

05.10.2016 - 09:45 Uhr

Richtig vorbeugen dank Herz-Kreislauf-Check beim TopPharm Gesundheits-Coach

Münchenstein (ots) -

Neun von zehn Herzinfarkten und Hirnschlägen kommen mit Ansage: Sie werden nämlich von Faktoren beeinflusst, die sich messen und kontrollieren lassen. Digitale Messgeräte aus Ihrer Apotheke sind hierbei besonders praktisch. Wer bei einem Herz-Kreislauf-Check bei TopPharm sein persönliches Risikoprofil kennenlernt, kann wirksam vorbeugen und gefährdende Lebensgewohnheiten frühzeitig ändern.

Das menschliche Herz ist beeindruckend: Es schlägt rund drei Milliarden Mal während eines Menschenlebens. Doch unausgewogene Ernährung, Bewegungsmangel, Stress und andere individuelle oder familiäre Risikofaktoren können es gefährlich aus dem gesunden Takt bringen. Mögliche Folgen sind langwierige Beschwerden oder gar lebensbedrohliche Krankheiten wie Herzinfarkte oder Hirnschläge.

Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser

90 Prozent aller Herzinfarkte und Hirnschläge haben ihren Ursprung in Faktoren, die sich schon vor einer akuten Situation gut messen und wirksam beeinflussen lassen. Umso wichtiger ist, dass betroffene Personen ihre individuellen Risiken früh erkennen und gezielt behandeln. Wichtige Anhaltspunkte erhalten sie hierbei von den neuen digitalen Messgeräten von iHealth®, die bei TopPharm erhältlich sind. Diese erfassen Gesundheitsmerkmale wie Gewicht, Schlafqualität, Blutdruck, Puls oder Sauerstoffsättigung im Blut und helfen bei der Auswertung.

Mit Köpfchen fürs Herz

Auch der persönliche Herz-Kreislauf-Check beim Gesundheits-Coach in der TopPharm Apotheke schafft Klarheit. Im Verlauf des rund 25 minütigen Checks erfasst der Gesundheits-Coach wichtige Daten anhand einer Befragung und mit verschiedenen Messungen, zum Beispiel des Blutzuckers, des Blutdrucks oder des Bauchumfangs. Die Untersuchung sollte am besten am Morgen auf nüchternen Magen durchgeführt werden.

Kostenlose Ratgeber zur richtigen Vorbeugung

Mit den drei kleinen TopPharm Ratgebern «Infarktrisiko», «Stress» und «Gesund abnehmen» stehen Interessierten zudem drei kostenlose und informative Broschüren zur Verfügung. Die kompakten Wegbegleiter sind in den TopPharm Apotheken und unter <http://www.toppharm.ch> erhältlich.

Kontakt:

TopPharm AG
Karin Kollmer
Grabenackerstrasse 15
4142 Münchenstein
Tel. 061 416 90 95
karin.kollmer@toppharm.ch
www.toppharm.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100004589/100793838> abgerufen werden.