



Screening Instrumente für die betriebliche Gesundheitsförderung

Katalog [Stand 08/2017]

Inhalt

- 1 Kraft**
 - EasyTorque 3
 - KERN Handkraftmesser MAP
- 2 Beweglichkeit**
 - Mobee Fit
- 3 Koordination / Reaktion**
 - MFT Challenge Disk
- 4 Stoffwechsel**
 - Accutrend Plus
 - Caliperzange
 - Omron Composition Manager BF511
- 5 Psyche / Stress**
 - Clue Medical

EasyTorque 3

Messwerte & Auswertung

- objektive und präzise Ermittlung der Maximalkraftparameter bezgl. aller Hauptmuskelgruppen [insgesamt 14 Parameter: Rumpf, Brust, Schulter, Beine und Arme jeweils Extension und Flexion, Hüft Ab- & Adduktion sowie Lateralflexion des Rumpfes]
- Ermittlung muskulärer Dysbalancen & individueller Problembereiche
- Express- oder Detailanalyse durch integriertes Softwaremodul [Nutzung umfangreicher Referenzwerte] | A4-Farbprint | Schnittstellen für Datenexport möglich

Messgerät

- derzeit kompaktestes verfügbare Gerät in dieser Qualitätskategorie
- zuverlässige und hochwertige Kraftmomentmessung
- hervorragend geeignet für den mobilen Einsatz vor Ort [auch in unmittelbarer Arbeitsnähe]

Nutzen

- Identifikation persönlicher Risikofaktoren für Funktionsstörungen im Bewegungsapparat [z.B. Muskel-Skeletterkrankungen, chronische Rückenschmerzen, Fehlhaltungen etc.]
- durch die gut aufbereitete Darstellung der Testergebnisse werden Teilnehmer/innen zusätzlich für Verhaltensänderungen motiviert
- idealer Einstieg in die Trainingsplanung mit oder ohne Veränderungsbegleitung

Kapazität

- N = 50/Tag für Einstiegsmessung [nur Rumpfmuskulatur Extension/Flexion]
- N = 15/Tag bei Komplettmessung [alle 14 Parameter]

Umsetzung

Material	Personal	Ablauf
EasyTorque3 [1x verfügbar], Laptop, mobiler Farbdrucker, Kabel, Stromanschluss, Sitz-/Stehhocker, 2m ²	1x geschulte und eingewiesene Berater/in [bei 2 Berater/innen erhöht sich die max. Kapazität um ca. 25%]	Kurzanamnese [Einschränkungen], Einweisung, Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Vereinbarungen



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com

KERN Handkraftmesser MAP

Messwerte & Auswertung

- objektive und präzise Messung der eigenen maximalen Schließkraft der Hand
- Echtzeit Maximal- und/der Durchschnittskraftmessung aus zwei Handgriffen
- Überprüfung des Fitnesszustandes beider Hände [Balance]
- vier Mess-Modi: Echtzeit-, Spitzenwert-, Durchschnitts- und Zähl-Modus
- unmittelbare Rückmeldung über den aktuellen Zustand der Handkraft

Messgerät

- qualitativ hochwertiges, kompaktes Gerät mit komfortabler Handhabung
- zuverlässige und schnelle Kraftmessung
- universell bei verschiedenen Gruppen [durch austauschbare Federn] einsetzbar
- hervorragend geeignet für den mobilen Einsatz vor Ort [auch in unmittelbarer Arbeitsnähe]
- auch sehr gut als Tool auf einem Gesundheits- oder Erlebnistag einsetzbar

Nutzen

- schnelle und einfache Identifikation der persönlichen Handkraftparameter
- Ermittlung eventueller Dysbalancen zwischen der Führungshand und der vermeintlich schwächeren Hand
- Motivation zur Verhaltensänderung durch objektive Messwerte
- idealer Einstieg in die Trainingsplanung mit oder ohne Veränderungsbegleitung

Kapazität

- N = 90/Tag [Einweisung und Testung der Handkraft mit einem Gerät]

Umsetzung

Material	Personal	Ablauf
KERN Handkraftmessgerät MAP [3x verfügbar], Batterien, 1m ²	1x geschulte und eingewiesene Berater/in [bei 2 Berater/innen erhöht sich die max. Kapazität um ca. 100%]	Einweisung, Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Vereinbarungen



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com

Mobee Fit

Messwerte & Auswertung

- zeiteffiziente, exakte und reproduzierbare Ermittlung von Beweglichkeits-einschränkungen individueller Problembereiche & Gesamtbeurteilung
- objektive und präzise Beweglichkeitsmessung von 8 Muskelgruppen [Winkelmessung]
 - elementar: HWS- und LWS-Rotation, Hüftflexion und -extension
 - erweitert: Bein- und Armabduktion, Knieflexion, Fußextension
- Express- und Detailanalyse einzelner Werte sowie Gesamtbeurteilung durch integriertes Softwaremodul [unter den Aspekten Symmetrie, Harmonie und ‚Range-of-Motion‘] | A4-Farbprint | Schnittstellen für Datenexport möglich

Messgerät

- innovative, hochpräzise und kompakte Sensor-Technology
- zuverlässige und hochwertige Beweglichkeitserfassung
- hervorragend geeignet für den mobilen Einsatz vor Ort [auch in unmittelbarer Arbeitsnähe]

Nutzen

- Identifikation und Visualisierung von Defiziten der Bewegungsfähigkeit des Stütz- und Bewegungsapparates
- frühzeitige Feststellung und Berücksichtigung von Defiziten der Bewegungsfähigkeit ist Grundlage für eine langfristige Gesundheit des Stütz- und Bewegungsapparates
- durch die gut aufbereitete Darstellung der Testergebnisse werden Teilnehmer/innen zusätzlich für Verhaltensänderungen motiviert
- idealer Einstieg in die Trainingsplanung mit oder ohne Veränderungsbegleitung

Kapazität

- N = 60/Tag für Expressmessung [elementar]
- N = 24/Tag für Komplettmessung [erweitert - alle 8 Parameter]

Umsetzung

Material	Personal	Ablauf
Mobee Fit [1x verfügbar], Laptop, mobiler Farbdrucker, Kabel, Stromanschluss, Liege/Matte	1x geschulte und eingewiesene Berater/in [bei 2 Berater/innen erhöht sich die max. Kapazität um ca. 25 %]	Kurzanamnese [Einschränkungen], Einweisung, Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Vereinbarungen



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com

MFT Challenge Disc

Messwerte & Auswertung

- Testung der individuellen Koordination und tiefliegenden Muskulatur durch Balanceübungen
- Rückschlüsse auf persönliche Defizite und Potenziale zum Training des Muskel-Band-Skelett-Apparates [Ganzkörpertraining]
- Aktivierung und Stärkung der Tiefenmuskulatur
- gezieltes, individuelles Training auf der flexibel gelagerten Challenge Disc-Plattform anhand motivierender und lockeren Übungen

Messgerät

- sehr kompaktestes Gerät
- hoher Spaßfaktor gepaart mit Qualitätsmessung
- Messung und Training der Balance und des Muskel-Band-Skelett-Apparates
- hervorragend geeignet für den mobilen Einsatz vor Ort

Nutzen

- Identifikation und Training des aktuellen Levels des Bewegungsapparates
- unmittelbares Feedback über die eigene Balance- und Koordinationsfähigkeit
- durch die mit Spaß verbundene Durchführung werden Teilnehmer/innen zusätzlich für Verhaltensänderungen motiviert
- idealer Einstieg in die Trainingsplanung mit oder ohne Veränderungsbegleitung

Kapazität

- N = 90/Tag für Einstiegsmessung [schnelle Testung der allg. Balance]
- N = 30/Tag für Vollmessung und Training [Testung und Training]

Umsetzung

Material	Personal	Ablauf
MFT Challenge Disc [3x verfügbar], Laptop, Kabel, Stromanschluss, Sitz-/Stehhocker, Tisch, 2m ²	1x geschulte und eingewiesene Berater/in [bei 2 Berater/innen erhöht sich die max. Kapazität um 100 %]	Kurzanamnese [Einschränkungen], Einweisung, Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Vereinbarungen



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com

Accutrend Plus

Messwerte & Auswertung

- schnelle und präzise Messung von vier wichtigen kardiometabolischen Parametern [Cholesterin, Triglyzeride und Glukose] sowie des Laktatspiegels
- komfortable Bestimmung der Parameter aus nur einem Tropfen Kapillarblut
- Messwertanzeige im Gerät, inkl. Speicherfunktion [mit Datum, Uhrzeit]
- individuelle Einordnung der Messwerte in Normwerte

Messgerät

- kompaktes Blutanalysegerät mit einfacher Handhabung mit bewährter Teststreifen-Technologie
- schnelle und präzise Bluttest-Ergebnisse mittels Reflexionsphotometrie
- hervorragend geeignet für den mobilen Einsatz vor Ort

Nutzen

- das Blutanalysegerät unterstützt bei der Früherkennung kardiovaskulärer Risikofaktoren
- Diabetes Mellitus [Blutzuckerspiegel]
- Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Arteriosklerose [Cholesterin]
- Übergewicht, Gefäßerkrankungen, Typ-2-Diabetes [Triglyzeridspiegel]
- der Blutlaktatspiegel kann bei der Bestimmung individueller Fitnesswerte interessant sein [ist abhängig vom Grad der sportlichen Belastung, vom Trainingszustand sowie der Ernährung, Alkoholkonsum, bestimmten Medikamenten oder allgemeinen Erkrankungen]

Kapazität

- N = 60/Tag bei Kompaktmessung [nur Blutzucker]
- N = 42/Tag bei Komplettmessung [alle Parameter]

Umsetzung

Material	Personal	Ablauf
Accutrend Plus [1 Gerät verfügbar], Teststreifen, Stechhilfe, Alkoholtupfer, Batterien	1x geschulte und eingewiesene Berater/in [bei 2 Berater/innen erhöht sich die max. Kapazität um ca. 25%]	Einweisung, Kapillarblut- Entnahme [Fingerkuppe], Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Vereinbarungen



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com

Caliperzange

Messwerte & Auswertung

- einfache, schnelle und trotzdem sehr genaue Messung des Körperfettgehaltes bzw. des prozentualen Körperfettanteils und der Verteilung von Körperfett
- Hautfaltenmessung an drei bzw. sieben Stellen am Körper [3 bzw. 7-Falten Methode nach Jackson/Pollock]
- Ableitung weiterer Gesundheitsparameter möglich [z.B. notwendiges Gewicht für gewünschten Körperfettanteil etc.]
- individuelle Einordnung und Auswertung der ermittelten Messwerte entsprechend anerkannten Normwerten

Messgerät

- die Hautfaltenmessung [Calipermetrie] erteilt eine genaue Aussage über die Fettverteilung im Körper und gilt als eine der zuverlässigsten und genauesten Messmethoden in diesem Bereich, zudem ist sie gleichzeitig sehr günstig
- hervorragend geeignet für den mobilen Einsatz vor Ort oder auch Zuhause

Nutzen

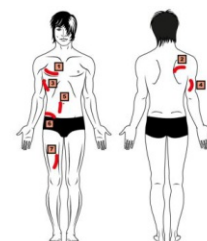
- Kontrollmöglichkeiten bei Verhaltensänderungen [z.B. Ernährungs- oder Bewegungsprogrammen [Messung vorher/nachher: Muskelaufbau bzw. -abbau, tatsächlicher Körperfettabbau]
- Dokumentation des Gewichtsverlauf und somit zur langfristigen Motivation und Erfolgssicherung

Kapazität

- N = 72/Tag bei „3-Falten-Methode“
- N = 60/Tag bei „7-Falten-Methode“

Umsetzung

Material	Personal	Ablauf
Caliperzange [3 Stück verfügbar], Auswertungsmanual, Online-Berechnungsplattform	1x geschulte und eingewiesene Berater/in [bei 2 Berater/innen erhöht sich die max. Kapazität um 100%]	Erklärung, Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Berechnung weiterer Werte



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com

Omron Composition Monitor BF511

Messwerte & Auswertung

- objektive und präzise Ganzkörpermessung von Parameter bzgl. der Körperzusammensetzung | insgesamt 6 Parameter:
 - Gewicht
 - Körper- und Viszeralfett [in %]
 - Skelettmuskelmasse [in %]
 - Body-Mass-Index [BMI]
 - Kaloriengrundumsatz [in kcal]
- individuelle Einordnung der Messwerte in Normwerte [Tabellen]

Messgerät

- vielseitigstes Körperanalysegerät mit Speicherfunktion
- Messung erfolgt mittels bioelektrischer Impedanzanalyse [BIA] über insgesamt 8 Sensoren an beiden Händen und Füßen

Nutzen

- Identifikation und Beurteilung persönlicher Risikofaktoren für Gesundheits- und Funktionseinschränkungen des Körpers
- Ergänzung durch persönliche Einschätzung der Ernährungsweise und der körperlichen Aktivität
- Beobachtung und Dokumentation des Erfolges bei Verhaltensprogrammen mittels objektiver Werte ermöglicht eine Motivation zur langfristigen Verhaltensänderung

Kapazität

- N = 90/Tag [immer Komplettmessung]

Umsetzung

Material	Personal	Ablauf
Omron Composition Monitor BF511 [1 Gerät verfügbar], Batterien, Auswertungsmanual	1x geschulte und eingewiesene Berater/in	Kurzanamnese [Größe, Alter, Geschlecht], Einweisung, Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Vereinbarungen



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com

Clue Medical

Messwerte & Auswertung

- unkomplizierte, schnelle, einfache und objektive Ermittlung des persönlichen Stresslevels und der Erholungsfähigkeit | Analyse und Ausgabe sechs wichtiger Kennwerte:
 - absolute und relative Herz-Raten-Variabilität [HRV]
 - Ruhepuls, Herzstress
 - aktuelle Stress-Balance zwischen Sympathikus und Parasympathikus
- Bewertung der Parameter auf Grund neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse

Messgerät

- miniaturisiertes telemedizinisches Gerätesystem zum Aufzeichnen, Übertragen und Verarbeiten der Herzstromkurve [EKG]
- technisch-medizinische Erfassung der Parameter anhand aktuellstem wissenschaftlichen Hintergrund
- hervorragend geeignet für den mobilen Einsatz vor Ort [auch in unmittelbarer Arbeitsnähe]

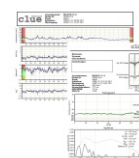
Nutzen

- Identifikation persönlicher Risikofaktoren für Funktionsstörungen des autonomen Nervensystems [nützlich z.B. für eine Früherkennung von Erholungsdefiziten und Erschöpfungsfahren]
- Früherkennung und differentialdiagnostische Abgrenzung von Herzerkrankungen
- durch die gut aufbereitete Darstellung der Testergebnisse werden Teilnehmer/innen zusätzlich für Verhaltensänderungen motiviert
- idealer Einstieg in die Trainingsplanung mit oder ohne Veränderungsbegleitung

Kapazität Umsetzung

- N = 24/Tag bei Komplettmessung [alle Parameter + Auswertung]

Material	Personal	Ablauf
Clue Medical, Laptop/Tablet, Sitz-/ Stehhocker, seperater Raum oder abgrenzbare Fläche	1x geschulte und eingewiesene Berater/in	Kurzanamnese [Größe, Alter, Geschlecht], Einweisung, Messung, Auswertung & Feedback, ggf. Vereinbarungen



Institut für Gesundheit und Management
Gesundheit. Leistung. Erfolg.



IfG GmbH
Institut für Gesundheit und Management
Sulzbach-Rosenberg | Leipzig | Solingen
freecall 0800 77 33 110
info@gesundheitsmanagement.com
www.gesundheitsmanagement.com