

Cardio Scan: Testen Sie ihr Herz!

Nach wie vor zählt die frühzeitige Erkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankung zu den wichtigsten Zielen der Prävention. Geben Sie Ihren Mitarbeitern die Gelegenheit schnell und einfach den Gesundheitszustand ihres Herzens zu überprüfen!

Mit Hilfe des Cardio Scan erstellen unsere Experten innerhalb von wenigen Minuten ein 3D Herzportrait. Nach den Prinzipien eines klassischen EKGs werden die elektrischen Impulse des Herzens digitalisiert und in verständlicher Form visualisiert. Die Auswertung erfolgt sofort und die Ergebnisse werden mit Ihren Mitarbeitern vor Ort besprochen. Die Experten erstellen auf Basis der Messergebnisse einen Trainingsplan mit individuellen Pulsbereichen für ein optimales Training auf jedem Niveau.

Wenn sie mehr zu diesem Thema erfahren wollen informieren wir Sie gerne!

Fakten auf einen Blick:

- ✓ Vitalcheck des Herz-Kreislauf-Systems
- ✓ Auswertung in Form eines Elektrocadioportraits
- ✓ Vergleich mit Alters- / Geschlechtsgruppen
- ✓ Expertenberatung zum individuellen Fit-Level
- ✓ Hochwertige Ergebnisdarstellung
- ✓ Vergleichbarkeit bei Messwiederholung
- ✓ Individuelle Trainingsplanerstellung



Abb. 1: Cardio Scan Imagebild

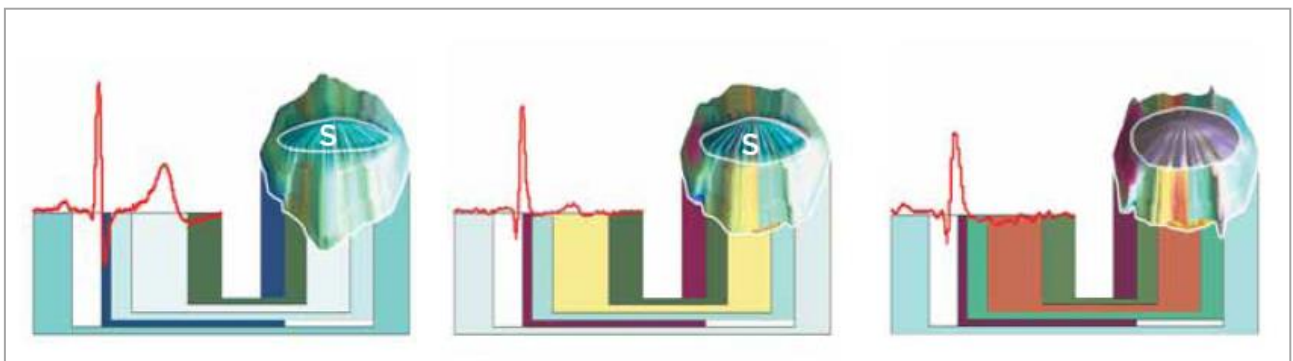


Abb. 2: Ableitung eines Elektrocadioportraits aus der EKG-Kurve

Beispielauswertung:

Ihr individuelles Electrocardiogramm

Erklärung der Anzahl der Wellen:

- Nach Definition niedriger Cardio Stress Index.
- Nach Definition erhöhter Cardio Stress Index.
- Nach Definition hoher Cardio Stress Index.
- Nach Definition sehr hoher Cardio Stress Index.

Erklärung der Anzahl der Herzen:

- Es wurden keine Abweichungen festgestellt.
- Es wurden geringgradige Abweichungen festgestellt.
- Es wurden deutliche Abweichungen festgestellt.
- Es wurden sehr deutliche Abweichungen festgestellt.

Beschreibung

Punkte	4,6	Skala: 0 - 5,0 (Abweichung - k. Abw.) Wert < 3,0 ist abklärungsbedürftig
CSI	32	Werte über 50 % sind abklärungsbedürftig
Herzfrequenz	71	Norm: 55 - 100 Schläge/min
Fit-Level	7	Skala: 1 - 10 (niedrig - sehr hoch)

Beschreibung des EKG

Es wurden keine Abweichungen festgestellt.

Gesamt

Es wurden keine Abweichungen der Gestalt der EKG-Kurve festgestellt, aber der Herzrhythmus zeigt geringe Abweichungen.

Beschreibung des Cardio Stress Index (CSI)

Es sind geringfügige Abweichungen bei der Messung des Herzrhythmus festgestellt worden.

Notizen

Wellen
Herzen

Beschreibung des Fit-Levels

Ihr Fit-Level von 7 ist überdurchschnittlich. Der Fit-Level hängt von Körperzusammensetzung, Alter, Geschlecht, Trainingshäufigkeit und dem CSI ab. Um den Fit-Level noch weiter zu verbessern, ist eine Steigerung von Trainingsumfang und Trainingshäufigkeit zu erwägen und, falls nötig, das Körpergewicht durch passendes Training und gesunde Ernährung zu optimieren. Wenn Sie etwa nach längerer Pause wieder mit sportlicher Aktivität beginnen, achten Sie auf die richtige Trainingsintensität, um Überlastungen zu vermeiden. Darüber hinaus können Trainingsumfang und -intensität schrittweise erhöht werden, um die Fitness weiter zu steigern. Ein Experte in Sachen Sport und Bewegung hilft Ihnen, Ihr Bewegungs- und Aktivitätenprogramm zu verbessern.

Abb. 3: Beispiel eines Auswertungsbogens

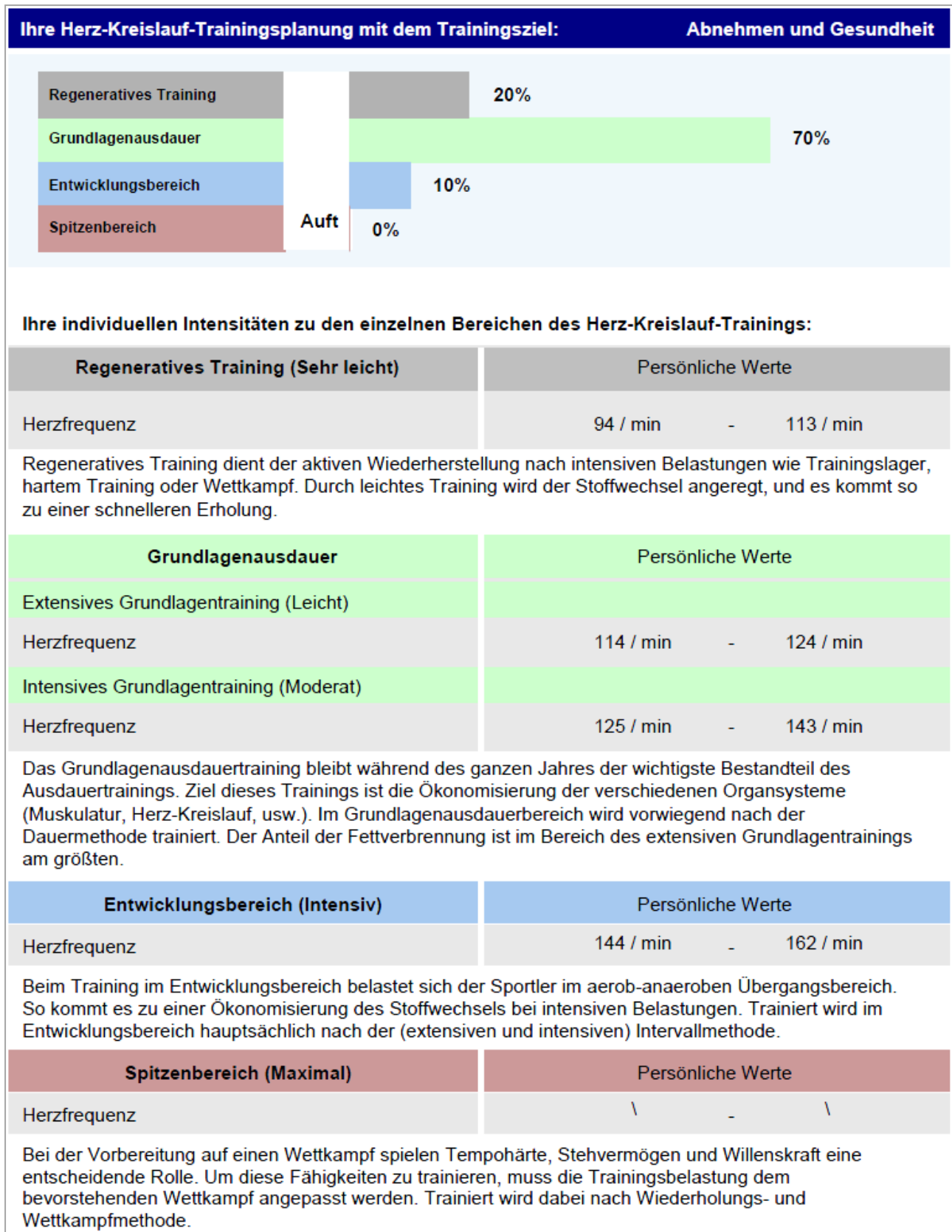


Abb. 4: Beispiel eines individuellen Trainingsplans