



Ingolstädter
GynZentrum

Gesund sein – gesund bleiben.

Gesundheits
Vorsorge



Unser Präventions-Programm

Liebe Patientin,

wir möchten Ihnen unser Präventions-Programm **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** vorstellen.

Der medizinische Fortschritt ermöglicht es uns heute, Krankheiten wesentlich früher zu entdecken und damit effektiver und schonender zu behandeln. Ziel und Sinn ist, Ihre Gesundheit zu erhalten und frühzeitig etwaige Krankheiten zu erkennen und zu behandeln.

Unser **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}**-Programm umfasst viele sinnvolle Vorsorgeuntersuchungen und Maßnahmen, die wir auf den nächsten Seiten ausführlich und verständlich für Sie beschrieben haben.

Bei Fragen steht Ihnen unser gesamtes Team jederzeit gerne zur Verfügung.



*Gesund sein
gesund bleiben*

Gemeinsam Gesundheit erhalten und
Krankheiten frühzeitig behandeln.

Ich bin für Sie da!

Ihr

H.-P. King

Gesund sein gesund bleiben

+ Anamnese

Unter Anamnese versteht man die Aussage zur gesundheitlichen Lebensgeschichte eines Menschen.

Eine sorgfältige Anamnese ist die Voraussetzung für eine erfolgreiche Diagnose und gegebenenfalls einer Behandlung. Wir haben einen Anamnese-Fragebogen entwickelt, den wir Ihnen beim Erstbesuch unserer **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}**-Sprechstunde aushändigen.

+ Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Unter dem Begriff Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist eine große Gruppe von Krankheitsbildern zusammengefasst, die sowohl das Herz als auch sämtliche Gefäße des Körpers, wie z.B. Venen und Arterien betreffen.

Wir beraten Sie in unserer Spezialsprechstunde **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** umfassend, z.B. wie Sie durch richtige Ernährung und körperliche Betätigung diesen Krankheiten vorbeugen können.

+ Diabetes mellitus

> im Volksmund auch Zuckerkrankheit genannt <
Diabetes mellitus ist der Sammelbegriff für verschiedenartige Störungen des Stoffwechsels. Unter Stoffwechsel versteht man die Gesamtheit aller biochemischen Reaktionen im Körper.

Der Leitbefund bei Diabetes mellitus ist die chronische Erhöhung des Blutzuckers. Zur Bestimmung Ihrer Risikofaktoren bieten wir u.a. einen Zuckerbelastungstest an. Wir beraten Sie in unserer Spezialsprechstunde **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** umfassend, wie Sie z.B. durch richtige Ernährung und körperliche Betätigung dieser Krankheit vorbeugen können.

+ Labordiagnostik

Auf dem Weg vom Symptom zur Diagnose sind Laboruntersuchungen ein wichtiger, manchmal einschneidender Schritt.

Nach der Diagnoseerstellung sind Laborwerte in der Vorsorge und Nachsorge sowie deren Verlaufskontrolle unabdingbar. Wir beraten Sie gerne.

Gesund sein gesund bleiben

✚ Osteoporose

Osteoporose ist eine Skeletterkrankung, die einen Abbau der Knochenmasse, -struktur und -funktion zur Folge hat. Dies führt zu einer schmerzhaften mechanischen Instabilität des Skeletts mit der Gefahr von Knochenbrüchen. Sie ist die häufigste Knochenerkrankung.

Mit strahlenfreier Ultraschalltechnik kann Ihr individuelles Osteoporoserisiko bestimmt werden.

Wir beraten Sie in unserer Spezialsprechstunde **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** umfassend, wie Sie z.B. durch richtige Ernährung und körperliche Betätigung dieser Krankheit vorbeugen können.

✚ Optimierte Ernährungsberatung

Mit der von uns durchgeführten Bio-Impedanz-Analyse (BIA) ist eine optimierte Ernährungsberatung möglich.

Diese beinhaltet

- > eine exakte Messung von Fett, Wasser, Muskulatur
- > die Beurteilung von Grundumsatz, Stoffwechsel und Ernährungszustand

Nur exakte Messdaten erlauben eine individuelle Anpassung der Ernährung und damit eine gezielte Beeinflussung des Stoffwechsels.

Wir beraten Sie in unserer Spezialsprechstunde **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** umfassend.

✚ Ultraschalldiagnostik der Halsgefäße

Das „gefühlte“ biologische Alter und somit auch die Lebensqualität hängen maßgeblich vom Zustand der Blutgefäße ab, die den Organismus mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgen.

Der Mensch ist so alt wie seine Gefäße! Um das Gefäßalter zu bestimmen wird mittels hochauflösendem Ultraschall der Zustand und die Dicke der Gefäßinnenwand an der Halsschlagader bestimmt (Intima-Media-Dickemessung). Basierend auf dieser Messung, der Kenntnis Ihrer Lebensumstände und Ihren Laborwerten können wir Ihr persönliches Schlaganfall- und Herzinfarkt-Risiko ermitteln. Gegebenenfalls können wir zusammen mit Ihnen sinnvolle, wirksame Maßnahmen zur Reduzierung dieses Risikos in die Wege leiten.

Gesund sein gesund bleiben

✚ Individuelle Lebensstilberatung

Viele unserer Zivilisationskrankheiten haben ihre Ursache in sogenannten Lifestyle-Risikofaktoren. Dazu gehören u.a. negative Belastungen im täglichen Leben, Umweltgifte, Medikamenten-Nebenwirkungen usw.

Nach einer gründlichen Anamnese und Untersuchung können die daraus gewonnenen Befunde in ein einfaches Lebensstilkonzept umgesetzt werden.

Als wesentliche Ergänzung zu einem persönlichen Gespräch fassen wir die Ergebnisse und Empfehlungen in schriftlicher Form für Sie zusammen. Dazu gehört auch ein auf Ihre Lebensumstände abgestimmter Ernährungs- und Bewegungsplan.

✚ Burn-Out-Syndrom

Das Burn-Out-Syndrom ist eine Bezeichnung für einen „ausgebrannten“ Menschen. Ständiger Stress in beruflichen oder persönlichen Situationen kann zu diesem Syndrom führen.

Das Krankheitsbild zeigt sich z.B. in einer anhaltenden Frustration, schneller Reizbarkeit, man fühlt sich unentwegt

überfordert und kommt irgendwann mit den normalen Arbeitsbelastungen nicht mehr zurecht. Auch die Lebenspartner der Betroffenen leiden oft unter diesem Zustand.

Die Neurotransmitter, auch Nervenbotenstoffe genannt, gewinnen bei dieser Erkrankung immer mehr an Bedeutung. Durch Laboranalysen können diese Botenstoffe bestimmt werden. Dadurch können wir durch natürliche, körpereigene Substanzen eine Gegenregulation einleiten.

Im psychischen Bereich reagiert der Körper mit Depressionen, im körperlichen Bereich macht er sich durch Magen-, Darmprobleme, Schlafstörungen, Kopfschmerzen uvm. bemerkbar.

Wir informieren Sie in unserer Spezialsprechstunde **Ge-sundheitsvorsorge^{PLUS}** wie Sie Ihrem Körper helfen können mit dieser Situation zurechtzukommen und wie Sie diese verändern.

Ablauf und Kosten unserer Spezialsprechstunde **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}**

Der Ablauf

Die „**optimierte Ernährungsberatung**“ findet in Form einer offenen Gruppe statt.

Aus medizinischen Gründen und zum Schutz der Privatsphäre bieten **wir die anderen Programme in der Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** als Einzelgespräche- und Untersuchungen an.

Gerne informieren wir Sie über weitere Einzelheiten.

Bitte fragen Sie uns.

Terminvereinbarung

Unsere Spezialsprechstunde „**optimierte Ernährungsberatung**“ findet jeweils am Dienstag von 16.30 bis 18.30 Uhr in unserer Praxis statt. Infoabende um 19.00 Uhr jeden ersten Dienstag im Monat.

Sprechzeiten für **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** jeweils donnerstags 14.30 Uhr bis 18.00 Uhr.

Bitte fragen Sie uns.

Kosten

Gesundheitsvorsorge^{PLUS}-Leistungen sind fachärztliche Zusatzleistungen, die von den gesetzlichen Krankenkassen im Regelfall nicht erstattet werden. Die Vergütung richtet sich nach der amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

Die erbrachten Leistungen werden von dem behandelnden Arzt privatärztlich abgerechnet.

Notizen & Fragen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mein Tipp

Meine Spezialsprechstunde **Gesundheitsvorsorge^{PLUS}** spricht Frauen in jeden Alters, schwangere Frauen und Frauen in der Menopause an.



Ingolstädter GynZentrum

Ingolstädter GynZentrum
MVZ GmbH · Theresienstraße 29 · 85049 Ingolstadt

Tel.: 08 41.3 31 51 · Fax: 08 41.91 02 51

info@ingolstaedter-gynzentrum.de

www.ingolstaedter-gynzentrum.de

Handelsregister AG Ingolstadt HRB 7651

Geschäftsführer: Dr. med. Hans-Peter Miltschitzky

Sprechzeiten

Mo - Do: 8.00 bis 18:00 Uhr

Fr: 8:00 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 17:00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

Zögern Sie bitte nicht, uns bei Fragen anzusprechen.

Unser Team ist jederzeit gerne für Sie da!

