Pluspunkte für Ihr Unternehmen

Kennen Sie Ihr Gefäßalter?

Viele Ihrer MitarbeiterInnen haben einen auf Dauer krankmachenden, erhöhten Blutdruck und wissen es nicht! Die 50-Prozent-Regel sagt: In Deutschland gibt es ca. 24 Mio. Hypertoniker. Nur 50% wissen davon, 50% davon werden behandelt, 50% davon sind richtig eingestellt.

Ein Grund: die Bedeutung des Bluthochdrucks für das individuelle Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko wird noch immer unterschätzt. Bluthochdruck ist scheinbar symptomlos, nicht sichtbar, das Thema langweilig und sowieso nur von der Pharmaindustrie aufgebauscht. So die Meinung.

Die Gefäßalter-Messung (Pulswellenanalyse) macht krankhafte Veränderungen deutlich sichtbar. Sind Ihre Gefäße vorzeitig gealtert oder altersgerecht? Ist die arterielle Gefäßsteifigkeit auffällig, gibt es Hinweise auf Verengungen und Ablagerungen? Wo stehe ich im Alters-, bzw. Normvergleich?

Ideal für Gesundheitstage und regelmäßige Screenings

Die Gefäßalter-Messung macht neugierig und ist so einfach wie Blutdruck messen. In nur 15 Minuten wird eine Doppelmessung (Blutdruck- & Pulswellenanalyse) durchgeführt, ausgewertet, erläutert und ein DIN A4-Bericht mit Gesamtergebnis und grafischen Darstellungen mitgegeben. Bisher wurden noch auf jedem Gesundheitstag Risikokandidaten entdeckt, die sensibilisiert werden konnten, zukünftig regelmäßig ihren Blutdruck zu kontrollieren und ggf. den Hausarzt auf erhöhte Werte anzusprechen.

Ideal ist eine Wiederholung der Pulswellenanalyse im Unternehmen vor Ort zum Beispiel im Rahmen von Screenings durch den Betriebsarzt oder als separate Angebotsleistung des Beraterverbundes 2 bis 4 Mal im Jahr. So erhalten die MitarbeiterInnen eine Verlaufskontrolle mit Visualisierung der zwischenzeitlichen Veränderungen.

Jörg Breitbarth
JB-medical e.K.
„Gesundheitliche Aufklärung und Prävention in Unternehmen lohnt sich für Arbeitgeber, MitarbeiterInnen und Kostenträger im Gesundheitswesen."

Praktikable & integrierte BGF-Maßnahmen (iBGF), Prävention mit Produkt- & Wissenstransfer aus der Medizintechnik, Betriebswirt, Controller, Internal Brand Manager, Prozessberater, zertifizierter Fachberater im ESF-Programm *„unternehmensWert:Mensch"*

Jörg Breitbarth
Im Riedgarten 7
79235 Vogtsburg
Telefon +49 (0) 7662.3249791
Mobil +49 (0) 162.4248260
joerg.breitbarth@gesundeunternehmen.com
www.jb-medical.de

JB | medical
Integrierte Gesundheitsförderung

Die Akademie Gesunde Unternehmen

Unser praxisbezogenes Angebot im modularen System entspricht den aktuellsten Erkenntnissen von Forschung, Didaktik und Pädagogik. Unsere Referenten und Coaches sind alle langjährig erfahren im Bereich von wirksamen betrieblichen Gesundheitsmanagement und engagiert bei der Sache. Alle Angebote können Inhouse und in branchengemischten offenen Gruppen stattfinden.

Zielgruppe der Angebote: Führungskräfte, Mitarbeiter, alle an Gesundheit Interessierte

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen ist ein Verbund erfahrener Experten mit Herz und Verstand rund um ganzheitliche Gesundheit und hat das Ziel, machbare Entlastung zu schaffen und schnell Ressourcen zu aktivieren, um eine gesunde Basis für Stabilisierung und für nötige Veränderungen zu haben.

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com

Das Messverfahren – ein alter Hut

Schon seit Jahrzenten kennt man die aufwendige Pulskonturanalyse in Unikliniken und für Studienzwecke. Doch seit wenigen Jahren erst ist es technisch möglich, Blutdruck- und Pulswellenanalyse in einem Gerät mit einer einzigen Oberarmmanschette durchzuführen. Damit wird das Verfahren immer mehr zum Standard auch beim niedergelassenen Arzt.

Warum es Kardiologen, Internisten, Hausärzte u.v.m. verwenden:

+ wissenschaftlich hoch valide
+ wesentlich aussagekräftiger als die einfache Blutdruckmessung
+ genauere Beurteilung von Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko
+ genaue Überprüfung einer medikamentösen Einstellung

Beispiel Pulswellengeschwindigkeit

Mit zunehmendem Alter werden die elastischen Fasern der Gefäße (Elastin) durch das straffere Kollagen ersetzt, wodurch die arterielle Gefäßsteifigkeit zunimmt. Die Pulswellengeschwindigkeit (PWV) – gemessen in m/s – erhöht sich.

Neben der normalen, altersabhängigen Entwicklung der PWV bei gesunden Menschen (grüner Verlauf) gibt es auch auffällige Messwerte (roter Punkt). Wird der Punkt seitlich auf den Normalverlauf verschoben (gestrichelte Linie), kann man davon das aktuelle Gefäßalter ablesen.

PWV = arterielle Gefäßsteifigkeit = Gefäßalter

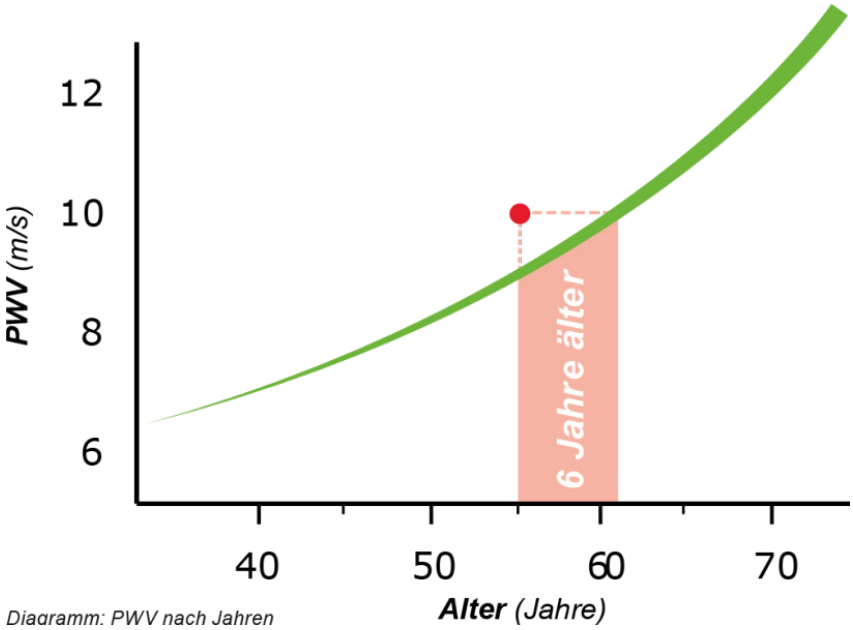

Diagramm: PWV nach Jahren

Weitere Messwerte:

+ Zentraler Blutdruck (direkt am Herzen)
+ Herzminutenvolumen in l/min
+ Schlagvolumen
+ Herzindex
+ Peripherer Widerstand
+ Augmentationsindex (kleine Gefäße)
+ Pulswellengeschwindigkeit (große Gefäße)
+ Body-Mass-Index

Auf Wunsch mit einem detaillierten Fachbericht für den behandelnden Arzt.

Die Akademie Gesunde Unternehmen

Unser praxisbezogenes Angebot im modularen System entspricht den aktuellsten Erkenntnissen von Forschung, Didaktik und Pädagogik. Unsere Referenten und Coaches sind alle langjährig erfahren im Bereich von wirksamen betrieblichen Gesundheitsmanagement und engagiert bei der Sache. Alle Angebote können Inhouse und in branchengemischten offenen Gruppen stattfinden.

Zielgruppe der Angebote: Führungskräfte, Mitarbeiter, alle an Gesundheit Interessierte

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen ist ein Verbund erfahrener Experten mit Herz und Verstand rund um ganzheitliche Gesundheit und hat das Ziel, machbare Entlastung zu schaffen und schnell Ressourcen zu aktivieren, um eine gesunde Basis für Stabilisierung und für nötige Veränderungen zu haben.

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen

Um die komplexen und vielschichtigen Facetten des Betrieblichen Gesundheitsmanagements vollständig abzudecken und kompetent umzusetzen, haben sich bundesweit Experten zu einem interdisziplinären Beraterverbund zusammengeschlossen.

Betriebliche Gesundheitsförderung zu jeder Zeit an jedem Ort
Just Functional GbR

+ Platzsparendes, flexibles Bewegungskonzept
+ Bewegung im Arbeitsalltag mit selbstentwickeltem Produkt
+ Training mit virtuellem Trainer
+ Jede Übung nur 2 Minuten und in gewöhnlicher Arbeitskleidung durchführbar

Starter-Paket BGM
Gesunde Unternehmen

Systematischer Aufbau einer effizienten BGM-Struktur mit Implementierungskonzept, Kick-off und Evaluation

Führungskräftetrainings / Coaching / BEM
Claudia Effertz Consult

gesundes Führen, Bausteine der Personalentwicklung, Bausteine im Betrieblichen Eingliederungsmanagement

Ernährungsberatung
Margit Urban
BGM Koordination & Beratung

Vom gesunden Buffet mit Kochbuch, aktivierenden Events und Vorträgen, Einzelbegleitung bis zur Kantinenberatung

Online-Portallösungen
(moove & JUUNA)
vitaliberty

Die digitale Zukunft mit psychischer Gefährdungsbeurteilung oder Unterstützungsplattform für pflegende Angehörige

BGM-Impulsbausteine
Gesunde Unternehmen

Wir holen Ihre MitarbeiterInnen und Führungskräfte genau da ab, wo sie gerade stehen und setzen nachhaltige Impulse für den nächsten Schritt.

Stressmanagement-Seminare
Claudia Effertz Consult

Kursprogramme für nachhaltige Umsetzungsstrategien

Gesundheitstage-PLUS
Gesunde Unternehmen

Das interaktive Gesundheitsevent mit Erfolgsgarantie

Boxenstopp und Neustart-BGM
Gesunde Unternehmen

Ist-Analyse des Status Quo mit neuen Impulsen

Effiziente Prävention mit innovativen BGF-Lösungen
JB-medical e.K.

Moderne Produktlösungen und Ideen aus der Medizin- und Fitnessbranche für praktikable Präventionsmaßnahmen in Ihrem Unternehmen mit entsprechender Kommunikations- und Umsetzungsbegleitung

Expertengespräche und Fachtagungen
Gesunde Unternehmen

Erfahrungsaustausch in ca. 4 Std. (20–30 Teilnehmer)/Ganztagesveranstaltung + Marktplatz (50–80 Teilnehmer)

Einzelvorträge zu allen BGM-Themen
Gesunde Unternehmen

+ Medizinische Fachvorträge
+ psychische Gesundheit
+ Ernährung

Prozessbegleitung
Margit Urban
BGM Koordination & Beratung

+ verschiedene Verfahren zur Erhebung von psychischen und physischen Gesundheitsgefährdung
+ Begleitung und Koordination von BGM-Verfahren
+ Koordination von BGM-Projekten

Aus- & Weiterbildungslehrgänge
Gesunde Unternehmen

+ Fachkraft BGM
+ Prozessbegleiter
+ Coach
+ und viele mehr

Claudia Effertz
Gesunde Unternehmen

Wiesenpromenade 2
64673 Zwingenberg
Telefon +49 (0) 6251.8691179
Mobil +49 (0) 163.7827534
claudia.effertz@gesundeunternehmen.com
www.gesundeunternehmen.com

Jennifer Filz
Just Functional GbR

Scheuerlenstraße 3
79822 Titisee Neustadt
Telefon +49 (0) 7651.8880267
Mobil +49 (0) 151.53793793
jennifer.filzf@gesundeunternehmen.com
www.just-functional.com

Jörg Breitbarth
JB-medical e.K.

Im Riedgarten 7
79235 Vogtsburg
Telefon +49 (0) 7662.3249791
Mobil +49 (0) 162.4248260
joerg.breitbarth@gesundeunternehmen.com
www.jb-medical.de

Die Akademie Gesunde Unternehmen

Unser praxisbezogenes Angebot im modularen System entspricht den aktuellsten Erkenntnissen von Forschung, Didaktik und Pädagogik. Unsere Referenten und Coaches sind alle langjährig erfahren im Bereich von wirksamen betrieblichen Gesundheitsmanagement und engagiert bei der Sache. Alle Angebote können Inhouse und in branchengemischten offenen Gruppen stattfinden.

Zielgruppe der Angebote: Führungskräfte, Mitarbeiter, alle an Gesundheit Interessierte

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen ist ein Verbund erfahrener Experten mit Herz und Verstand rund um ganzheitliche Gesundheit und hat das Ziel, machbare Entlastung zu schaffen und schnell Ressourcen zu aktivieren, um eine gesunde Basis für Stabilisierung und für nötige Veränderungen zu haben.

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com