

Nabídka Laboratoře pro studium chronických onemocnění při Fakultě zdravotnických studií UJEP

Kde nás najdete:

Centrum Ústí nad Labem, ul. Velká Hradební 13, budova FZS UJEP,
přízemí, dveře č. 26

Kontakty, kde naleznete informace o provozu laboratoře:

Webové stránky: <http://uzs.ujep.cz/katedry/laborator-pro-studium-chronickych-onemocneni>

Facebook: <https://www.facebook.com/LaboratorProStudiumChronickychOnemocneni>

E-mail: lenka.krizova@ujep.cz

Tel.: 475 284 232



Nabídka prostého vyšetření

Analýza složení těla pomocí BODY-JETT (tuk, svalstvo, voda)	70,-
TK (krevní tlak)	30,-
Glykemie + cholesterol (cukr v krvi + celkový cholesterol)	180,-
WHR (poměr pas : boky, ukazatel distribuce tuku v těle)	20,-
Glykémie + lipidový profil (cukr v krvi + rozbor tuků při rozhodování o riziku kardiovaskulárního onemocnění)	285,-

Možnosti v oblasti poradenství

Nabízíme možnost celkového vyšetření se zaměřením na určení kardiovaskulárních rizik a chyb v rámci životního stylu, odbornou pomoc při úpravě jídelníčku, nastavení pohybového režimu a aktivit, odbornou podporu při redukcii hmotnosti a behaviorální změně chování pro udržení nastavených životních změn.

Nabídka komplexního vyšetření

- **Celkové vyšetření a vyhodnocení zdravotní kondice.** Změření BODY-JETT, WHR, TK, cholesterolu a glykémie z kapky krve, krátký dotazník o životním stylu.
Vyhodnocení získaných parametrů, vyjádření kardiovaskulárního rizika a doporučení oblastí změn v rámci životního stylu. **350,- Kč**
- **Vyhodnocení stravovacích návyků a doporučení k úpravě stravování.** Podle vyplněné týdenní stravovací tabulky identifikace chyb ve výživě a stravování a doporučení konkrétních změn. **350,- Kč**
Opakovaná konzultace **70,- Kč/30 min.**
- **Podpora při redukcii hmotnosti a trvalé behaviorální změně životního stylu.** Zahrnuje celkové vyšetření, analýzu stravování a stravovacích návyků, doporučení vhodných pohybových aktivit. Setkávání a konzultace v malé skupině max. 6 účastníků 1x týdně + 1 hodina kondičního cvičení pod kontrolou fyzioterapeuta. Celý cyklus zahrnuje 8 konzultací. Výstupní vyhodnocení změn absolventa kurzu. Kurz bude otevřen při naplnění počtu účastníků. **1 500,- Kč**
Individuální program pro jednotlivce **2 500,- Kč**

Nabídka pro firmy!

Chcete udělat něco pro své zaměstnance? Přijedeme a uspořádáme pro ně **Den zdraví** ve Vaší firmě. Možnou náplní je přednáška o kardiovaskulárních rizicích, významu pohybové aktivity pro člověka, workshop o stravování a stravovacích návycích, uspořádání zdravého rautu, ukázková hodina kondičního cvičení nebo strečinku, měření zaměstnanců a detekce kardiovaskulárního rizika, vyhodnocení zdravotní kondice jednotlivce (BODY-JETT, WHR, TK, cholesterol a glykémie z kapky krve, informativní dotazník o životním stylu). Součástí je vždy i odborné individuální poradenství.

Cena Dne zdraví se odvíjí od počtu zúčastněných a nasmlouvaného programu (kontakt: ivana.lamkova@ujep.cz).

