

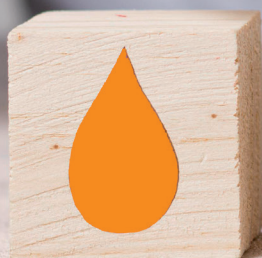
CHECK UP

IHR PERSÖNLICHES CHECK UP PROGRAMM & ZUSATZLEISTUNGEN

für eine gesunde Zukunft!

IL TUO PROGRAMMA PERSONALIZZATO DI CHECK UP E SERVIZI AGGIUNTIVI

per un futuro in salute!





CHECK-UP INTERNISTICO

Durata totale: 3 ore suddivise in due 2 giorni

1° GIORNO ESAMI PREPARATORI | DURATA 1 ORA

Il primo giorno Vi invitiamo a presentarVi a digiuno per la registrazione presso l'accettazione e in seguito il prelievo del sangue.

Il nostro personale infermieristico eseguirà il prelievo del sangue e l'elettrocardiogramma:

- ⊗ **Attenzione:** è necessario consegnare un campione di urine. Per pazienti >50 è necessario portare due campioni di feci.
- ⊗ esami di laboratorio specifici, compresi i parametri umorali e i marcatori tumorali caratteristici per gli uomini e per le donne
- ⊗ elettrocardiogramma

2° GIORNO VISITA MEDICA | DURATA 2 ORE

(2 settimane dopo)

- ⊗ Consultazione iniziale
- ⊗ Anamnesi medica dettagliata di eventuali malattie pregresse, stile di vita e fattori ambientali influenti
- ⊗ Valutazione degli esami ematochimici eseguiti
- ⊗ Valutazione e interpretazione dei marcatori tumorali
- ⊗ Ecografia addominale
- ⊗ Ecografia della tiroide
- ⊗ Ecografia dei reni
- ⊗ Ecografia dei grandi vasi
- ⊗ Esame e consulenza specifica che tengono conto di fattori di rischio individuali
- ⊗ Consulenza nutrizionale e sullo stile di vita



INTERNISTISCHES VORSORGEPAKET

Dauer insgesamt 3 Stunden an 2 Tagen

TAG 1 VORBEREITENDE UNTERSUCHUNGEN | DAUER 1 STUNDE

Kommen Sie bitte am vereinbarten Tag nüchtern zur Anmeldung ins Sekretariat.

Unser Pflegepersonal führt die Blutabnahme durch und fertigt das EKG an:

- ⊗ **Achtung:** Eine Urinprobe muss mitgebracht werden. Bei Patienten >50 müssen zusätzlich zwei Stuhlproben mitgebracht werden.
- ⊗ Geschlechterspezifische Laboruntersuchungen für Frauen und Männer inklusive risikospezifische Laborwerte und Tumormarker für Frauen und Männer
- ⊗ Elektrokardiogramm

TAG 2 ÄRZTLICHE VISITE | DAUER 2 STUNDEN

(2 Wochen danach)

- ⊗ Erstgespräch
- ⊗ Ausführliche Anamnese zu eventuellen Vorerkrankungen, zum Lebensstil und zu Einflussfaktoren aus dem Umfeld.
- ⊗ Beurteilung der Laborwerte und des EKGs
- ⊗ Beurteilung und Interpretation der Tumormarkeranalyse
- ⊗ Ultraschall Abdomen
- ⊗ Ultraschall Schilddrüse
- ⊗ Ultraschall Nieren
- ⊗ Ultraschall der großen Gefäße
- ⊗ Spezielle Untersuchung und Beratung unter Berücksichtigung individueller Risikofaktoren
- ⊗ Ernährungs- und Lebensstilberatung



PREVENZIONE ESAURIMENTO, STRESS E DISTURBI DEL SONNO

Durata totale: 2 ore suddivise in due 2 giorni

Con questo pacchetto di indagini preventive, riveleremo come contrastare il rischio di esaurimento, inappetenza e disturbi del sonno dovuti allo stress, tensioni interiori e impatti ambientali negativi ed eventualmente la presenza dei primi segni.

1° GIORNO VISITA MEDICA | DURATA 1,5 ORE

- ⊞ Consultazione iniziale
- ⊞ Anamnesi dettagliata di eventuali malattie pregresse, stile di vita e fattori ambientali influenti
- ⊞ Esami di laboratorio

2° GIORNO VISITA DI CONTROLLO CON IL MEDICO | DURATA CA. 30 MIN (2 settimane dopo)

- ⊞ Discussione dei risultati di laboratorio
- ⊞ Ulteriori raccomandazioni



VORSORGEPAKET ERSCHÖPFUNG, STRESS & SCHLAFSTÖRUNGEN

Dauer insgesamt 2 Stunden an 2 Tagen

Wir erkunden anhand dieser Vorsorgeleistungen, wie Sie frühzeitig dem Risiko entgegenwirken können, auf Grund von Stress, Belastungen und inneren Anspannungen, an Erschöpfung, Antriebslosigkeit und Schlafstörungen zu erkranken und ob bereits erste Anzeichen vorhanden sind.

TAG 1 ÄRZTLICHE VISITE | DAUER 1,5 STUNDEN

- ⊞ Erstgespräch
- ⊞ Ausführliche Anamnese zu Vorerkrankungen, Lebensstil und Einflussfaktoren aus dem Umfeld.
- ⊞ Laboruntersuchungen

TAG 2 FOLGEGESPRÄCH MIT DEM ARZT | DAUER CA. 30 MIN

(2 Wochen danach)

- ⊞ Erklärung der Laborergebnisse
- ⊞ Weiterführende Maßnahmen



PACCHETTO PREVENZIONE PER INTOLLERANZE E PROBLEMI DIGESTIVI

Durata totale: 2 ore suddivise in due 2 giorni

I segni più comuni di intolleranza alimentare sono i disturbi digestivi, come diarrea, gonfiore, flatulenza, bruciore di stomaco o crampi addominali. Tuttavia, anche eruzioni cutanee, vertigini, mal di testa o stanchezza generale possono indicare un'intolleranza.

1° GIORNO VISITA MEDICA | DURATA 1,5 ORE

- ⊗ **Attenzione:** è necessario consegnare un campione di feci
- ⊗ Consultazione iniziale
- ⊗ Anamnesi dettagliata di eventuali malattie pregresse, stile di vita e fattori ambientali condizionanti
- ⊗ In seguito alla visita iniziale vengono effettuati esami di laboratorio

2° GIORNO VISITA DI CONTROLLO CON IL MEDICO | DURATA CA. 30 MIN

(3 settimane dopo)

- ⊗ Discussione dei risultati delle analisi eseguite
- ⊗ Ulteriori raccomandazioni



VORSORGEPAKET BEI UNVERTRÄGLICHKEITEN UND VERDAUUNGSPROBLEMEN

Dauer insgesamt 2 Stunden an 2 Tagen

Die häufigsten Anzeichen für eine Lebensmittelunverträglichkeit sind Verdauungsbeschwerden, wie Durchfall, Völlegefühl, Blähungen, Sodbrennen oder Bauchkrämpfe. Aber auch Hautausschläge, Schwindel, Kopfschmerzen oder allgemeine Abgeschlagenheit können auf eine Unverträglichkeit hinweisen.

TAG 1 ÄRZTLICHE VISITE | DAUER 1,5 STUNDEN

- ⊞ **Achtung:** Stuhlprobe muss mitgebracht werden
- ⊞ Erstgespräch
- ⊞ Ausführliche Anamnese zu eventuellen Vorerkrankungen, zum Lebensstil und zu Einflussfaktoren aus dem Umfeld.
- ⊞ Laboruntersuchungen werden im Rahmen der Erstvisite durchgeführt

TAG 2 FOLGEGESPRÄCH MIT DEM ARZT | DAUER CA. 30 MIN

(3 Wochen danach)

- ⊞ Erklärung der Laborergebnisse
- ⊞ Weiterführende Maßnahmen



CHECK-UP PER DIATESI ALLERGICA

Durata totale: 2 ore suddivise in due 2 giorni

In caso di allergia, il sistema immunitario reagisce in modo ipersensibile a sostanze che in realtà sono innocue, sostanze estranee (allergeni) come il polline delle piante o alcuni alimenti. I sintomi sono talvolta lievi, ma possono essere molto stressanti e limitare la vita quotidiana. Esistono varie opzioni, per trattare un'allergia. Alcuni fattori scatenanti dell'allergia possono essere evitati - altri non è possibile evitarli.

1° GIORNO VISITA MEDICA | DURATA 1,5 ORE

- ⌚ Consultazione iniziale
- ⌚ Anamnesi medica dettagliata di eventuali malattie pregresse, stile di vita e fattori ambientali influenti.
- ⌚ Nel corso della visita iniziale si eseguiranno numerosi esami di laboratorio

2° GIORNO COLLOQUIO DI FOLLOW-UP CON IL MEDICO | DURATA CA. 30 MIN

(2 settimane dopo)

- ⌚ Discussione dei risultati di laboratorio
- ⌚ Ulteriori raccomandazioni



VORSORGEPAKET BEI ALLERGIEN

Dauer insgesamt 2 Stunden an 2 Tagen

Bei einer Allergie reagiert das Immunsystem überempfindlich auf eigentlich harmlose, körperfremde Substanzen (Allergene) wie zum Beispiel Pflanzenpollen oder bestimmte Nahrungsmittel. Die Beschwerden sind manchmal nur leicht, können aber auch sehr belasten und das Alltagsleben einschränken. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, eine Allergie zu behandeln. Manche Allergieauslöser lassen sich vermeiden – anderen kann man kaum ausweichen.

TAG 1 ÄRZTLICHE VISITE | DAUER 1,5 STUNDEN

- ⊞ Erstgespräch
- ⊞ Ausführliche Anamnese zu eventuellen Vorerkrankungen, zum Lebensstil und zu Einflussfaktoren aus dem Umfeld.
- ⊞ umfangreiche Laboruntersuchungen werden im Rahmen der Erstvisite durchgeführt

TAG 2 FOLGEGESPRÄCH MIT DEM ARZT | DAUER CA. 30 MIN

(2 Wochen danach)

- ⊞ Erklärung der Laborergebnisse
- ⊞ Weiterführende Maßnahmen



PACCHETTO PREVENTIVO RIORGANIZZAZIONE INTESTINALE: MICROBIOM, DIAGNOSTICA INTESTINALE E CONSULENZA NUTRIZIONALE

Durata totale: 2 ore suddivise in due 2 giorni

Fate lavorare il vostro intestino! Nell'uomo, il microbioma o microbiota è definito come "tutti i microrganismi presenti sulla pelle, nelle mucose e negli organi". Il microbioma intestinale rappresenta l'insieme di tutti i microbi coabitanti nell'intestino, soprattutto nell'intestino crasso. Una flora intestinale è essenziale per una buona salute.

1° GIORNO VISITA MEDICA | DURATA 1,5 ORE

- ⊗ **Attenzione:** è necessario consegnare un campione di feci
- ⊗ Consultazione iniziale
- ⊗ Anamnesi medica dettagliata su eventuali malattie pregresse, stile di vita e fattori ambientali nocivi
- ⊗ Nel corso della visita iniziale vengono eseguiti numerosi esami di laboratorio

2° GIORNO CONSULTAZIONE DI FOLLOW-UP CON IL MEDICO | DURATA CA. 30 MIN (2 settimane dopo)

- ⊗ Discussione dei risultati di laboratorio
- ⊗ Ulteriori raccomandazioni



PACCHETTO PREVENZIONE PER LA SALUTE DEL SENO

Durata 1,5 ore

- ⊗ Mammografia bilaterale
- ⊗ Ecografia del seno bilaterale
- ⊗ Discussione dei risultati



VORSORGEPAKET DARMSANIERUNG: MICROBIOM, DARMDIAGNOSTIK & ERNÄHRUNGSBERATUNG

Dauer insgesamt 2 Stunden an 2 Tagen

Bring deinen Darm in Schwung! Als Mikrobiom oder auch Mikrobiota wird beim Menschen die Gesamtheit aller Mikroorganismen, die sich in und auf der Haut und auf Schleimhäuten, sowie Organen befinden, verstanden. Das Mikrobiom des Darms repräsentiert die Gesamtheit aller mikrobiellen Mitbewohner im Darm, vor allem im Dickdarm. Eine intakte Darmflora ist unverzichtbar für die Gesundheit.

TAG 1 ÄRZTLICHE VISITE | DAUER 1,5 STUNDEN

- ⊗ **Achtung:** Stuhlprobe muss mitgebracht werden
- ⊗ Erstgespräch
- ⊗ Ausführliche Anamnese zu eventuellen Vorerkrankungen, zum Lebensstil und zu Einflussfaktoren aus dem Umfeld.
- ⊗ umfangreiche Laboruntersuchungen werden im Rahmen der Erstvisite durchgeführt

TAG 2 FOLGEGESPRÄCH MIT DEM ARZT | DAUER CA. 30 MIN

(2 Wochen danach)

- ⊗ Erklärung der Laborergebnisse
- ⊗ Weiterführende Maßnahmen



VORSORGEPAKET BRUSTGESUNDHEIT

Dauer 1,5 Stunden

- ⊗ Mammografie beidseits
- ⊗ Ultraschall der Brust beidseits
- ⊗ Befundbesprechung



PACCHETTO PREVENTIVO PER CARICHI ERRATI E DISFUNZIONI DELLA POSTURA

Durata totale: 2 ore

Lo sforzo unilaterale e la postura scorretta giocano un ruolo sempre più importante sia nello sport amatoriale che in quello professionistico. Attraverso la valutazione funzionale dell'apparato locomotorio otteniamo dati dettagliati da utilizzare per la diagnostica di una postura scorretta e un carico errato. Nel laboratorio "ProMotus" si eseguono test biomeccanici per analizzare le sequenze di movimento e postura oltre che test metabolici. Nelle attività sportive agonistiche ed amatoriali è possibile ottimizzare e migliorare le prestazioni eliminando le posture scorrette. L'allenamento mirato può ridurre al minimo il rischio di problemi di salute a lungo termine.

- ⊗ Analisi della postura e del cammino
- ⊗ Discussione dei risultati



CHECK-UP DERMATOLOGICO

Durata totale: 30 minuti

- ⊗ Controllo dei nei e delle cheratosi attiniche



VORSORGEPAKET FÜR FEHLBELASTUNGEN UND FEHLFUNKTIONEN DER KÖRPERHALTUNG

Dauer insgesamt 2 Stunden

Einseitige Belastungen und Fehlhaltungen nehmen sowohl im Berufsleben als auch im Amateur- und Spitzensport eine zunehmend starke Rolle ein. Durch funktionale Leistungsbeurteilung werden Fehlhaltungen und Fehlbelastungen diagnostiziert. Im Labor der „ProMotus“ werden biomechanische Testungen zur Analyse von Bewegungsabläufen, der Körperhaltung sowie Stoffwechselfeststellungen durchgeführt. Im Breiten- Leistungs- und Spitzensport kann durch das Ausmerzen von Fehlhaltungen die Leistung optimiert und gesteigert werden. Durch gezieltes Training können die Risiken für gesundheitliche Spätfolgen minimiert werden.

- ⊗ Haltungs- & Ganganalyse
- ⊗ Ergebnisbesprechung



DERMATOLOGISCHE VORSORGEVISITE

Dauer insgesamt 30 Minuten

- ⊗ Kontrolle Muttermale und aktinischen Keratosen



SERVIZI AGGIUNTIVI

⊗ VISITA ENDOCRINOLOGICA (anche per il periodo della menopausa)

L'endocrinologia si occupa dei problemi legati ai disturbi ormonali causati dalla disfunzione di varie ghiandole. Queste includono la tiroide, le paratiroidi, l'ipofisi, timo, ghiandole surrenali, pancreas, testicoli e ovaie. La visita endocrinologica controlla la ghiandola tiroidea, la ghiandola surrenale, con il monitoraggio della funzione surrenalica e il controllo del diabete mellito.

⊗ INDAGINI NEUROCHIRURGICHE PER PROBLEMI ALLA COLONNA VERTEBRALE

⊗ TRATTAMENTO DEL DOLORE CRONICO

⊗ TRATTAMENTO DELL'EMICRANIA

⊗ TRATTAMENTO DELL'ECCESSIVA SUDORAZIONE (iperidrosi)

⊗ FISIOTERAPIA

⊗ OSTEOPATIA

⊗ ERGOTERAPIA

⊗ BIOIMPEDEZIOMETRIA (analisi compositiva della massa grassa e muscolare)

⊗ CONSULENZA NUTRIZIONALE E DIETOLOGICA

⊗ VISITE DI MEDICINA SPORTIVA

⊗ TEST PER OTTIMIZZARE LE PRESTAZIONI DEGLI ATLETI DILETTANTI, AMATORIALI E PROFESSIONISTI

⊗ SPIROERGOMETRIA

⊗ BIKEFITTING

⊗ ALLENAMENTO IN PALESTRA PER PICCOLI GRUPPI

⊗ ALLENAMENTO INDIVIDUALE

⊗ ALLENAMENTO SPORTSPECIFICO, RIABILITATIVO, PER IL BENESSERE E LA PREVENZIONE



ZUSATZLEISTUNGEN

⊗ **ENDOKRINOLOGISCHE VISITE (auch für die Zeit der Menopause)**

Die Endokrinologie beschäftigt sich mit Problemen, die im Zusammenhang mit Hormonstörungen stehen und durch Funktionsstörungen verschiedener Drüsen verursacht werden. Dazu gehören die Schilddrüse, Nebenschilddrüse, Hypophyse, Thymus, Nebennieren, Bauchspeicheldrüse, Hoden und Eierstöcke. Endokrinologische Visite mit Kontrolle der Schilddrüse, Kontrolle bezüglich Diabetes mell., Kontrolle der Nebennierenfunktion und der Hormone.

⊗ **NEUROCHIRURGISCHE ABKLÄRUNGEN BEI RÜCKENPROBLEMEN**

⊗ **THERAPIE VON CHRONISCHEN SCHMERZEN**

⊗ **BEHANDLUNG VON MIGRÄNE**

⊗ **BEHANDLUNG VON ÜBERMÄSSIGEM SCHWITZEN (Hyperhidrose)**

⊗ **PHYSIOTHERAPIE**

⊗ **OSTEOPATHIE**

⊗ **ERGOTHERAPIE**

⊗ **BIOIMPEDANZANALYSE (Zusammensetzung Fett- und Muskelmasse)**

⊗ **ERNÄHRUNGSBERATUNG**

⊗ **SPORTMEDIZINISCHE VISITEN**

⊗ **TESTUNGEN ZUR LEISTUNGSOPTIMIERUNG FÜR AMATEUR- UND FREIZEITSPORTLER**

⊗ **ATEMGASMESSUNG**

⊗ **BIKEFITTING**

⊗ **KLEINGRUPPENTRAINING IN DER TURNHALLE**

⊗ **EINZELTRAINING**

⊗ **SPORTARTSPEZIFISCHES TRAINING, REHABILITATION, WELLNESS UND PRÄVENTION**



CityClinic
WE CARE

Waltraud Gebert Deeg Straße 3/g | via Waltraud Gebert Deeg 3/g
39100 Bozen/Bolzano | T. +39 0471 155 1010 | info@cityclinic.it | www.cityclinic.it