergebnissen kann ein Trainingsplan erstellt werden, der Ihrem individuellen Fitnesszustand angepasst ist.

Damit wird Ihre Vorbelastung berücksichtigt und ein langfristiger Trainingserfolg gesichert.

Eine systematische Überprüfung Ihrer Trainingsfortschritte kann dabei durch eine spiroergometrische Verlaufskontrolle erfolgen.

Was messen wir?

Im Rahmen einer Fahrrad- oder Laufbandbelastung mit **Spiroergometrie** (Sauerstoffaufnahme, Kohlendioxidabgabe) und Laktatmessung werden alle wichtigen Werte von Kreislauf und Atmung in einem standardisierten Belastungsprotokoll ermittelt.

Sie erfahren, bei welcher Belastungsintensität Sie das meiste Fett verbrennen, Ihre Muskulatur Sauerstoff optimal verwertet und wie Sie Ihre Leistung stabilisieren und/oder verbessern können.

Die Leistungsfähigkeit von Herz und Lunge im Zusammenspiel und die Laktatbildung ihrer Muskeln werden genau untersucht.

WAS PASSIERT NACH DEM HERZ-KREISLAUFHECK?

Nach Vorliegen der Ergebnisse erhalten Sie von uns eine ausführliche Beratung, wie die Ergebnisse zu bewerten und welche Konsequenzen daraus zu ziehen sind.

Die Ergebnisse werden Ihnen schriftlich zur Verfügung gestellt.

Wir sind aufgrund unserer Ausbildung und Expertise als **Fachärzte für Innere Medizin, Kardiologie (Herz), Angiologie (Gefäße), Rehabilitation (Nachsorge), kardiovaskuläre Präventivmedizin (Vorbeugung) und Sportmedizin** Ihre qualifizierten Ansprechpartner und Berater.

PRÄVENTION
Schwerpunkt Vorbeugung