



## **Uns bewegt, was Dich bewegt!**

Liebe Patientin, lieber Patient,

mit einem interdisziplinären Team aus Experten/-innen der Orthopädie, Sportmedizin sowie Ernährungs- und Sportwissenschaft bieten wir Ihnen an zahlreichen Standorten geballte Fachkompetenz rund um die Orthopädie und Unfallchirurgie.

Unsere Praxis-Teams werden Sie mit Rat und Tat unterstützen und Ihnen jederzeit freundlich, hilfsbereit und respektvoll begegnen. Denn auch ein vertrauensvolles Miteinander unterstützt Ihre Genesung.

Schauen Sie auf unserer Webseite unter [www.ogpaedicum.de](http://www.ogpaedicum.de) vorbei, um uns noch besser kennenzulernen. Dort finden Sie neben unserem Kontaktformular weitere Möglichkeiten, zeitnahe Termine in einer unserer Praxen zu vereinbaren.

Wir freuen uns, für Sie da zu sein.  
Ihr OGPaedicum Team

## **OGPaedicum – immer in Ihrer Nähe!**



### **MVZ OGPaedicum GmbH**

Remigiusplatz 16, 41747 Viersen  
Tel.: 02162 - 134 65

### **E-Mail / Web**

[info@ogpaedicum.de](mailto:info@ogpaedicum.de)  
[www.ogpaedicum.de](http://www.ogpaedicum.de)

### **Terminvereinbarung**

Für eine Terminvereinbarung rufen Sie uns an oder buchen Sie Ihren Termin online über Doctolib.

Die Kontaktdaten unserer Standorte finden Sie unter: [www.ogpaedicum.de/standorte](http://www.ogpaedicum.de/standorte)



**OGPaedicum Standorte  
ansehen**

### **Folgen Sie uns auf Social Media**

 [MVZOGPaedicum](https://www.facebook.com/MVZOGPaedicum)

 [OGPaedicum](https://www.instagram.com/OGPaedicum)

PATIENTENINFORMATION

## **SPORTMEDIZINISCHE UNTERSUCHUNG UND AUSDAUERDIAGNOSTIK**



 **OGPAEDICUM**  
MEDIZINISCHE VERSORGUNGSZENTREN



### **Bewegung ist die beste Medizin**

Gäbe es ein Medikament, das unser Herz stärkt, den Blutdruck senkt, den Blutfettspiegel günstig beeinflusst, die geistige Wachheit fördert, entspannend wirkt, die Belastbarkeit der Knochen und Sehnen verbessert, unsere Muskeln wachsen lässt, die Durchblutung fördert, unser Leben verlängert und dabei ohne Nebenwirkungen ist – Was würden wir dafür bezahlen?

***Es gibt dieses Medikament: Die Bewegung!***

Prof. Wildor Hollmann, Sportmediziner

### **Sportmedizinische Betreuung im OGPaedicum**

In unseren modern ausgestatteten Praxen erhalten Sie eine optimale sportmedizinische Betreuung. Wir führen sportmedizinische Untersuchungen durch und stellen Ihnen gerne entsprechende Bescheinigungen dafür aus.

Egal ob Sie Sparteinsteiger/-in, Sportwiedereinsteiger/-in oder aktive Sportler/-in sind – wir beraten Sie individuell und helfen Ihnen dabei, Ihre persönlichen Ziele zu erreichen.

### **Wann ist eine sportmedizinische Untersuchung sinnvoll?**

Wird Ihnen Sport zur Vorsorge oder Therapie ärztlich empfohlen, sollten Sie unbedingt vor Beginn eine sportmedizinische Untersuchung und Beratung in Anspruch nehmen. Hierbei werden Herz, Kreislauf und Bewegungsapparat untersucht. So können gesundheitliche Risiken reduziert werden.

Eine gründliche sportmedizinische Untersuchung wird auch dann empfohlen, wenn Sie längere Zeit keiner sportlichen Aktivität nachgehen konnten und jetzt wieder einsteigen möchten. Bei diesem Wiedereinstieg – z. B. Joggen oder Radfahren – ist es wichtig die individuellen körperlichen Grenzen und Schwachpunkte zu kennen.

Unsere Sportmediziner/-innen und -wissenschaftler/-innen geben Ihnen mit Ihren Untersuchungsergebnissen eine fundierte Rückmeldung zu einer gesunden Belastungssteuerung.

Sie sind bereits sportlich aktiv? Auch dann können Sie unsere sportmedizinische Untersuchung in Anspruch nehmen, um eine IST-Analyse Ihres aktuellen Gesundheitszustandes, Ihrer Belastbarkeit und Ihres Leistungsstandes zu erhalten.

Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie den Sport als Freizeitbeschäftigung ausüben oder professionelle/r Leistungssportler/-in sind. Mit der Untersuchung können Sie Ihren aktuellen Trainingszustand ermitteln und mit individuellen Vorgaben kontrollieren. Somit können Sie Ihre persönlichen Ziele schnell erreichen.

### **Welche Untersuchungsverfahren stehen zur Verfügung?**

Die Auswahl der Untersuchungsverfahren richtet sich nach Ihren persönlichen Zielen und individuellem Gesundheitszustand. Unsere gesundheits- und leistungsorientierten Untersuchungsinhalte sind:

- Anamnese und körperliche Untersuchung
- Ruhe- und Belastungs-EKG
- Lungenfunktionsprüfung
- Spiroergometrie auf dem Fahrradergometer | Laufband
- Herzfrequenz- und Blutlaktatanalyse
- Befundbericht mit Trainingsempfehlung

Sollten Sie noch Fragen haben, sprechen Sie uns bitte an. Wir beraten Sie jederzeit gerne.