



<https://biz.li/36iw>

RATGEBER GESUNDHEITSCHECK ? DIESE UNTERSUCHUNGEN SOLLTE MAN REGELMÄSSIG MACHEN!

Veröffentlicht am 19.02.2023 um 19:04 von Redaktion LeineBlitz

Weiterhin bleiben eine Vielzahl von Krankheiten lange unbemerkt, da nur die wenigsten Menschen regelmäßig Statistiken durchführen lassen. Dabei ist es wichtig, diese frühzeitig zu erkennen, so dass sich eine vielversprechende Früherkennungsuntersuchung und Gesundheitscheck anzuwenden zu bleiben. Die Wahrscheinlichkeit ebenfalls von einer diversifizierten sein, steigt mit dem Alter rapide an. Ebenso können durch andere Untersuchungen frühzeitig Erkrankungen des Herzes festgestellt gelingt es hier im Frühstadium durch eine medikamentöse Therapie. Welche Untersuchungen zu einem umfassenden Gesundheitscheck. Ebenso erfahren Sie welche Ergebnisse ein Gesundheitscheck die Vitalität enorm verbessert werden kann.



Kontrolle der Blutwerte

Nicht selten ist es das Erbgut, welches aufgrund einer langen Familiengeschichte verschiedene Krankheiten wie Bluthochdruck oder Übergewicht an die nächste Generation weitergibt. Eine regelmäßige Blutabnahme ist hilfreich, um gleich eine ganze Vielzahl von Informationen der eigenen körperlichen Verfassung zu erhalten. So gelingt es nicht nur den Cholesterinwert bei einer Analyse zu ermitteln, sondern auch den Nüchternblutzucker zu bestimmen. Ebenso kann man sich bei einem Bluttest auch auf verschiedene Geschlechtskrankheiten wie Chlamydien, Gonorrhoe, Syphilis und HIV testen lassen. Diesen Test gibt es mittlerweile aber auch zur Selbstdurchführung im Online-Bereich. So gelingt es auch anonym HIV Testen zu können, ohne dabei unangenehme Frage seitens des Arztes zu fürchten. In jedem Fall wird ein regelmäßiges Blutbild für alle Erwachsenen ab dem 30. Lebensjahr empfohlen. Hier gilt es im Idealfall zweimal im Jahr zu Blutabnahme zu erscheinen, um stets den Überblick von seinen Blutwerten zu behalten.

Vielzahl von körperlichen Untersuchungen

Nach einer ausführlichen Befragung und der Blutabnahme beginnt der behandelnde Arzt mit einigen körperlichen Untersuchungen. Dabei wird beispielsweise der Brustkorb abgehört, um die Funktion von Lunge und Herz zu prüfen. Auch nehmen viele Ärzte die Haut ganz genau unter die Lupe. Ein Reflextest ermittelt zudem mögliche Nervenschädigungen. Zum Schluss findet noch ein Test der Sinnesorgane statt. Dann erhalten Behandelte meistens innerhalb der nächsten 14 Tage ein ausführliches ärztliches Ergebnis und einen Laborbericht per Post nach Hause geschickt. Bei schwerwiegenden Problemen konsultieren viele Ärzte auch persönlich in die Praxis, wo sofort über eine sofortige Behandlungsmöglichkeit gesprochen wird.

Krankheiten im Alter vorbeugen

Um weiter [im Alter gesund essen](#) und möglichst einem regelmäßigen Bewegungsprogramm nachgehen, um Körper und Geist fit zu halten. Umso besser die körperliche Verfassung im Alter ist, desto geringer ist das Risiko typischer Alterskrankheiten. Die Ansprüche und Bedürfnisse verändern sich häufig mit steigenden Lebensjahren, so dass kleine

Veränderungen im Alter einen sehr positiven Effekt auf die Gesundheit haben können.