



## Umfassender Ergebnisbericht

In einem Abschlussgespräch besprechen der zuständige Arzt und der Patient zielführend die Untersuchungsergebnisse sowie Anpassungen in Richtung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils.

Entsprechend möglicher Risikofaktoren und unter Berücksichtigung des beruflichen Profils wird die Sinnhaftigkeit weiterführender Maßnahmen eruiert (Rehabilitation, Präventionsprogramm).

## Kontakt und Impressum

ZaR Kompetenzzentrum für ambulante Rehabilitation

Sekretariat für den ü-45 Gesundheits-Check

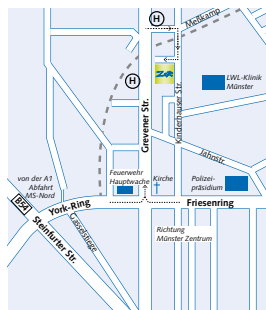
Tel. 0251 98767-0

E-Mail: ue45check@zar-ms.de

Grevener Straße 182 · 48159 Münster  
Tel. 0251 98767-0 · Fax 0251 98767-69  
info@zar-ms.de · www.zar-ms.de



## Anfahrt



- Von der Grevener Straße auf den Meßkamp
- Nach ca. 80m rechts in die Kinderhauser Straße
- Das Gebäude des ZaR liegt rechtsseitig, Parkplatz am Haus
- Buslinien 15 und 16 Haltestelle Meßkamp

PR\_IN\_29  
Vers. 02 vom 19.12.2018

## ü-45 Gesundheits-Check

Ein Modellprojekt der Deutschen  
Rentenversicherung Westfalen







## Der ü-45 Check im ZaR

### ZaR – Kompetenzzentrum für ambulante Rehabilitation

Das Konzept des Kompetenzzentrums für ambulante Rehabilitation in Münster integriert multimodale, interdisziplinäre Therapie und Beratungsangebote in den Bereichen ambulante Rehabilitation (Kardiologie, Neurologie, Onkologie, Orthopädie, Psychosomatik), Nachsorge, Heilmittel, Prävention, Betriebliche Gesundheitsförderung und sozialmedizinische Begutachtung sowie Neuropsychologie.

Das von den Fachärzten geleitete interdisziplinäre Team steht Ihnen auch bei der Durchführung des im ZaR angebotenen ü-45 Gesundheits-Check zur Seite.

### Warum ist ein Gesundheits-Check sinnvoll?

Die Verlängerung der Lebensarbeitszeit und die steigenden körperlichen sowie psychischen Anforderungen im Beruf lassen viele Menschen daran zweifeln, bis zum Rentenalter berufstätig sein zu können. Oftmals werden leichte Beschwerden ignoriert und zu spät angegangen. Gerade mit zunehmendem Alter steigt das Risiko chronischer Erkrankungen.

Regelmäßige Untersuchungen können das Risiko solcher Erkrankungen minimieren und die Erwerbsfähigkeit aufrechterhalten – gerade wenn anschließend bedarfsgerechte Maßnahmen in Anspruch genommen werden.

### Die Ziele

Der sogenannte ü-45-Check dient dazu, potentielle Risiken für die Erwerbsfähigkeit der Leistungsberechtigten aufzudecken. Eine medizinische Gefährdungs- und Potentialanalyse beantwortet die Frage, ob der Arbeitsplatz mit dem aktuellen Gesundheitszustand voll ausgefüllt werden kann, oder ob sich Leistungen der Prävention oder Rehabilitation anschließen sollten.

### Für wen ist der Check-up geeignet?

Grundsätzlich ist die freiwillige Untersuchung für jeden Versicherten ab dem 45. Lebensjahr geeignet. Im Mittelpunkt stehen einerseits beruflich belastete Arbeitnehmer. Andererseits dient eine rechtzeitige, umfassende Erhebung des Gesundheitsstatus auch bei beschwerdefreien Beschäftigten dazu, die Arbeitsfähigkeit langfristig zu erhalten.

Allen Versicherten soll die Möglichkeit geboten werden, arbeitsplatzbezogene Gesundheitsgefährdungen zu erkennen, Informationen bzgl. zielgerichteter passgenauer Maßnahmen zu erhalten und diese bei Bedarf einzuleiten.

### Inhalte des ü-45 Gesundheits-Checks (2,5 Std.)

#### Körperliche Untersuchung

- Überprüfung von Herz, Lunge, Bauch, Bewegungsapparat, Nervensystemen, Gefäßsystem, Haut und Sinnesorganen, um abweichende oder krankhafte Befunde feststellen zu können
- Erhebung der konditionellen Fähigkeiten
- Erhebung funktioneller Diagnosen

#### Sozial- und arbeitsmedizinische Exploration

- umfassenden Aufnahme der Erwerbsbiografie und Erörterung aktueller Beeinträchtigungen am Arbeitsplatz

#### Ermittlung psychischer und emotionaler Ressourcen

- Erstellung eines arbeits- und verhaltensbezogenen Risikoprofils
- Erarbeitung individueller und realistischer Ziele

#### Abschlussgespräch und Ergebnisbericht