Presseinformation

15. September 2006

Landesklinikum Krems bietet „Rundum-Checks“

Optimierung der eigenen körperlichen Verfassung

Das Institut für Präventiv- und angewandte Sportmedizin (IPAS) am Landesklinikum Krems bietet nun allen Interessierten die Möglichkeit, die eigene Gesundheit des Herz-Kreislauf-Systems, der Wirbelsäule, der Gelenke und der Muskulatur festzustellen und so zu lernen, wie durch Bewegung und Lebensstil die eigene körperliche Verfassung optimiert werden kann.

Im Rahmen dieses „Rundum-Checks“ werden mit den PatientInnen exakt jene Trainingsbereiche festgelegt, die zur Optimierung des Leistungsvermögens im Bereich des Herz-Kreislauf-Systems und des Bewegungsapparates führen können. Weiters wird zur Verbesserung der Ausdauer die genaue Pulsfrequenz, die Dauer der Belastung sowie die Häufigkeit der Belastungen pro Woche je nach individueller Ausgangssituation festgelegt.

Die Grundidee dieser Untersuchungen ist die Optimierung der eigenen körperlichen Verfassung, um die Belastungen des Alltags besser verkraften zu können. Die Ergebnisse zeigen den PatientInnen Möglichkeiten auf, wie und in welchem Umfang körperliche Aktivitäten zur Verbesserung des eigenen Gesundheitsniveaus beitragen können. Dabei spielt vor allem die persönliche Lebenssituation eine wichtige Rolle.

Die Möglichkeit zu einer derartigen Untersuchung besteht am IPAS immer von Montag bis Freitag zwischen 7 und 15 Uhr; Terminvereinbarungen können unter der Nummer 02732/804-2362 getätigt werden. Die Dauer einer Untersuchung beläuft sich je nach Umfang auf ein bis zwei Stunden. Die Kosten betragen je nach Leistungsumfang zwischen 95 und 160 Euro.

Nähere Informationen: Landesklinikum Krems, Barbara Karner-Einzinger, Telefon 02732/804-4281, e-mail presse@krems.lknoe.at.

Zu diesem Artikel gibt es eine unterstützende Audiodatei. Diese ist zum Download nicht mehr verfügbar. Bitte wenden Sie sich an: presse@noel.gv.at

E-Mail: presse@noel.gv.at