



### Норма Check Up

Норма Check-up – это профилактическое обследование организма с целью раннего выявления патологий, определения актуального состояния здоровья, получения индивидуальных рекомендаций. Рекомендовано ежегодно лицам от 20 до 35 лет независимо от наличия или отсутствия жалоб. Обследование проходит под руководством профессора, доктора медицинских наук, Уве Никсдорфа, который лично интерпретирует результаты проведенных обследований. Концепцию профессора отличает комплексный подход, позволяющий представить полученные результаты в целостной взаимосвязи друг с другом и в проекции на конкретного человека. Данный подход не имеет аналогов в клиниках России и СНГ.

#### Диагностическая программа включает:

- Предварительное обследование
  - Актуальный анамнез \ опрос пациента и предыстория
  - Антропометрия, вкл. биоимпедансный анализ:
    - измерение и вычисление индекса массы тела (BMI), соотношения объема талии к окружности бедра [whaist-to-hip-ratio (WHR), whaist-to-height ratio (WHtR)], а также определение состава тела (жир, вода, биомасса);
    - насыщение кислородом (пульсоксиметрия).
  - Анализ факторов риска (тест PROCAM)
  - При никотиновой зависимости: специальный опрос для определения степени никотиновой зависимости как основа для избавления от курения.
  - Тщательное физическое обследование
- Скрининговая лаборатория / лабораторное исследование
  - гемограмма (клинический анализ крови), вкл. дифференциацию белых кровяных телец;  
уровень сахара в крови:  
уровень сахара в крови натощак, HbA1c;



- базальный инсулин (вкл. индекс НОМА);
  - холестериновый статус: общий холестерин, холестерин липопротеинов высокой (ЛПВП) и низкой (ЛПНП) плотности, триглицериды;
  - показатели печени, желчного пузыря и поджелудочной железы: гамма-GT, глутамат-оксалат трансаминаза (GOT), глутамат пируват трансаминазы (GPT), актатдегидрогеназа (LDH) холинэстераза, билирубин, липаза, амилаза;
  - показатели почек: креатинин, мочевина, мочевая кислота;
  - мускулатура: креатинкиназа;
  - электролиты / обмен веществ: натрий, калий, кальций, магний, ферритин, фосфат, хлорид, щелочная фосфатаза;
  - показатели свертываемости крови: МНО (по Квику), АЧТВ, фибриноген,
  - анализ белка:
    - общий белок,
    - белковый электрофорез;
  - ПСА (у мужчин старше 40 лет) [возможен доп. тест на свободный ПСА];
  - состояние мочи: показатель pH, лейкоциты, белок, глюкоза, кетон, эритроциты, уробилиноген, нитрит, удельная плотность, билирубин; микральтест (микроальбумин);
  - гормональный статус щитовидной железы: базальный уровень ТТГ (LIA)
  - исследование кала: гемокульт-тест,
- 
- Инструментальные исследования органов и сосудов
    - МРТ абдоминальных органов (брюшная полость)
    - дуплексная сонография сонных артерий, в т.ч. измерение толщины интимы-медии с учетом половозрастных особенностей;
    - сонография щитовидной железы;
  - Оценка физического состояния (контроль сердечно-сосудистой системы)
    - эргоспирометрия с ЭКГ, в т.ч. проверка функции легких;
    - изменчивость частоты сердцебиений для определения психосоматического уровня стресса;
    - анализ пульсовой волны; расчет лодыжечно-плечевого индекса (ABI);
  - Прочие обследования
    - проверка слуха (аудиометрия);
    - исследование глазного дна (по методу TalkingEye) (проводит специалист-офтальмолог);
  - Заключительная беседа / досье с результатами
    - заключительная беседа, визуализация и интерпретация всех важных результатов;
    - советы по корректировке стиля жизни, базирующиеся на результатах обследований;
    - изложенный в доступной форме итоговый письменный отчет, включающий компакт-диск

**Продолжительность:** 6 часов

**Проведение обследования:** амбулаторно

\* Стоимость программы диагностики включает в себя услуги сопровождения профессионального медицинского переводчика на время диагностики и трансфер от аэропорта Дюссельдорфа и обратно, а также перевод медицинской документации.



**Примечание:**

- Забор крови на анализ осуществляется на голодный желудок.
- Обследование длится около 6 часов, включая подробную заключительную беседу с профессором Никсдорфом.
- Снимки пациент получает непосредственно после обследования. Заключения будут готовы через 1 – 2 дня.
- Пациенту будет предоставлена отдельная комната с Wi-Fi – доступом, приятный завтрак
- Конечная стоимость диагностики может варьироваться в зависимости от необходимости проведения дополнительных исследований (по желанию пациента).

**Европейский центр превентивной медицины (ЕРС)**

**Доктор и руководитель диагностического центра:** Профессор, доктор медицинских наук, Уве Никсдорф

- Участник европейского общества кардиологии (F.E.S.C.)
- Терапевт, кардиолог, врач спортивной медицины
- Сертифицированный врач кардиологии европейского уровня
- Сертифицированный специалист по фитнесу (институт Купера, Даллас/Техас, США)

Профессор, доктор медицинских наук, Уве Никсдорф преподает в университете им. Фридриха-Александра в г. Эрланген-Нюрнберг и ведет врачебные курсы повышения квалификации в центре превентивной медицины. Он является автором более, чем 300 публикаций и лектором более, чем 500 докладов по кардиологии и превентивной медицине. Под его авторством в 2009 году была опубликована книга «Чек-Ап-медицина», в которой представлены профилактика заболеваний и рекомендации, основанные на эффективных и достоверных данных научных исследований. Профессор Никсдорф является активным участником национальных и международных сообществ, принимает участие в комиссии руководящих указаний и с 2000 года состоит в европейском обществе кардиологии. (F.E.S.C.).

**Научно-обоснованная превентивная медицина:**

**Один день в европейском центре превентивной медицины.** Мы предоставляем нашим клиентам полное профилактическое обследование всего организма в течение одного дня и в одном месте.

**Узкие специалисты в области медицины.** Чек-Ап европейского центра превентивной медицины проводится исключительно врачами-специалистами.

**Научно-обоснованные исследования на университете уровне.** Чек-Ап европейского центра превентивной медицины включает в себя элементы рационального обследования, эффективность и достоверность, которых доказана в научных исследованиях.(медицина на основе доказанного)

**Новейшее техническое оборудование.** В европейском центре превентивной медицины применяется высокотехнологичное диагностическое оборудование (ультразвуковое обследование высокого класса, МРТ, КТ по показаниям). Курирующий врач превентивной медицины (терапевт / кардиолог) тесно работает с узкими специалистами (особенно радиологами).

**Подробные рекомендации.** Полное заключение Чек-Апа подробно предоставляется курирующим врачом. На основе этого проводится индивидуальная консультация по улучшению образа жизни (движение, питание, отдых). При соответствующих клинических результатах предлагается срочное решение проблемы с помощью тесной работы с узкими специалистами в области медицины.

**Сервис / Обстановка.** Нашим клиентам предоставляются, для комфортного пребывания, уютная гостиная с собственным душем, телевизором и интернетом.

**Чек-Ап-досье.** По почте высыпается папка со всеми проведенными отдельными обследованиями, подробным, понятным общим описанием, включая цифровой диск с радиологическими снимками, а также рекомендациями по индивидуальному улучшению образа жизни.

