



# VORBEUGEN IST BESSER ALS HEILEN

Zwei Tage für Ihr gesundes Herz



FRIEDE SPRINGER  
Cardiovascular  
Prevention  
Center@Charité

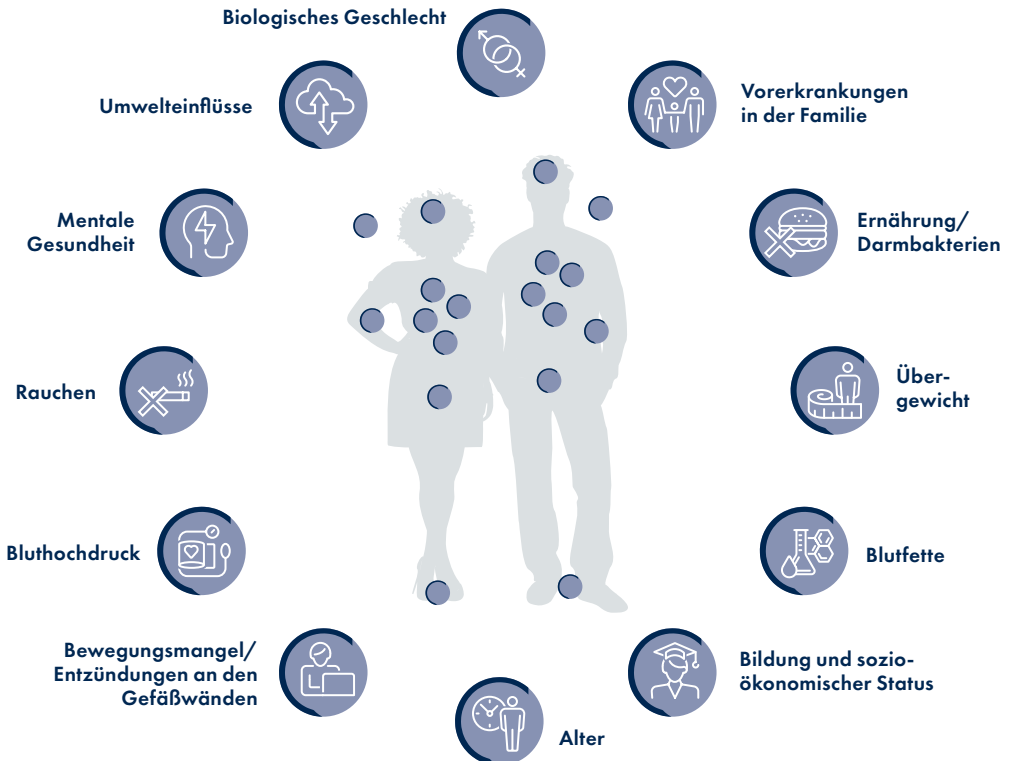
# Friede Springer – Cardiovascular Prevention Center @ Charité

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die häufigste Todesursache in Deutschland! Die Risikofaktoren dafür sind vielfältig und bleiben oftmals jahrzehntlang unbemerkt bis sie zu einem Herzinfarkt, Schlaganfall oder beeinträchtigenden Gesundheitsschäden führen. Dabei potenzieren sich die Risikofaktoren schädlich in ihrer Wirkung.

Die gute Nachricht: Wenn wir diese Risikofaktoren frühzeitig identifizieren, können wir ihnen mit individuell angepassten Maßnahmen entgegenwirken. So ist es möglich, fast jede Herz-Kreislauf-Komplikation zu verhindern.

Das Friede Springer – Cardiovascular Prevention Center ist ein Forschungs- und Bildungszentrum der Charité, das neue Wege in der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen geht. Dabei setzen die Fachkräfte aus Medizin und Wissenschaft auf eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen und erstellen fachübergreifend präzise Risikoprofile.

Die Präventionsmaßnahmen werden abschließend mit personalisierten Empfehlungen entsprechend Ihrer Lebenssituation individuell angepasst. Denn Gesundheit muss realisierbar sein und Spaß machen!



## Studienteilnahme

Wir laden Sie herzlich ein, an unserer „Heart Health Study“ teilzunehmen und an nur zwei Tagen nachhaltig in Ihre Gesundheit zu investieren.

Die umfassende Diagnostik findet im Friede Springer – Cardiovascular Prevention Center auf dem Charité-Campus Benjamin Franklin in Berlin-Steglitz an zwei zu vereinbarenden Tagen statt.

Die Untersuchungen beinhalten:

- Bildgebung Ihres Herzens und Ihrer Blutgefäße
- Atmungs- und Bewegungsanalysen
- Bestimmung spezifischer Blutwerte / Laboruntersuchungen
- Messungen der Knochendichte und Darmflora-Zusammensetzung
- Ihre mentale Gesundheit

### Untersuchungstag 1

Willkommen!

Anamnese, körperliche Untersuchung

Nahrungsmitteltest

Körperliche Funktionstests

Kognitive Untersuchungen

Bildgebung: MRT, Ultraschall, Knochendichte

**Abschlussgespräch Tag 1**

ABSTAND DER UNTERSUCHUNGSTAGE CA. 7 BIS 14 TAGE

### Untersuchungstag 2

Willkommen zurück!

Oraler Glucose-Toleranz-Test

Psychologische Fragebögen

Ergospirometrie (körperlicher Belastungstest)

Bildgebung: CT

Kognitive Untersuchungen

**Auswertungsgespräch mit Empfehlungen**

*Diese umfassende Diagnostik und besondere Herangehensweise erlauben es uns, personalisierte Empfehlungen für Ihre Herzgesundheit unter Berücksichtigung Ihrer Lebensumstände zu geben.*



# Mach mit!

Mehr Informationen unter  
[www.meineherzgesundheit.de](http://www.meineherzgesundheit.de)



**Friede Springer –**  
**Cardiovascular Prevention Center@Charité**  
Hindenburgdamm 30  
12203 Berlin  
Telefon +49 30 450 54 37 75  
E-Mail [fs-cpc@charite.de](mailto:fs-cpc@charite.de)  
[www.fs-cpc.de](http://www.fs-cpc.de)  
[www.meineherzgesundheit.de](http://www.meineherzgesundheit.de)



FRIEDE SPRINGER  
**Cardiovascular  
Prevention  
Center@Charité**