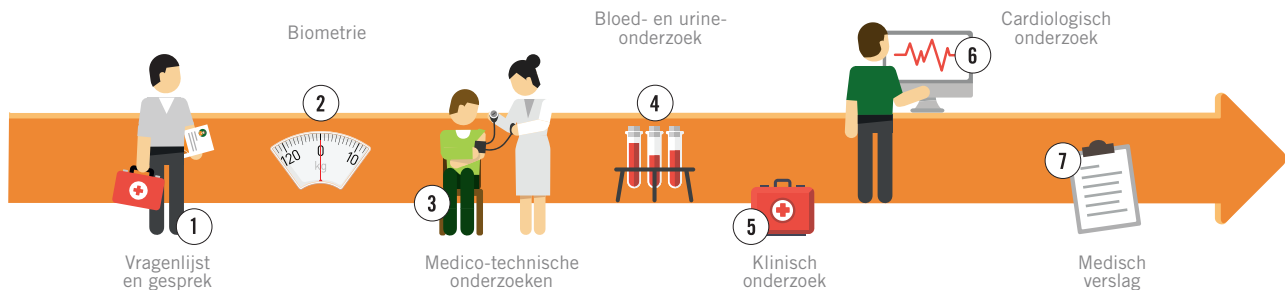




# Wat moet u weten over de Vita Check

Gezond en vitaal zijn is goed voor u, uw job en de organisatie waar u werkt. Daarom biedt uw werkgever u de Vita Check aan. We leggen u in het kort uit wat dat is.



## Stap 1

### Vragenlijst en gesprek

Vóór het onderzoek ontvangt u een vragenlijst over uw gezondheid en eventuele gezondheidsrisico's die u dient in te vullen. Dat is handig voor de arts om dieper in te gaan op de informatie en bijkomende elementen te bespreken.

Het spreekt voor zich dat de ingevulde en ondertekende vragenlijst onder het medisch geheim valt. De informatie wordt dus niet vrijgegeven aan derden, ook niet aan uw werkgever.

## Stap 2

### Biometrie

Tijdens de biometrie meten we:

- Gewicht
- Lengte
- Body Mass Index (BMI)
- Buikomtrek
- Bloeddruk

## Stap 3

### Medico-technische onderzoeken

Daarna volgen een aantal medico-technische testen:

#### **Spirometrie (longfunctietest)**

U ademt volledig in en blaast dan door een mondstuk de lucht maximaal uit in een apparaat. Zo kan de verpleegkundige het longvolume, de luchtstroomsnelheid en de spierkracht van de ademhalingspijpen meten.

#### **Visusonderzoek (testen van het zicht)**

De verpleegkundige meet het zicht, zowel veraf als dichtbij (lezen). Draagt u een bril of contactlenzen, breng die dan mee naar het onderzoek.

## Stap 4

### Bloed- en urineonderzoek

Het bloed wordt afgenomen uit de arm. In het bloed analyseert men onder andere:

- Lever, nieren en galblaas
- Bloedcellen en bloedplaatjes

- Vetten (cholesterol, triglyceriden)
- Suiker
- Tekenen van infectie
- Urinezuur
- Schildklier
- Etc.

In de urine onderzoekt men eiwit, suiker, bloed, enz. Voor dit onderzoek biedt u zich nuchter aan. Minstens 3 uur voor het medisch onderzoek mag u niet meer eten of suikerhoudende drank gebruiken. Water drinken is toegestaan.

### Stap 5

## Klinisch onderzoek

Tijdens het klinisch onderzoek onderzoekt de arts uw algemene gezondheidstoestand en de verschillende lichaamssystemen:

- Hart en bloedvaten
- Luchtwegen
- Bewegingsstelsel
- Neus, keel en oor
- Huid
- Buikorganen
- Aanwezigheid van klieren
- Schildklier
- Etc.

Het onderzoek is een moment van persoonlijk contact: de arts heeft het met u over uw gezondheidstoestand. De onderzoekende arts overloopt samen met u de testresultaten en geeft u gezondheidsadvies.

### Stap 6

## Cardiologisch onderzoek

Een electrocardiogram (hartfilmpje) wordt afgenomen terwijl u neerligt. Dit onderzoek geeft informatie over de functie van het hart in rust.

Er wordt ook een cardiale inspanningsproef (fietsproef) uitgevoerd. De cardiale inspanningsproef geeft meer informatie over de functie van het hart bij inspanning en een indicatie over uw fitheid. Voor dit onderzoek fietst u op een ergometrische fiets tot (sub)maximale inspanning, daarna gaat u rustig nog enkele minuten uitfietsen. **Trek hiervoor losse kleding aan.**

### Stap 7

## Medisch verslag

In opvolging van het preventieve medisch onderzoek krijgt u uw medisch verslag thuis gestuurd. Het omvat niet alleen de resultaten van de onderzoeken en testen, maar ook een besluit en gezondheidsadvies. Als het nodig is, verwijst de onderzoekende arts u naar uw behandelende arts.