



## | Health check-up

### Gezond blijven kan alleen als u weet dat u gezond bent

Met uw gezondheid neemt u geen risico. U zorgt dat u voldoende beweging krijgt en verantwoord eet. Helaas liggen werkdruk en tal van verlokkingen voortdurend op de loer. Om er zeker van te zijn dat uw leefstijl gelijke pas houdt met uw gezondheid, gaat u ieder jaar voor een health check-up naar het Medisch Onderzoek Centrum.

#### **Bewust leven**

We dagen u uit voor een klein zelfonderzoekje. Hoe vaak bent u de afgelopen weken gezwichd voor een hamburger en hebt u uw gezonde maaltijd 'voor een keertje' overgeslagen? En hoe vaak hebt u doorgewerkt, terwijl u ook had kunnen sporten? We willen u geen schuldgevoel aanpraten; we willen u slechts duidelijk maken dat een goed evenwicht tussen werk en privé voorwaarde is voor een gezonde leefstijl.

#### **Zicht op uw gezondheid**

Minder vet eten, voldoende beweging en een goede nachtrust dragen er aan bij dat u gezond blijft. Een periodieke health check-up is in dat verband erg zinvol, want gezond blijven lukt alleen als u zeker weet dat u

gezond bent! Daarom gaat u ieder jaar minstens één keer naar KLM Health Services voor een health check-up. U weet dan zeker dat eventuele gezondheidsrisico's tijdig worden opgemerkt. Bovendien leggen wij u dan meteen uit wat u daaraan kunt doen. Met een periodieke health check-up houdt u zicht op uw gezondheid!

#### **Snel en accuraat**

Snelheid en accuratesse zijn vanzelfsprekend. De uitslag van uw keuring krijgt u direct na uw onderzoek. Laat u zich keuren in onze vestiging op Schiphol-Oost, dan kunnen wij u zelfs meteen de uitslag van uw bloed- en urineonderzoek verstrekken, aangezien wij daar beschikken over een eigen laboratorium.

| ...en gezond weer thuis



#### Het medisch onderzoek

Het onderzoek bestaat uit:

1. Laboratorium: bloed- en urineonderzoek, gecertificeerd volgens de Stichting Kwaliteitsbewaking Ziekenhuis Laboratoria
2. Een ogen-, gehoor- en longfunctietest plus een electrocardiografisch onderzoek
3. Bezoek aan een arts voor een bespreking van de voorgeschiedenis aan de hand van een vragenlijst en een lichamelijk onderzoek
4. Eventueel een inspanningstest met fietsergometer om een beter beeld te krijgen van uw conditie
5. Onderzoek naar psychische klachten en stressbestendigheid
6. Bespreking van de resultaten en advies

#### Persoonlijke rapportage en advies

KLM Health Services stuurt de schriftelijke uitslag van uw onderzoek en het advies naar het adres dat u ons opgeeft. Samen met een overzicht van alle vastgestelde biometrische waarden en – indien gewenst – een aanbiedingsbrief voor uw huisarts, zodat hij beschikt over basiswaarden waar hij later op kan terugvallen.

#### Afspraak

Wilt u zich aanmelden of wilt u specifieke informatie over onze keuringen, neemt u dan contact op met een van onze vestigingen. U vindt ons op Schiphol-Oost en Schiphol-Centrum en in Amsterdam, Hilversum, Den Haag en Rotterdam. Vanzelfsprekend kunt u ook terecht op onze website: [www.klmhealthservices.nl](http://www.klmhealthservices.nl).



MOC 05 feb07