

Hälsoprofilbedömning™ med provtagning



Livsstilen är avgörande för människors hälsa. En hälsosam livsstil bidrar dessutom till en mer meningsfull fritid och ett friskare arbetsliv.

Hälsoprofilbedömningen är ett möte mellan vår hälsopedagog och din medarbetare för att motivera och skapa insikt till livsstilsförändring.

Hälsoprofilbedömning är även arbetsgivarens underlag för sitt strategiska hälsoarbete.

Frågor om livsstil och hälsa

Den första delen i Hälsoprofilbedömningen utgörs av två frågeformulär (hälsoprofil + audit) som belyser hälsovanor, hälsoupplevelser och social förankring. Tillsammans med hälsopedagog går deltagaren igenom svaren i frågeformuläret.

Mätning av längd, vikt och blodtryck

Längd, vikt, midjemått och blodtrycks mäts.

Konditionstest på cykel

Deltagaren cyklar på en ergometercykel i 6-10 min med en individanpassad belastning tills personen blir lätt andfådd. Konditionstestet ger oss ett underlag för att bedöma den fysiska orken.

Ett främjande samtal med fokus på både nuläge och förändring.

I ett medvetandegörande samtal vägs deltagarens livsstil mot mätvärdena och ligger sedan till grund för en realistisk målsättning.

Avrapportering på gruppnivå.

Utifrån statistik skapas en rapport med åtgärdsförslag på hur ni kan påverka hälsoutvecklingen på företaget genom att satsa såväl förebyggande som vårdande. Det krävs minst 15 deltagare för att rapport ska kunna sammanställas.

Alla hälsopedagoger arbetar under tystnadsplikt och inlämnade uppgifter samt det som tas upp i samtalet behandlas konfidentiellt.

Provtagning

Följande provtagning ingår:

- Längd o vikt (med kläder o utan skor)
- Midjemått och BMI
- Hb (Hemoglobin)
- Järnpaket på kvinnor 18 år till menopaus.
Tas vartannat år.
- Blodsocker (P-glukos)
- Blodfetter (Kolesterol och triglycerider)
- Ämnesomsättning (TSH) på kvinnor från 40 år
Tas vartannat år
- Blodtryck och puls
- Synscreening
Vid behov

Vid medicinska avvikelser eller ytterligare frågor bokas en uppföljande läkarkonsultation, sköterskekonsultation och/eller provtagning in. Konsultationskostnad tillkommer.

Möjliga tillägg som kan göras i samband med provtagningen. Fråga efter prislista.

- Spirometri
- Audiogram
- Prostata (PSA) – inkl. läkarbesök
- Besök hos annan yrkeskategori på TEAM