

# Managerski pregled Srebrni Clarus

## Enodnevni program - 7 zdravnikov specialistov

Programi preventivnih specialističnih pregledov za vodilne in poslovne ljudi so v razvitem svetu nekaj povsem običajnega, spremljanje psihofizičnega stanja poslovnežev pa že kar vsakdanja praksa. S temi pregledi želimo ugotoviti trenutno zdravstveno stanje in odkriti prisotnost morebitnih rizičnih dejavnikov tveganja za zgodnjo obolevnost ter nanje opozoriti.

### 1. Laboratorijska preiskava urina

Izločanje urina je pomembno za mnoge telesne funkcije. Odvaja odpadne snovi, ki nastanejo med presnovnimi procesi. Prisotnost nekaterih snovi v urinu nam poda pomembne informacije o vnetju urinalnega trakta, ledvičnih in sistemskih boleznih.

Urin se testira na prisotnost proteinov, glukoze, bilirubina, ketonov, bakterij, glivic in nekaterih ostalih parametrov.

### 2. Laboratorijske preiskave krvi

Laboratorijske preiskave krvi so eden najpomembnejših ukrepov, ki ga lahko storimo za preprečevanje življenjsko nevarnih boleznih. Rezultati lahko pomagajo odkriti skrite zdravstvene težave v zgodnjih fazah, kadar je zdravljenje še vedno mogoče in učinkovito.

#### 2.1. Hemogram (krvna slika)

Hemogram imenovano tudi krvna slika, določa vrednosti eritrocitov (rdečih krvnih celic), levkocitov (belih krvnih celic), število trombocitov in eritrocitnih indeksov (MCV, MCH, MCHC, RDW), določa vrednosti hemoglobina v krvi in določa volumenski delež rdečih krvničk v krvi (hematokrit). Hemogram nam poda splošne informacije o krvnih celicah.

#### 2.2. DKS (diferencialna krvna slika)

DKS (diferencialna krvna slika) določa vrednosti posameznih vrst levkocitov (nevtrofilni, eozinofilni, bazofilni granulociti, limfociti in monociti). Hemogram z DKS pomaga oceniti splošno zdravstveno stanje in je dober indikator za različna bolezenska stanja, ki vplivajo na krvne celice, kot so slabokrvnost, infekcije, vnetja in krvavitve.

#### 2.3. SR (sedimentacija)

Pomaga postaviti diagnozo bolezenskim stanjem z akutnimi ali kroničnimi vnetji (okužbe, rak ali avtoimunske bolezni).

#### 2.4. Jetrni testi - AST, ALT, Gama GT, bilirubin cel. bilirubin dir., protein cel., albumini

Jetrni testi so namenjeni za diagnosticiranje in spremljanje bolezni ali poškodb jeter ter oceno delovanja jeter (proizvodnja beljakovin, čiščenje bilirubina ...). Jetra so izredno pomembna za celotno zdravje. Ena izmed pomembnih vlog jeter je nevtralizacija strupenih snovi v telesu. Pri upočasnjem delovanju jeter organizem postopno prehaja v stanje kronične zastrupitve.

#### 2.5. Glukoza - odkrivanje sladkorne bolezni

Glukoza v krvi je eden osnovnih pokazateljev sladkorne bolezni. Diabetes je ena najpogostejših kroničnih boleznih, ki jo v številnih primerih lahko preprečimo, če jo odkrijemo dovolj zgodaj. Povišana koncentracija glukoze ali hiperglikemija lahko kaže na diabetes. Znižana koncentracija glukoze ali hipoglikemija kaže na hiperplazijo ali tumor trebušne slinavke, lahko pa nastane tudi zaradi bolezni ledvic in srca, slabe funkcije hipofize in nadledvične žleze ter razširjene bolezni jeter.

#### 2.6. Železo - odkrivanje anemije

Železo je pomembno za odkrivanje anemije. Železo igra pomembno vlogo, saj je sestavni del hemoglobina v rdečih krvničkah in je ključnega pomena za prenos kisika po organizmu. Pri pomanjkanju železa, se zmanjša tvorba hemoglobina, s tem pa je porušeno nastajanje eritrocitov in zmanjšana kapaciteta krvi za prenos kisika. Pomanjkanje železa vodi v slabokrvnost.

#### 2.7. Holesterol, HDL-olesterol, LDLholesterol, trigliceridi

Z določanjem vrednosti holesterola v krvi lahko podamo oceno tveganja za nastanek srčno-žilnih boleznih, srčne ter možganske kapi

### 3. Antropometrične meritve telesne mase

Antropometrične meritve ali indeks telesne mase (BMI) je merilo človekovega razmerja med telesno maso in višino. BMI 30 ali več kaže na debelost. Debelost je povezana s kroničnimi boleznimi, kot so bolezni srca, sladkorna bolezen in nekatere vrste raka.

### 4. Posvet z diplomiranim dietetikom-nutricionistom s pomočjo naprednega analizatorja Tanita

Mišice, maščobe, kosti in voda prenašajo elektriko z različnimi stopnjami. Naprava Tanita skozi telo pošilja neopazen električni tok (bioelektrična impendanca) in na podlagi pridobljenih rezultatov diplomirani dietetik-nutricionist naredi ustrezno analizo posameznika.

Analizator Tanita vam prikaže:

- težo,
- % maščobe,
- maščobno maso,
- nivo maščobe v trebušnem predelu (visceralna maščoba),
- mišično maso,
- kostno maso,
- ekstra-celično vodo,
- intra-celično vodo,
- razmerje ECW/TBW,
- bazalni metabolizem – BMR,
- indeks telesne mase – ITM,
- segmentno analizo,
- fazni kot

### 5. EKG ali elektrokardiogram

Elektrokardiogram (EKG) je test, ki meri električno aktivnost srčnega utripa in zdravniku pomaga pri oceni delovanja srca. Namen je odkrivanje nenormalnih srčnih ritmov, ki lahko povzročijo nastanek krvnih strdkov, odkrivanje srčnih infarktov (preteklih ali tekočih), odkrivanje aritmije, odkrivanje zamašitev koronarnih arterij, odkrivanje območja poškodovane srčne mišice (od predhodnega srčnega infarkta), odkrivanje vnetja osrčnika oziroma perikarda. Pokaže nam lahko tudi elektrolitska neravnovesja in nekatere pljučne bolezni. Preiskava je neboleča, enostavna, hitra in je zdravniku v veliko pomoč pri postavljanju končne diagnoze.

### 6. Spirometrija - testiranje pljučnih funkcij

Spirometrija je najpomembnejši samostojni diagnostični postopek, s katerim ugotavljamo bolnikovo pljučno funkcijo. Spirometer je naprava, ki meri pretok zraka v pljuča in iz njih. Izmeri količino zraka, ki ga lahko vdihnemo in hitrost samega vdiha. Test je izvrsten indikator za astmo, kronično obstruktivno pljučno bolezen (KOPB), restriktivno pljučno bolezen (npr. idiopatska pljučna fibroza) in mnoge druge motnje, ki vplivajo na delovanje pljuč.

### 7. Internistično kardiološki pregled

Obsega oceno stanja srčno-žilnega in dihalnega sistema ter oceno morebitnih dejavnikov tveganja za srčno-žilna obolenja.

### 8. Obremenitveno testiranje - cikloergometrija

Obremenitveno testiranje (izvajamo ga na sobnem kolesu) pokaže, kako dobro se odziva vaše srce v trenutkih, kadar deluje pod največjim naporom. Specialist internist kardiolog lahko določi ali vaše srce prejema dovolj kisika in ustrezen pretok krvi, kadar to najbolj potrebuje. Zdravnik oceni kondicijsko stanje, gibanje krvnega pritiska, srčni ritem med aktivnostjo ter ugotavlja motnje v prekrvavitvi srčne mišice.

### 9. Ultrazvok trebuha

Ultrazvok trebuha je neboleča in neinvazivna vrsta radiološke preiskave. Zdravniku pomaga oceniti vzrok bolečine v abdomnu ali napihnjenosti.

Omogoča vpogled v glavne organe trebušne votline: žolčnik, žolčnih vodov, ledvice, jetra, trebušno slinavko, nadledvične žleze, vranico, sečnega mehurja, večje spremembe na črevesju in orientacijsko rodila. Uporablja se ga tudi pri ugotavljanju bolezni ledvičnih kamnov, bolezni jeter, tumorjev in številnih drugih bolezenskih stanj.

## 10. Okulistični pregled

Okulistični pregled zajema: elektronsko in ročno merjenje dioptrije, pregled z biomikroskopom, pregled očesnega ozadja na ozko zenico ter merjenje očesnega pritiska glede na starost.

## 11. Ocena stopnje stresa in izgorelosti ter proaktivno svetovanje s ciljem izboljšati psihofizično počutje

S pomočjo samoocenitvenega psihometričnega vprašalnika terapevt oceni stopnjo stresa in prepozna indikatorje ter glavne kriterije izgorelosti z naraščajočo tendenco. V nadaljevanju se klient v zaupnem okolju s terapevtom/ svetovalcem pogovori ter osvetli pomembne vsebine. Nato na osnovi pogovora in pridobljenih podatkov o stanju izgorelosti terapevt svetuje o ključnih strategijah spoprijemanja s stresom in o pravih ukrepih za obvladovanje ter omejitve stresnih dejavnikov.

## 12. Denzitometrija - meritev kostne mase

Denzitometrija je ime preiskave, s katero merimo mineralno kostno gostoto. Je varna radiološka preiskava, ki hitro in natančno izmeri kostno gostoto. Uporablja se predvsem za odkrivanje osteoporoze, bolezni, pri kateri je vrednost kostne gostote tako nizka, da se tveganje za kostni zlom izredno poveča (zadostuje padec iz stojne višine).

## 13. Zaključno mnenje s posvetom pri zdravniku specialistu

Na osnovi vseh predhodno opravljenih pregledov in preiskav, zdravnik specialist opravi zaključni pogovor ter ustno in pisno poda končno oceno oz. mnenje o zdravstvenem stanju posameznika.

## 14. Spričevalo specialista za medicino dela prometa in športa o delazmožnosti

# Cena programa: 400 €

Omogočamo možnost dodatnih specialističnih pregledov, glede na indikacijo, ugotovljeno ob preventivnih pregledih in sicer:

- ultrazvočni pregledi
- dermatološki pregled
- otološki pregled
- gastroskopija
- pregled in UZ ščitnice
- kolonoskopija v sedaciji
- urološki pregled
- ultrazvok - razni
- ortopedski pregled
- 

**Preventivne specialistične preglede prilagajamo glede na specifična delovna mesta oz. posebne zahteve posameznika ali podjetij (škodljivi fizikalni ali kemijski vplivi ter druge obremenitve).**

**Posebej lahko pripravimo različne kombinacije pregledov oz. preiskav.**

Za vsa dodatna vprašanja smo vam na voljo na:  
tel.: 01/2000 910,  
e-mail: [diagnostika@diagnostika-clarus.si](mailto:diagnostika@diagnostika-clarus.si) ali  
[mdps@diagnostika-clarus.si](mailto:mdps@diagnostika-clarus.si)

Diagnostika Clarus d.o.o.  
Grška ulica 13 (BTC hala 9), 1000 Ljubljana  
1000 Ljubljana

Delovni čas od pon. do pet. v času: 7.00–19.00  
[www.diagnostika-clarus.si](http://www.diagnostika-clarus.si)

**Priporočamo vam odlično naložbo v vaše zdravje!**