

## Preisliste Untersuchungen Sport- und Bewegungsmedizin

Angebot		
Leistung	Preis CHF	Zweck bzw. Bedeutung für die Gesundheit
<b>Sportmedizin und allgemeine innere Medizin</b>		
Detaillierte Körperkompositionsanalyse (Inbody 720)	50	Nur auf Basis der Körperzusammensetzung kann der Erfolg von Trainingsprogrammen auf Fettmasse und Muskulatur richtig bewertet werden.
Detaillierte Körperkompositionsanalyse (DEXA Scan, Goldstandard)	Ersttermin: 170 Folgetermin: 100	Dual-Röntgen-Absorptiometrie zur Bestimmung der Körperzusammensetzung.
Blutdruckmessung, 24 Std. (Goldstandard)	98	Diagnostik der Hypertonie als wichtiger Risikofaktor für Herzinfarkt und Schlaganfall.
Belastungs-EKG, Ergometrie	145	Erkennung von belastungs-induzierten Rhythmusstörungen, Herzfrequenzreserve und Erholungspuls als Prädiktoren für die Herzsterblichkeit. Empfohlener Standard bei allen Personen über 55 Jahre und bei Personen über 35 Jahre mit einem bekannten klassischen Risikofaktor.
Ruhe-Elektrokardiogramm (EKG)	31	Erkennung von Herzerkrankungen wie hypertrophe Kardiomyopathie, empfohlener Standard bei allen Sporttreibenden.
Kleine Spirometrie mit Flussvolumenkurve (kleine Lungenfunktion)	37	Screening für Lungenerkrankungen wie Asthma.
Echokardiografie, transthorakal, Beurteilung Sportherz (Struktur und Funktion) beim Erwachsenen älter als 16 Jahre	316	Erkennung wesentlicher struktureller und funktioneller Störungen der Herzwand und Herzklappen.
<b>Diagnostik Gefässgesundheit</b>		
Gefässalter (Arterielle Elastizität)	120	Erfassung des biologischen Gefässalters inkl. ausführlicher Lebensstilberatung (30 min).
Intima-Media-Dickenmessung, Plaques computergestützt, Herzinfarkt-/Schlaganfallrisiko	90	Messung der Wanddicke und Verkalkungen der Halsschlagader als valider Marker der Gefässgesundheit.
Arterien-Check, grosse Gefässe: Gefässalter, Blutdruck aller Extremitäten, Arm-Knöchel-Index (oszillometrisch)	150	Komplexe Messung der Gefässgesundheit durch Messung der Gefässelastizität, der Blutdruckdifferenz zwischen Oberarm und Knöchel und seiten- bzw. höhengetrennte Blutdruckmessung aller Extremitäten.
Arterielle Gefässsteifigkeit, 24 Std. (Tag-/Nachtrhythmus)	150	Analyse der arteriellen Gefässsteifigkeit im Tag-Nacht Rhythmus zur Langzeitbestimmung der Herzbelastung.
<b>Analyse Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit</b>		
<b>a) Ausdauer</b>		
Spiroergometrie mit Laktatleistungstest auf Veloergometer inkl. VO <sub>2</sub> max-Messung (Ersttermin inkl. Ermittlung der Körperkompositionsanalyse, Ruhe-EKG und ärztliche Anamnese)	Ersttermin: 355 Folgetermin: 155	Kombination aus Bestimmung des Laktatstoffwechsels im submaximalen Bereich und Ermittlung der Ausdauerleistung und der Herz-Kreislauf-Leistungsbreite und -funktion.
Laktatstufentest auf dem Laufband inkl. VO <sub>2</sub> max-Messung (Ersttermin inkl. Ermittlung der Körperkompositionsanalyse, Ruhe-EKG und ärztliche Anamnese)	Ersttermin: 355 Folgetermin: 155	Kombination aus Bestimmung des Laktatstoffwechsels im submaximalen Bereich und Ermittlung der Ausdauerleistung und der Herz-Kreislauf-Leistungsbreite und -funktion.
Laktatleistungstest auf dem Veloergometer, Laufband mit Belastungs-EKG (ohne VO <sub>2</sub> max-Messung)	Ersttermin: 230 Folgetermin: 155	Ermittlung der Ausdauerleistung als Basis für Trainingsempfehlung und zum Monitoring des Trainingserfolgs unter Berücksichtigung der Herzstromkurve.
6 Minuten-Gehtest	50	Bestimmung der Herz-Kreislauf-Leistungsfähigkeit bei chronischen Erkrankungen.
<b>b) körperliche Aktivität</b>		
Accelerometrie über 7 Tage	50	Aussagekräftige objektive Messung des Bewegungsumfangs und der Bewegungsintensität als Basis und Monitoring von körperlicher Aktivität.
<b>c) Kraft</b>		
Sprungkrafttest oder Legpress	150	Test zur Messung der Beinkraft als wesentliche Komponente der Unabhängigkeit im Alter.
Rumpfkrafttest	90	Messung der Rumpfstabilität.

## Preisliste Untersuchungen Sport- und Bewegungsmedizin

Leistung	Preis CHF	Zweck bzw. Bedeutung für die Gesundheit
<b>Beratungen</b>		
Trainingsempfehlung, Plan für 12 Wochen	150	Strukturierte, personalisierte Empfehlung zur Steigerung der kardio-respiratorischen Fitness, Ökonomisierung der Herzarbeit und Steigerung der Erholungsfähigkeit.
Trainingsempfehlung, indiv. Anpassung nach Aufbauphase	150	Strukturierte, personalisierte Empfehlung zur Erhaltung der kardio-respiratorischen Fitness, Ökonomisierung der Herzarbeit und Steigerung der Erholungsfähigkeit.
<b>Laborleistungen</b>		
Laborleistungen (z.B. Cholesterin, Kreatinin etc.) gem. Abrechnung Fremd- oder Eigenlabor		Erfassung weniger aber wichtiger Blutmarker der Organgesundheit (Glukose, Cholesterin (HDL, LDL), Triglyzeride, Kreatinin, Ferritin, TSH, kleines Blutbild, CRP).

>>> Zu den einzelnen Positionen kommen ggf. hinzu die Kosten für die Konsultation (Gesprächszeit, max. CHF 59), die Untersuchung durch den Facharzt (klein CHF 54/umfassend CHF 90) und den Arztbericht (CHF 37-67).

<b>vordefinierte Untersuchungspackages</b>	
Gesundheitsuntersuchungen	Preis CHF
Erstuntersuchung, bestehend aus: - Ersttermin mit klinischer Untersuchung, Körperkompositionsanalyse, objektiver Aktivitätsmessung, Ruhe- und Belastungs-EKG, Ergometrie (Leistungsfähigkeit, Belastbarkeit) - Zweittermin mit Beratung, Empfehlungen zur Lebensstilintervention unter Berücksichtigung individueller Vorerkrankungen, Trainingsempfehlungen (Folgewoche)	515
3-Monatstermin zur Fortschrittsüberprüfung mit Körperkompositionsanalyse und objektiver Aktivitätsmessung	172
6-Monatstermin zur Fortschrittsüberprüfung mit Neuermittlung Leistungsfähigkeit	393
9-Monatstermin zur Fortschrittsüberprüfung mit Körperkompositionsanalyse und objektiver Aktivitätsmessung	172
12-Monatstermin zur Fortschrittsüberprüfung mit abschliessender Ermittlung Leistungsfähigkeit	393
<b>Sportmed Basic</b>	
Ärztliche Anamnese, körperliche Untersuchung, Körperkompositionsanalyse, Ruhe-EKG, Belastungs-EKG, sportartspezifische Leistungsdiagnostik	400
<b>Sportmed Basic plus</b>	
Ärztliche Anamnese, körperliche Untersuchung, Körperkompositionsanalyse, Ruhe-EKG, Belastungs-EKG, sportartspezifische Leistungsdiagnostik und <b>Trainingsempfehlungen</b>	475
<b>Sportmed Premium</b>	
Ärztliche Anamnese, körperliche Untersuchung, Körperkompositionsanalyse, Ruhe-EKG, Belastungs-EKG, sportartspezifische Leistungsdiagnostik und <b>Trainingsplanerstellung</b>	550
<b>Sportmed Prevent Premium</b>	
Ärztliche Anamnese, körperliche Untersuchung, Körperkompositionsanalyse, Ruhe-EKG, Belastungs-EKG, sportartspezifische Leistungsdiagnostik, Trainingsempfehlungen und grosser Arteriencheck	800

>>> Weitere Positionen aus dem Angebot können nach Bedarf in Absprache dazugewählt werden.