



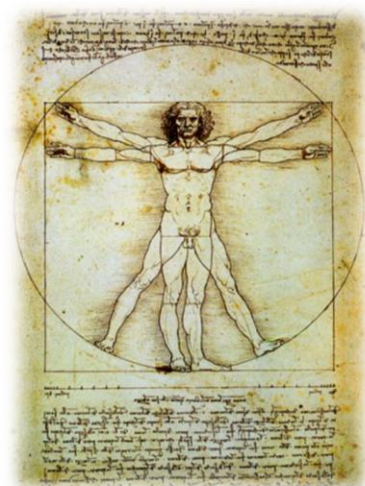
Il mio stile di vita mi fa bene?

30. preferisce il "divaning" ai rave nel fine settimana? La lunga nottata lascia i segni sul viso? E la sera la cena rimane ancora sullo stomaco? Bene, i "20 anni selvaggi" sono finiti. Ora inizia quella fase della vita ad alto rendimento: lavoro, carriera, amici, famiglia, sport - e cellule che contano gli anni. Un metabolismo

che si sta indebolendo, i primi capelli grigi, a volte un solo desiderio: dormire. Deboli segnali di un corpo che cerca attenzione.

Il nostro pacchetto Check-up 30+ passa in rassegna il suo stile di vita per individuare eventuali rischi. È veloce. Pochi esami mirati e una conversazione su come affrontare al meglio la fase ad alto rendimento della vita. A volte basta una piccola spinta e il suo corpo è già di nuovo in carreggiata

"lo ti vedo" Avatar (film 2009)



Il nostro pacchetto per lei

- Laboratorio
- Test di funzionalità polmonare (spirometria):
- ECG a riposo
- Analisi dell'impedenza bioelettrica (misurazione BIA)
- Ergometria
- Visita medica con colloquio sui risultati

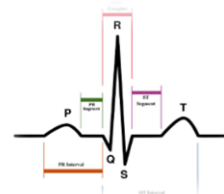
- **Laboratorio:** analizziamo i parametri più rilevanti per lo sviluppo di malattie cardiovascolari e controlliamo i principali sistemi organici, reni e fegato.
 - Determiniamo 25 parametri, tra cui emocromo, la glicemia, l'HbA1c (valore di emoglobina glicata), i lipidi nel sangue (colesterolo totale, LDL, HDL, trigliceridi), valori epatici (GOT, GPT, GGT, ALP, bilirubina, albumina), valori renali, acido urico, tiroide e analisi delle urine.



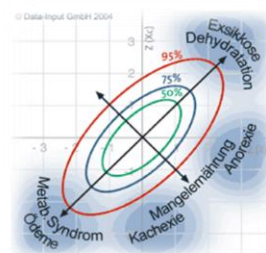
- **Funzione polmonare (spirometria):** qui esaminiamo quanta aria le rimane. I suoi polmoni hanno la sua stessa età o sono invecchiati più rapidamente? Con l'aiuto del nostro moderno spirometro a ultrasuoni, possiamo ottenere informazioni sulla condizione delle sue vie respiratorie e quindi indicazioni sulla presenza di possibili malattie polmonari, come la bronchite cronica o l'asma. Se necessario, è possibile collegare anche il cosiddetto test di provocazione bronchiale.



- **ECG a riposo:** viene scattata un'istantanea della sua attività cardiaca; è importante per riconoscere l'origine e la diffusione dei disturbi dell'attività elettrica. Possono essere visualizzati anche i cambiamenti nei muscoli cardiaci (ad esempio, l'ispessimento dovuto ad anni di pressione sanguigna mal regolata, disturbi circolatori cronici o cicatrici dopo un attacco cardiaco).



- **Analisi dell'impedenza bioelettrica (misurazione BIA):** sarà attraversato dalla corrente elettrica - non si preoccupi, non sentirà nulla e non è nemmeno pericoloso! Con l'aiuto di una debole corrente alternata, è possibile misurare con precisione la composizione del suo corpo. Questo ci fornisce molte più informazioni rispetto alla "cara vecchia bilancia" e si possono visualizzare i successi dell'allenamento (riduzione del grasso e aumento della massa muscolare a parità di peso).



- **Ergometria:** durante questo test ergometrico, sottoporremo il suo cuore a un monitoraggio costante, fino a quando non raggiungerà le sue massime prestazioni. I suoi parametri vitali vengono controllati e analizzati mediante ECG, la pressione sanguigna e la misurazione dell'ossigeno. Così possiamo riconoscere i disturbi circolatori del muscolo cardiaco. Vengono inoltre documentati il comportamento della pressione sanguigna sotto sforzo e le possibili aritmie cardiache.



- **Discussione dei risultati:** dopo tutti questi esami con centinaia di dati generati, è giunto il momento di discutere insieme i risultati. Le spiegheremo i risultati dei singoli esami in modo comprensibile e poi elaboreremo insieme a lei un piano di trattamento personalizzato. Controlliamo la sua terapia farmacologica e la modifichiamo di conseguenza, se necessario. In particolare, ci fa molto piacere quando possiamo interrompere la terapia farmacologica. Il suo compito qui è quello di darci un feedback sincero sul fatto che lei riesca a mettere in pratica le nostre proposte nella vita quotidiana, perché la migliore strategia è inutile se non viene messa in pratica.