

*Gesundheit ist zwar nicht alles,
aber ohne Gesundheit
ist alles nichts.*

Arthur Schopenhauer

RKH fit & gesund
Prävention für ein Leben in Gesundheit

RKH fit & gesund – Ihr Partner für Ihre Gesundheit

In allen Lebensbereichen wird zunehmend ein sehr hohes Maß an Flexibilität und Engagement vorausgesetzt. Dadurch erfahren viele Menschen im Arbeits- und auch im Privatleben eine starke Verdichtung. Um diesen hohen Ansprüchen gerecht werden zu können, ist eine stabile Gesundheit essenziell.

Es gilt, die körperlichen und mentalen Ressourcen zu stärken, die Resilienz zu steigern und die eigene Zufriedenheit zu erhöhen. Dabei wollen wir Sie als kompetenter Partner für ganzheitliche Gesundheitsfürsorge und Prävention unterstützen, indem wir Gesundheitsrisiken frühzeitig erkennen, diese minimieren und effektive Präventivmaßnahmen aufzeigen.

In Kooperation mit unseren Partnern ORTEMA und der CeGaT GmbH (dem weltweit führenden Anbieter für Humangenetische Diagnostik) können wir in unserem Haus maßgeschneiderte, individuelle Pakete für Ihre Gesundheitsfürsorge bereitstellen. Ganz auf Ihre Bedürfnisse, Wünsche und Budget abgestimmt beraten wir Sie gerne bei der Entscheidung, welche Untersuchungs- und Leistungsinhalte für Sie geeignet sind.

Dr. Ingo Michael Lenk





Warum sich Prävention lohnt!

Ihre Vorteile

- _ Fachspezifische Untersuchungen und Beratung durch Experten-Team
- _ Individuelle Check-Up-Pakete
- _ Ganzheitlicher Ansatz
- _ Reduktion des Krankheitsrisikos
- _ Befund-Ergebnisse innerhalb von wenigen Stunden
- _ Zeit-/Wegersparnis
- _ Mitgestaltung Ihrer Vorsorgeuntersuchung
- _ Und vieles mehr



Unsere Kompetenz

Die Qualität der medizinischen Versorgung hat bei uns oberste Priorität.

Unser Expertenteam des Präventionszentrums RKH fit & gesund besteht aus hochqualifizierten Fachärzten aus den Bereichen Innere Medizin, Kardiologie, Endokrinologie, Orthopädie und der Psychosomatik unseres RKH Krankenhauses Bietigheim-Vaihingen. Weitere Experten kommen aus der Ernährungsmedizin, Physiotherapie, Orthopädietechnik und Humangenetik.

Fachliche Kompetenz

Sie werden von langjährigen Fachärzten und Fachleuten in Leitungsfunktion aus dem jeweiligen Fachbereich betreut.

Technische Ausstattung

Für Untersuchungen stehen alle medizintechnischen Möglichkeiten eines Krankenhauses zur Verfügung.

Verknüpfung mit anderen Gesundheitsdienstleistern

Wir kooperieren mit spezialisierten, erfahrenen Partnern wie CeGaT GmbH, einem Anbieter für Genanalysen, oder der ORTEMA mit ihren Angeboten für Medical Fitness, Rehabilitation und Orthopädie-Technik.





Unsere Check-Up-Pakete für Ihre Gesundheit

Unsere Mediziner und Therapeuten haben nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen mehrere Check-Up-Pakete zusammengestellt. Die Basis des jeweiligen Check-Up-Pakets sind moderne, **ganzheitliche Untersuchungen**, die dabei unterstützen, den individuellen Gesundheitszustand zu beleuchten und etwaige Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen.

Gerne passen wir die Check-Up-Inhalte auf Ihre Bedürfnisse an. Lassen Sie sich dazu von unseren Experten beraten.

Beispiel Check-Up-Paket „Smart“

- _ Ausführliche Anamnese
- _ Körperliche Untersuchung
- _ Umfangreiche Laboruntersuchung
- _ Ultraschall/Duplexsonografie (Herz, Halsarterien, Schilddrüse, Bauch-/Beckenorgane)
- _ Ruhe-EKG
- _ Belastungs-EKG
- _ Lungenfunktionsuntersuchung
- _ Physio Check-Up
- _ Körperkompositionsanalyse
- _ Abschlussbesprechung (Zusammenführung aller Befunde, evidenzbasierte Einschätzung des kardiovaskulären Risikoprofils, ärztliche Beratung zu präventiven Maßnahmen, Ernährung und Sport)
- _ Ausführlicher Befundbericht

Weitere mögliche Leistungsinhalte

- _ Mentale Gesundheit – Psychologische Testverfahren
- _ Ernährungsanalyse, Ernährungsberatung, -planerstellung
- _ Umfangreiche Physio Checks
- _ Humangenetische Diagnostik (CeGat GmbH)
- _ Und vieles Mehr



Fit & gesund

Neben unseren Check-Ups bieten wir auch individuelle Präventionsprogramme aus den Fachbereichen Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit. Neben der Erhaltung Ihrer Gesundheit, Reduzierung möglicher Beschwerden ist auch eine Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands durch die Unterstützung unseres Experten-Teams möglich.

Gesundheitsberatungen zu diesen Bereichen können Sie auf Wunsch auch in digitaler Form (WebEx) wahrnehmen, sodass Sie zeit- und ortsunabhängig sind.

RKH Krankenhaus Bietigheim-Vaihingen

RKH fit & gesund

Riedstraße 12 · 74321 Bietigheim-Bissingen

Telefon 07142-79-55980

E-Mail fit-gesund.bietigheim@rkh-gesundheit.de

www.rkh-gesundheit.de/fit-und-gesund

