

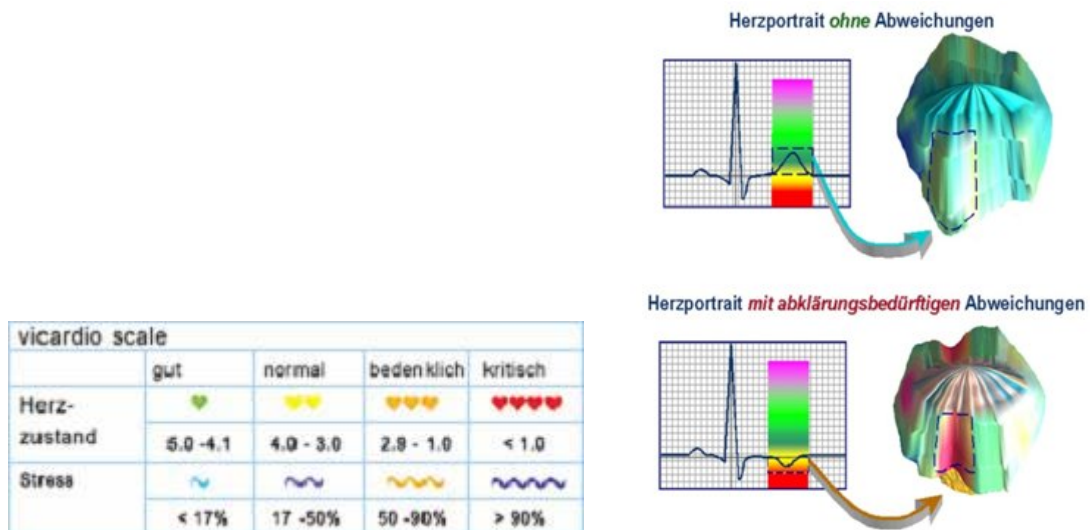


## EKG-Stress-Messung CARDIOSCAN am Arbeitsplatz:

Ein Herzcheck mit Stressmessung ist die wohl einfachste Methode, den Gesundheitszustand eines Herzens schnell und effektiv darzustellen. Mittels Elektroden an Fuß- und Handgelenken werden die vom Herzen ausgesandten Impulse digitalisiert. Als Grundlage dient ein Dreikanal-EKG.



Nach nur zwei Minuten erscheint das farbige Herzportrait samt allen relevanten Messwerten auf dem Monitor und kann sofort ausgedruckt und mit dem Probanden besprochen werden. Grüne und blaue Farben stehen für den Normbereich, gelbe und rötliche Farben mahnen zu erhöhter Aufmerksamkeit, und Rottöne signalisieren erhebliche Abweichungen. Das Ergebnis dieses Tests ist eine Dar-Stellung des Ist-Zustands des Herzens. Daraus lassen sich Bedarf an Bewegung und sportlichem Ausgleich und später eine Trainingsempfehlung ableiten.



Cardioscan erstellt keine Diagnose im Sinne eines ärztlichen EKGs, sondern zeigt eine Momentaufnahme des aktuellen Herz-Kreislauf-Zustands. Damit ist dieser Herzcheck eine einfache, schnelle und praktikable Messmethode, die Hinweise auf Stressbelastung und abklärungsbedürftige Veränderungen am Herzen liefert. Rund 500.000 Messungen wurden in vergangenen drei Jahren mit dem cardioscan durchgeführt. Bei rund einem Drittel der Messungen wiesen die Ergebnisse nregelmäßigkeiten auf, die einer kardiologischen Abklärung durch den Facharzt bedurften.

## Personen-Daten

Name Max Mustermann  
Datum / Zeit 09.09.2008 14:13 Uhr  
Geburtsdatum 03.01.1964  
Größe 172 cm  
Gewicht 64 kg

## PhysioTeam GmbH

Wendellinusstr. 6  
52134 Herzogenrath  
Tel.: 02406-8024188  
E-Mail: kontakt@physioteam.com  
Web: www.physioteam.com



## Ihr individuelles Electrocardiogramm

Erklärung der Anzahl der Wellen:

- Nach Definition niedriger Cardio Stress Index.
- Nach Definition erhöhter Cardio Stress Index.
- Nach Definition hoher Cardio Stress Index.
- Nach Definition sehr hoher Cardio Stress Index.

Erklärung der Anzahl der Herzen:

- Es wurden keine Abweichungen festgestellt.
- Es wurden geringgradige Abweichungen festgestellt.
- Es wurden deutliche Abweichungen festgestellt.
- Es wurden sehr deutliche Abweichungen festgestellt.

## Beschreibung

Punkte  Skala: 0 (Abweichungen) - 5,0 (k. Abw.)  
Wert < 3,0 ist abklärungsbedürftig  
CSI  Werte über 50% sind  
abklärungsbedürftig  
Herzfrequenz  Norm: 55-100 Schläge/min  
Fit-Level  Skala: 1 (niedrig) - 10 (sehr hoch)

## Beschreibung des EKG

Es wurden keine Abweichungen festgestellt.

## Gesamt

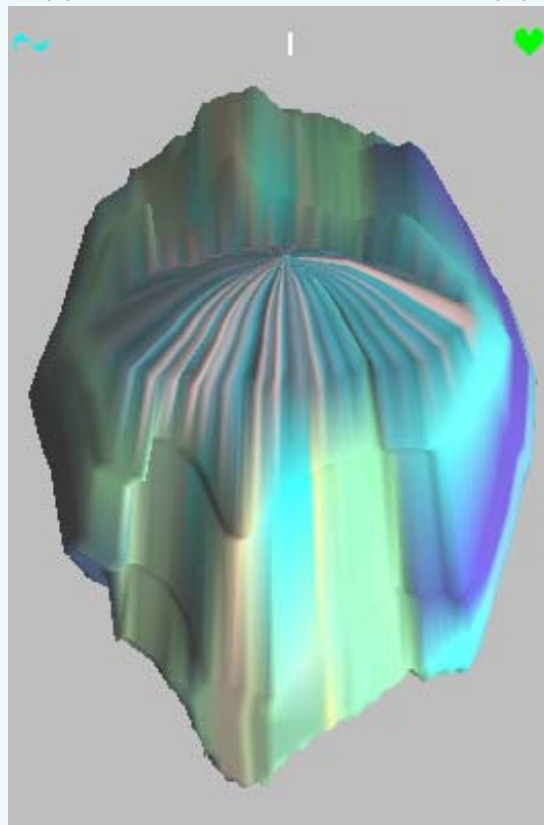
Es wurden keine Abweichungen der Gestalt der EKG-Kurve festgestellt, aber die Herzfrequenz ist niedrig. Mögliche Ursachen: Ausdauersport, bestimmte Medikamente. Im Zweifel wiederholen Sie bitte die Messung zu einem anderen Zeitpunkt. Bestätigt sich das Ergebnis, empfiehlt sich bei Bedarf eine ärztliche Untersuchung.

## Beschreibung des Cardio Stress Index (CSI)

Nach Definition niedriger Cardio Stress Index, aber die Herzfrequenz ist niedrig.

## Notizen

Wellen Herzen



## Beschreibung des Fit-Levels

Ihr Fit-Level von 6 ist leicht überdurchschnittlich. Der Fit-Level hängt ab von der Körperzusammensetzung, Alter, Geschlecht, Trainingshäufigkeit und CSI. Um den Fit-Level zu verbessern, sollte eine Erhöhung von Trainingsumfang und/oder Trainingshäufigkeit in Erwägung gezogen werden. Falls nötig ist auch eine Optimierung des Körpergewichtes angeraten, um die Fitness zu verbessern. Als sportlicher Neu- oder Wiedereinsteiger sollten Sie auf die richtige Trainingsintensität achten, um Überlastungen zu vermeiden, insbesondere, wenn der CSI über 25% liegt. Im Falle einer aktuell hohen Stressbelastung sind Entspannungstechniken und Stressabbau der richtige Weg, um dem Körper die nötige Erholung zu ermöglichen. Ein Experte in Sachen Sport und Bewegung hilft Ihnen, Ihr Bewegungs- und Aktivitätenprogramm zu verbessern.