



STIFTUNG  
DEUTSCHE  
SCHLAGANFALL  
HILFE

**Ein Gesundheitscheck dauert 10 Minuten – ein  
Schlaganfall das ganze Leben!**

**Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe**

Dr. Bettina Begerow

# Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Zielsetzung:

**Schlaganfälle verhindern und  
schwerwiegende Folgen mindern.**

- Gegründet 1993 durch Liz Mohn
- Aufklärung und Beratung
- Unterstützung der Selbsthilfe
- Projekte zur Verbesserung der Versorgungssituation
- Großes Stiftungsnetzwerk



**Alle 3 Minuten** ereignet  
sich ein neuer  
Schlaganfall



**Alle 9 Minuten** stirbt ein  
Betroffener am  
Schlaganfall



**Zwei von drei Schlaganfällen könnten vermieden werden!**

# Der Gesundheitscheck vor Ort 1/2

- Dient der **Information und Aufklärung** über die Herz-Kreislauf-Gesundheit Ihrer Mitarbeiter (Schlaganfall, Herzinfarkt, Gefäßverschluss)
- Wird durch einen geschulten Gesundheitsberater oder Arzt **betreut**
- Beinhaltet die **vor- und nachbereitende Kommunikation**, dazu gehören Flyer, Poster, Fragebögen sowie die vollständige Ausstattung am Testtag
- Bietet **gesicherte Qualität** durch valide Testdurchführung und -verfahren
- Ist ein Bestandteil der **betrieblichen Gesundheitsförderung**
- **Wirkt nachhaltig** durch eine Auswertung und weiterführende Empfehlungen zur Verhaltensänderung



# Der Gesundheitscheck vor Ort 2/2

## Persönliche Daten

- Demographische Daten
- Vorerkrankungen
- Lebensstilfaktoren

## Messwerte der Teilnehmer

- Blutdruck
- Blutzucker
- Gesamtcholesterin



## Softwaregestützte Risikoprofilerstellung

- Individuelle präventive Empfehlungen zur Verhaltensänderung und Gesundheitsvorsorge
- Hinweis auf weiterführende Gespräche mit dem Betriebsarzt/ Hausarzt

# Datenerhebung per App

Abmelden Med. Hinweise Zurück Weiter

STIFTUNG DEUTSCHE SCHLAGANFALL HILFE

**Schritt 01**

**Persönliche Daten**

Wie alt sind Sie?  
 Jahre

Wie groß sind Sie (ohne Schuhe)?  
 cm

Wie viel wiegen Sie (ohne Oberbekleidung)?  
 kg

Bediener  
Miriam Steinberg

Patient  
Anonym

**Persönliche Daten**

Gesundheitssituation

Messung

Auswertung

← **Beginn der Testung**

**Auswertung nach Ampelprinzip** →

Abmelden Med. Hinweise Weiter

STIFTUNG DEUTSCHE SCHLAGANFALL HILFE

**Auswertung**

	Blutwerte	Blutdruck	Blutzucker	Cholesterin
<b>Medizinische Risikofaktoren</b>		☹️	☹️	☹️
	😊	😊	😊	😊
	😊	😊	😊	😊
	Lebensstil	BMI / Gewicht	Körperliche Aktivität	Rauchen
<b>Beeinflussbare Risikofaktoren</b>	☹️	☹️	☹️	☹️
	😊	😊	😊	😊
	😊	😊	😊	😊

Bediener  
Miriam Steinberg

Patient  
Anonym

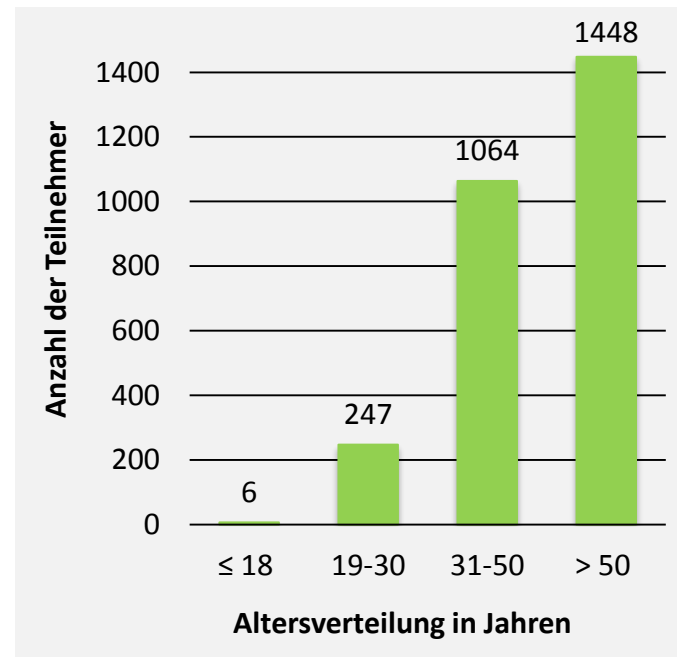
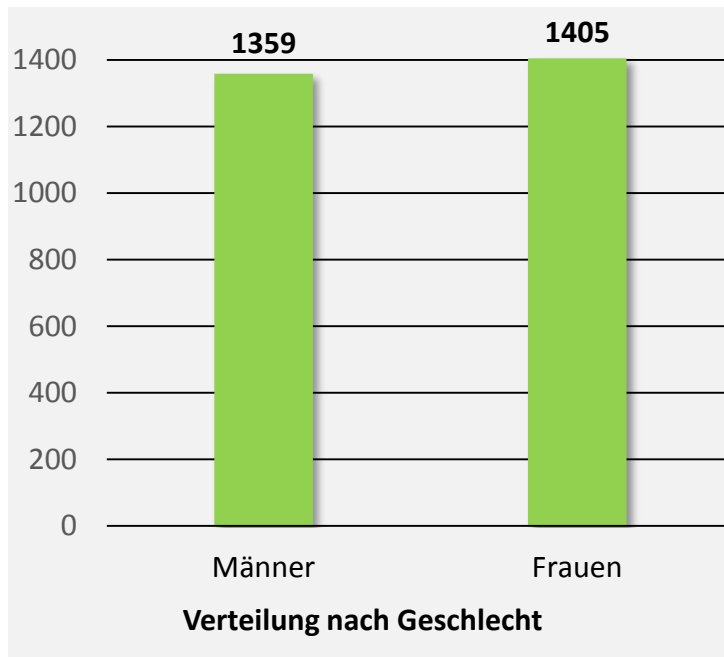
Persönliche Daten

Gesundheitssituation

Messung

**Auswertung**

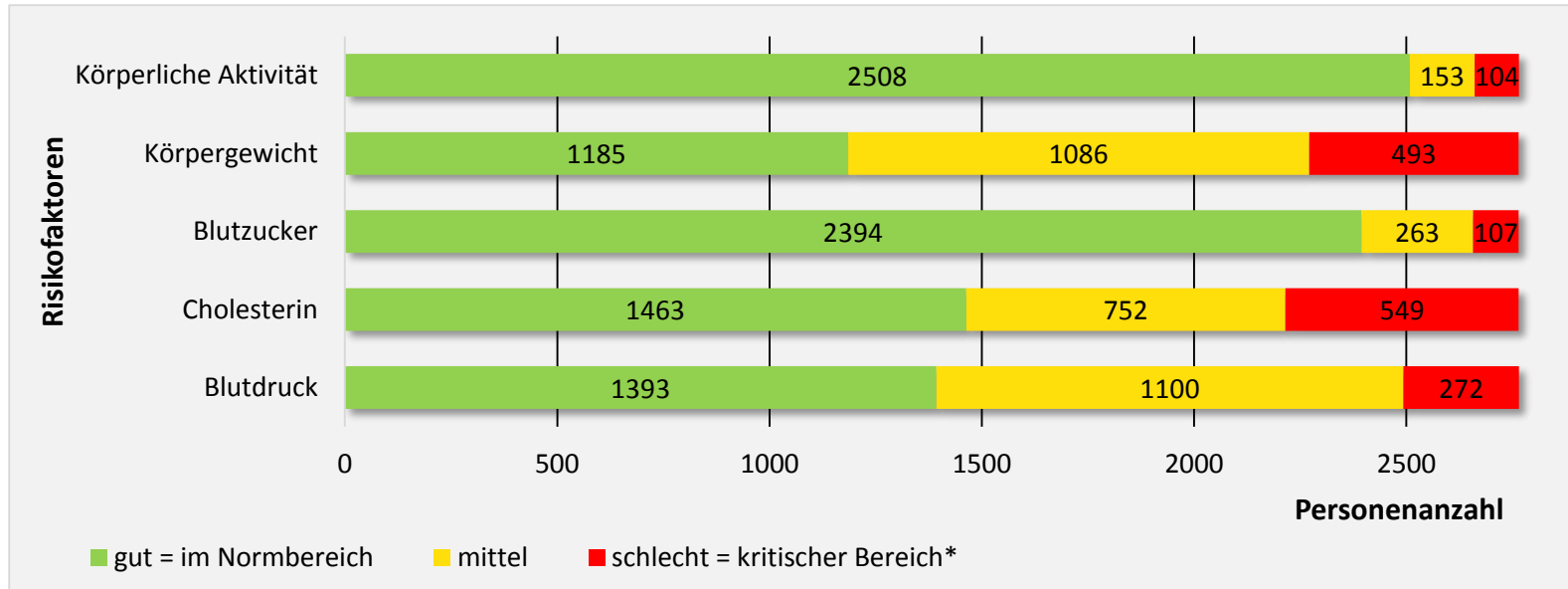
# Getestete Personen im Zeitraum Jan 2014 – Mai 2017



- N = 2764 Personen
- Datenerhebung erfolgte auf Gesundheitstagen in Betrieben, Ämtern, Behörden und Messen
- Geschlechterverteilung: 51% ♀ 49% ♂

- Mittelwert Alter für ♀ und ♂ liegt bei 51 ys.
- Schlaganfall-Prävention bei Personen ≤ 50 J. erfordert Sensibilisierung, aber gerät zunehmend in den Fokus aufgrund steigender Inzidenzen von Herz-Kreislauferkrankungen

# Auszug aus Messdaten und Bericht an Betriebe



Auswertung erfolgt auf Basis eines Algorithmus unterschiedlicher (Risiko-)faktoren:

- Blutdruck: in Abhängigkeit von weiteren Risikofaktoren sowie Bewegungsmangel und Übergewicht
- Zucker: in Abhängigkeit von letzter Nahrungsaufnahme (nüchtern, bis 60min, über 60 min)
- Cholesterin: in Abhängigkeit von weiteren Risikofaktoren sowie Geschlecht und Zusatzpassus für Raucher
- Körpergewicht: berechnet als BMI in Abhängigkeit des Alters (zwischen 25 und 64 Jahren in 10-Jahresgruppen, danach Gesamt)  
(+ mit mündlichem Hinweis auf Bauchumfangsmessung)
- Bewegung: 2 Dimensionen werden kombiniert: h Sport / Woche, Anzahl von Einheiten > 20 min Bewegung / Tag / Woche

# Weitere Tests

---

**Online-Test** 13 Fragen, ca. 10 Min Bearbeitungszeit, verfügbare Messdaten integrierbar, Hinweis zur Ermittlung von Daten

- Demographische Daten, relevante Vorerkrankungen, Symptome, ärztl. Behandlung wg. Risikofaktoren, Messdaten, Lebensstil
- Auswertung: Überblick Testergebnisse in Tabelle mit Referenzwerten, Fließtext mit Handlungsempfehlungen, Zusammenfassung <https://schlaganfall-test.de/>

**Printtest** 7 Fragen:

- Vorerkrankungen, Blutdruck, Blutzucker, Blutfett (ges. Chol.), Nikotin, Bewegung, BMI
- Dichotome Antwortskala mit Empfehlungen zur Abklärung beim HA

## Gesamtmesssystem Gefäße: ArtVeLym

Arterien	ABI-Messung an 4 Extr.
Venen	Licht-Reflexions-Rheographie (Photoplethysmographie) am sitzenden Patienten bei Beinarbeit: durch Infrarotlicht werden Leerungs- und Füllungsphasen gezeigt und auf den venösen Rückstrom geschlossen
Lymphsystem	Stemmerzeichen an Fuß- und Handrücken, zusätzlich 5 Fragen nach Schwellungen, Falten, Verletzungen, Hautbeschaffenheit





## Ihre Ansprechpartner:

---

### **Dr. Bettina Begerow**

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe  
Bereich Prävention und Integrierte Versorgung

Telefon: 05241 - 9770 64

Mobil: 0173 - 5960 588

E-Mail: Bettina.Begerow@schlaganfall-hilfe.de



### **Klaus Clasing**

Aktiv Lifestyle Concept GmbH (a.l.c.)  
Geschäftsführender Gesellschafter

Tel: 0221 - 977614 0

Mobil: 0163 - 3836 834

E-Mail: kc@alc-gmbh.de

