

Risikoprofil

Welche Risikofaktoren habe ich?
Oder: Wie gefährdet bin ich?

Die meisten Menschen mit einem Stresssyndrom oder einem Burnout machen sich Sorgen um ihre Gesundheit. Dies ist berechtigt, da chronischer Stress zu dauerhaften gesundheitlichen Schäden führen kann. Hier steht also die Frage im Vordergrund:

Besteht mittel- oder langfristig bei mir ein wesentlich erhöhtes Risiko, körperlich zu erkranken?

Hier sollten die Risiken einer Herz- Kreislauferkrankung sowie einer andersartigen (z.B. immunologischen Erkrankung) abgeklärt werden. Hierfür sind bestimmte Untersuchungen sinnvoll, die im Einzelnen festgelegt werden müssen.

Diese Befunde sollten in Zusammenhang gebracht werden mit:

- Anlage Faktoren
- körperlichen Befunden
- Vorerkrankungen
- Faktoren der Lebensführung und
- den Befunden des medizinischen Checks (HRV, Neurostressprofil), die Rückschlüsse auf das Ausmaß der aktuellen Stressbelastung zulassen.

Anhand des so erstellten Risikoprofils können dann zusammen mit Ihnen konkrete Empfehlungen erarbeitet werden zu den Fragen:

- Was kann ich/möchte ich ändern?
- Wo fange ich an?

In entsprechendem zeitlichem Abstand kann im Verlauf untersucht werden, wie die vorgenommenen Veränderungen, z.B. der Lebensführung oder auch mehr körperliche Bewegung, die festgestellten Befunde (z.B. der HRV) beeinflusst haben.

Die Bestimmung des Risikoprofils ist nur zu einem Teil eine Leistung der Krankenkasse, ergänzende Untersuchungen müssen privat übernommen werden. Wir geben eine Empfehlung, wann eine ergänzende Bestimmung des erweiterten Risikoprofils sinnvoll erscheint und stimmen das Vorgehen mit Ihnen ab.