



PRISLISTA 2019

Sköterskebaserad hälsoundersökning Stora Lab

- Längd
- Vikt
- Midjemått
- BMI (Body Mass Index)
- Blodtryck
- Puls
- STORA ANALYSPAKETET- Var god se nästa sida, 24 analyser, samma omfattande provtagningspaket som i de läkarbaserade hälsoundersökningarna.

Samtliga analys svar granskas av läkare och den anställde får efter drygt en vecka ett brev med en sammanfattning av alla undersökningar och labprover.

Skulle något av resultaten behöva följas upp kan den anställde välja mellan att göra det på sin listade hälsocentral eller här på mottagningen för samma pris, 200 kr (betalas av den anställde).

Beräknad tidsåtgång: ca 30 min

Pris: 1595 kr + moms



Stora analyspaketet

Samtliga nedanstående 24 analyser *ingår* i priset för Sköterskebaserad hälsoundersökning Stora Lab och alla de läkarbaserade hälsoundersökningarna.

- PSA (blodprov för prostata – erbjuds män > 45 år)
- TSH (struma/ämnesomsättningsprov, alla kvinnor)
- Blodsocker (diabetes)
- Sänka (infektion eller inflammation i kroppen)
- Hb (blodvärde)
- Kompletta blodfetter (kolesterol, triglycerider, LDL ("onda" kolesterolet), HDL ("goda" kolesterolet), kvot LDL/HDL)
- Kreatinin (njurfunktion)
- Natrium, kalium (blodsalter, vätskebalans)
- Urat (ledinflammation - gikt)
- Järn (järn/blodbrist)
- TIBC (kvinnor, total järnbindande kapacitet-järn/blodbrist)
- Kalk (störning i bisköldkörtel, vissa tumörsjukdomar)
- ASAT, ALAT, GT (leverprover)
- LD (muskel- eller blodsjukdom)
- ALP, bilirubin (gallprover, skelettsjukdomar (ALP))
- Albumin (äggvita)
- Urinprov (bakterier, äggvita, socker, blod, vita blodkroppar)



Sköterskebaserad hälsoundersökning

- Hälsoenkät
- Längd
- Vikt
- Midjemått
- BMI (Body Mass Index)
- Blodtryck
- Puls
- Provtagning - blodsocker, kolesterol och blodvärde (Hb)
- Företaget bestämmer sig innan för två av följande fem undersökningar för samtliga anställda:
 - Spirometri (lungfunktionstest)
 - Syntest (läsavstånd + 4 meter)
 - Audiometri (hörseltest 500-8000 Hz)
 - Mätning av kroppssammansättning, fördelning muskler, olika typer av fett mm (Bioelektrisk Impedans Analys)
 - Konditionstest med HPI protokoll (Health Profile Institute –läs mer på deras inspirerande hemsida www.hpinordic.se)
- Skriftlig sammanfattning med sig i handen när man går

Beräknad tidsåtgång: ca 45 min

Pris: 1595 kr + moms

Om konditionstest är en av de valda undersökningarna:

Beräknad tidsåtgång: ca 60 minuter

Pris: 1795 kr + moms

Följande blodprover kan också analyseras mot tillägg:

- PSA (blodprov för prostata-erbjuds män > 45 år) **295 kr**
- TSH (struma/ämnesomsättning- samtliga kvinnor) **195 kr**

Om hälsoundersökningen hos sköterskan visar något som tyder på att sjukdom kan föreligga har den anställde möjlighet att boka ett uppföljande besök hos vår läkare för 200 kr (betalas av den anställde) alternativt följa upp på sin listade hälsocentral.

Sköterskebaserad hälsoprofilbedömning

- Det senaste inom frisk- och företagshälsovård

Den ledande metoden för att motivera till en hälsosam livsstil

Livsstilen är avgörande för människors hälsa. En hälsosam livsstil bidrar dessutom till en mer meningsfull fritid och ett friskare arbetsliv. Hälsoprofilbedömningen hos oss är ett möte mellan en Hälsoprofilbedömare med medicinsk grundutbildning och en deltagare för att motivera och skapa en insikt till livsstilsförändring. Hälsoprofilbedömning är även arbetsgivarens underlag för sitt strategiska hälsoarbete. Läs mer på <https://www.hpinordic.se/metoder/halsoprofilbedomning/>

Frågor om livsstil och hälsa

Inför sin Hälsoprofilbedömning besvarar deltagaren frågorna på webbsajten Todaytoo.com eller på papper. Frågeformuläret omfattar fritidsvanor, fysisk aktivitet, kost, tobak, alkohol, mediciner samt symptom, stress, ensamhet och hälsa. En Hälsoprofilbedömning genomförs konfidentiellt.



Mätningar av längd, vikt och blodtryck

På plats går deltagaren och sköterskan tillsammans igenom svaren i frågeformuläret. Längd, vikt och blodtrycks mäts. Därefter registreras uppgifter om hjärtkärllmedicin, diabetes och astma.



Konditionstest på cykel utifrån deltagarens egna förutsättningar

Deltagaren cyklar i 6-10 min på en nivå som endast gör deltagaren lätt andfådd. Det innebär att alla kan genomföra testet utan obehag, oavsett om man är fysiskt aktiv eller inte.



Ett främjande samtal med fokus på både nuläge och förändring

Samtalet ger deltagaren en möjlighet att förstå den egna livsstilens betydelse för hälsan. Deltagaren får också reflektera över vilka resultat hon är mest nöjd med och hur en kommande hälsovision kan se ut. Hon blir medveten om att det krävs ett eget ansvar och ett eget beslut för att lyckas med en livsstilsförändring



Avrapportering på gruppnivå

De individuella resultaten sammanställs till en grupp rapport med möjlighet till fördjupning på olika nivåer t ex avdelning, yrke, kön och ålder. Grupp rapporten är ett underlag för arbetsgivarens strategiska hälsoarbete och ingår i grundpriset och skickas via mejl i PDF eller Power Point format.

Beräknad tidsåtgång utan tillägg: ca 60 min

Pris 1595 kr + moms

Valbara tillägg:

Blodprovspaket med Hb (blodvärde), blodsocker och kolesterol **250 kr**

Spirometri-lungfunktionstest) **250 kr**

Audiometri (hörseltest) **250 kr**

Kroppsfettmätning (Bioelektrisk Impedans

Analys) **250 kr**

TSH (struma/ämnesomsättningsprov-alla kvinnor) **195 kr**

PSA (blodprov prostata-erbjuds män >45 år) **295 kr**



Läkarbaserad hälsoundersökning BAS

- Hälsoenkät
- Urinprov
- Längd
- Vikt
- Midjemått
- BMI (Body Mass Index)
- EKG (hjärtat)
- Blodtryck
- Puls
- Spirometri (lungfunktionstest)
- Hälsosamtal och individuell rådgivning
- Läkarundersökning:
Mun- och svalg, lymfkörtlar, sköldkörtel, hjärta, lungor, buk
- Omfattande provtagning: 24 olika blodanalyser (se "Stora analyspaketet")
- Förutom genomgång av resultaten vid själva hälsoundersökningen skickas också som komplement en sammanfattning hem till var och en efter drygt en vecka, då svar på alla blodprover har kommit

Beräknad tidsåtgång: ca 60 min

Pris: 2195 kr + moms



LäkARBaserad hälsoundersökning BAS PLUS

LäkARBaserad Hälsoundersökning Bas med tillägg av:

- Syntest (läsavstånd + 4 meter)
- Hörseltest (audiometri 500 Hz-8000 Hz)

Beräknad tidsåtgång: ca 70 min

Pris: 2595 kr + moms

LäkARBaserad hälsoundersökning FYS

LäkARBaserad Hälsoundersökning Bas med tillägg av:

- Mätning av kroppssammansättning, fett, muskler mm
- Konditionstest med HPI protokoll (Health Profile Institute- läs mer på deras inspirerande hemsida www.hpinordic.se)

Beräknad tidsåtgång: ca 80 min

Pris: 2795 kr + moms

LäkARBaserad hälsoundersökning EXTRA STOR

LäkARBaserad Hälsoundersökning Bas med tillägg av:

- Hörseltest (audiometri 500 Hz-8000 Hz)
- Syntest (läsavstånd + 4 meter)
- Konditionstest, se ovan
- Mätning av kroppssammansättning, andel/fördelning fett, muskler mm

Beräknad tidsåtgång: ca 90 min

Pris: 3195 kr + moms