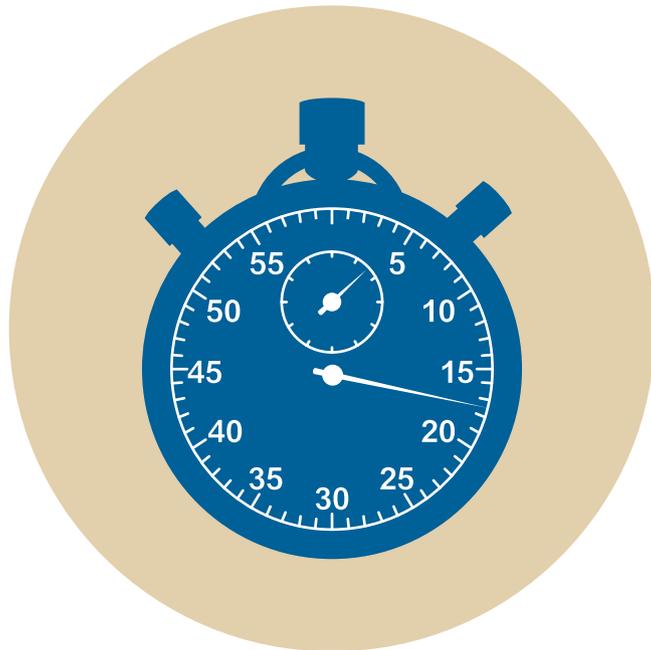


# Die Sportmedizinische Laktat-Leistungsdiagnostik

Auf Wunsch führen wir unseren Sport- und Fitness-Check auch mit einer „Sportmedizinischen Laktat-Leistungsdiagnostik“ durch.

Über die moderne Leistungsdiagnostik können wir Ihre individuelle Leistungsfähigkeit messen. Die Laktat-Messung dient der Bestimmung Ihrer individuellen anaeroben Schwelle. So erhalten wir ein Hilfsmittel zu Ihrer optimalen Trainingssteuerung.

Durch ein komplettes Untersuchungsprogramm können wir Ihren Gesundheitszustand gut einschätzen. Unser Angebot richtet sich an Neuanfänger, Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene.



Körperliche Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Wohlbefinden sind eng miteinander verbunden. In unserer heutigen Gesellschaft fordern moderne Lebens- und Arbeitsbedingungen den Einzelnen maximal. Durch Stress wird das Herz-Kreislaufsystem stark beansprucht. Es zählen Leistungsbereitschaft und zunehmende Eigenverantwortung. Auch im höheren Alter möchten wir unsere Lebensqualität erhalten oder können durch Fitness und gesunden Lebensstil den Altersprozess sogar verlangsamen. Fitness und Wellness sind eine wesentliche Ergänzung zur reparativen Medizin geworden.

**Ihre Praxisgemeinschaft Hallerstraße**  
[www.praxis-hallerstrasse.de](http://www.praxis-hallerstrasse.de)



# Was bei uns ein Sport- und Fitness-Check alles beinhaltet

## Ein Sport- und Fitness-Check beinhaltet:

- Erstellung des persönlichen **Risikoprofils** und **Risikoscores**.
- **Ganzkörperuntersuchung** und Erhebung der medizinischen Vorgeschichte.
- **Ergometrie** oder ein **Belastungs-EKG, mit oder ohne Laktat-Messungen**. Hierbei werden bei körperlicher Belastung EKG und Blutdruck kontrolliert. EKG und Blutdruck können in Ruhe normal sein und sich erst unter Belastung verändern. So können Bluthochdruck oder eine Durchblutungsstörung am Herzen erkannt werden. Durch die Laktatmessungen ermitteln wir Ihre anaerobe Schwelle und können Ihnen so individuelle Trainingsempfehlungen geben.
- **Spirometrie** oder **Lungenfunktionsprüfung**. Hier wird das Lungen- und Atemvolumen gemessen und die Lungenfunktion untersucht. So können z.B. ein Asthma bronchiale oder Versteifungen in der Lunge festgestellt werden.

## Wir beraten Sie gerne!



## Auf Wunsch oder bei erhöhtem Risikoscore können wir ergänzende Untersuchungen durchführen, wie:

**Langzeit-EKG** (EKG Aufzeichnung über 24 Stunden). Hier können verborgene Herzrhythmusstörungen erkannt werden. Weiter erhalten wir Messwerte bezüglich Ihrer Herzfrequenzvariabilität und damit Informationen über die Funktion Ihres vegetativen Nervensystems.

**Farb-Duplexsonografie** der hirnversorgenden Arterien (Halsultraschall) mit Messung der Intima-Media Dicke. Hier werden die größeren Blutgefäße, welche das Gehirn mit Blut und Sauerstoff versorgen, untersucht. So können Gefäßwandveränderungen, Verkalkungen oder Verengungen festgestellt werden. Mit Intima-Media Dicke bezeichnet man die Dicke der Gefäßinnenhaut. Ist der gemessene Wert zu hoch, so spricht man von einer Frühform der Arteriosklerose.

## Erweiterte Blutuntersuchungen:

- Blutsenkung
- Blutbild
- Leberwerte
- Nierenwerte
- Blutsalze und
- Wunschuntersuchungen

**Wir beraten Sie auch gerne individuell, ob und welche Untersuchungen für Sie sinnvoll sind!**