

Herz-Screening und Gesundheitscheck bei der Sport-Aktiv-Messe

Die ideale Möglichkeit versteckte krankhafte Veränderungen des Herz-Kreislaufsystems rechtzeitig zu erkennen, ist eine Überprüfung der Herzfunktion mit Hilfe eines Herzscreenings.

Nicht nur für Sportler ist dieser Check unter Einsatz des Cardioscan eine bequeme und schnelle Möglichkeit, sich ein erstes Bild über die Herzfunktion zu machen. Bei der Sport-Aktiv-Messe **am 23. – 25. Mai** in Minden laden mit dem Workout Gym 80 Sportsclub Minden in Zusammenarbeit mit dem Institut für Trainingsoptimierung und Beratung (ITOB) im Kreissportbund und dem Kompetenzzentrum für Sport und gesunde Lebensführung OWL aus Paderborn gleich zwei Aussteller zum Herzscreening ein. Eine Untersuchung dauert ca. 10 Minuten und kann problemlos, ohne sich zu entkleiden, im Sitzen durchgeführt werden. Alle Ergebnisse werden sofort besprochen. Das ITOB bietet an seinem Stand eine Laktatmessung mit anschließender Besprechung des Ergebnisses an. Hierzu bedarf es zunächst einer Belastungsphase z.B. auf dem Fahrradergometer und einer folgenden Blutabnahme am Ohrläppchen. Anhand des Laktatwertes lassen sich Rückschlüsse auf den eigenen Leistungszustand ziehen. Im Rahmen der nationalen Initiative „Gesundheit für Deutschland“ macht zudem die Techniker Krankenkasse Station bei der Sport-Aktiv-Messe in Minden. Gemeinsam mit der Grönemeyer Medizin, dem DOSB und der Deutschen Sportjugend werden am Stand der TK ein Herz- und ein Rückencheck mit anschließender Kurzberatung angeboten. Alle Gesundheitscheck-Angebote können eine ärztliche Untersuchung allerdings nicht ersetzen, weisen aber auf mögliche Schädigungen hin. Für den Messesfreitag lädt der Kreissportbund insbesondere Vereinskmannschaften zur Teilnahme an den Gesundheitschecks ein. Interessierte Trainer und Übungsleiter sollten sich und ihre Mannschaft noch rechtzeitig beim Kreissportbund unter 0571/8290750 anmelden.