

HÄLSOSTATUS



Beskrivning

Vid hälsostatus kartläggs faktorer, förutsättningar och vanor av betydelse för god hälsa, kontrolleras vikt, längd, blodtryck, blodsocker, blodvärde och blodfetter. Undersökningen kan kompletteras med konditionstest för bedömning av den fysiska prestationsförmågan. Aktuell forskning visar att hälsostatus/ hälsoundersökningar via arbetsplatsen bör kombineras med insatser för hälsosamma levnadsvanor för att ge full effekt. Mest framgångsrikt är att genomföra insatserna på flera nivåer - individ, grupp och arbetsplats/ organisation.

Såväl arbetsmiljön som organisationsstruktur har inverkan på medarbetarnas levnadsvanor och kan stödja eller hindra förändring. Tillgång till lunchrum, utbud i personalrestaurang, träningsmöjligheter i närheten av arbetet är några exempel på faktorer som påverkar. Genom att ditt företag utformar en hälsostategi, kan ditt företag underlätta förändringar av levnadsvanor. Det kan till exempel handla om att underlätta hälsosamma val vid måltid, erbjuda stöd för att sluta röka eller ändra alkoholvanor och underlätta för anställda att vara fysiskt aktiva varje dag på jobbet.

Omfattning

Hälsoenkäter

- Hälsöformulär
- Fysisk arbetsmiljö (endast företag)
- Psykosocial arbetsmiljö (endast företag)

Du fyller i frågeformulären i förväg och svaren skall spegla den/ de senaste månaderna.

Kontroller

- Vikt, längd, BMI
- Midjemått
- Blodprover - blodvärde, blodsocker, blodfetter (HDL, LDL, triglycerider)
- Syremättnad
- Blodtrycksmätning
- EKG
- Synundersökning

Hälsa- & livsstilssamtal/ rådgivning

- Samtal kring hälsa och livsstil
- Skriftlig dokumentation till den som genomgått bedömningen
- Sammanställning på gruppnivå med muntlig och skriftlig återkoppling till beställaren (endast företag)

Tilläggstjänster

- Prostataprov (PSA)
- Ämnesomsättningsprov (TSH, T4)
- Konditionstest (Submaximalt cykeltest)
- Stort blodprovspaket*
- Hörselundersökning (audiometri)
- Lungfunktionsundersökning (spirometri)
- Läkarbesök

**Blodfetter (kolesterol, HDL, LDL, triglycerider), blodsocker, blodvärden (Hb, röd- & vita blodkroppar, blodplättar), bukspottkörtel-, lever- & njurfunktion, giktprov (urat), salter (natrium, kalium, kalcium), sänka (SR), vitaminerna B12 & folat, prostataprov (män), ämnesomsättningsprov (kvinnor)*

Syfte

- Att motivera till förändringar i livsstil och hälsovanor
- Att skapa förutsättningar för framtida god hälsa
- Att uppmärksamma individen på eventuella risker med nuvarande livsstil
- Att vid behov erbjuda tobaksavvänjning
- Att vid behov erbjuda kostrådgivning
- Att utifrån fysisk prestationsförmåga erbjuda tränings- och motionsråd