

Onderzoek

Preventief medisch onderzoek, superiorpakket (> 45 jaar)

Een preventief medisch onderzoek (PMO) is een geneeskundig onderzoek zonder dat u gezondheidsklachten heeft. In een PMO onderzoeken we mogelijke gezondheidsrisico's of gezondheidsproblemen.

Binnenkort ondergaat u een preventief medisch onderzoek (PMO). Omdat de onderzoeken in het Sport Medisch Centrum van het Jeroen Bosch Ziekenhuis plaatsvinden, garanderen we goede kwaliteit en snelle service.

Het onderzoek wordt uitgevoerd onder leiding van een sportarts. De onderzoeken vinden achter elkaar, op dezelfde dag, plaats. U hoeft dus maar een keer naar het Sport Medisch Centrum te komen. In totaal duurt het PMO gemiddeld 2 tot 3 uur.

U krijgt de volgende onderzoeken:

- Bloedonderzoek
- Urineonderzoek
- Intakegesprek en onderzoek door sportarts
- Ogentest
- Longfunctieonderzoek
- ECG in rust
- Lengte, gewicht en bloeddruk wordt gemeten
- Fietstest
- Advies en rapportage

(073) 553 35 53

Maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag van 8.00-12.00 uur en 13.30-16.30 uur

Donderdag 8.00-12.00 uur en 13.30-21.00 uur

Hier vindt u alle belangrijke informatie

Hoe bereidt u zich voor?

Vragenlijst

Voordat u naar het Sport Medisch Centrum komt, vult u een digitale vragenlijst in. In deze vragenlijst vragen wij u naar uw gezondheid. Deze vragenlijst staat voor u klaar in MijnJBZ (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>). U kunt met uw Digi-D

inloggen. In MijnJBZ kunt u ook alle uitslagen en rapportages terugvinden.

Bloedonderzoek

Er is voor u een afspraak gemaakt om bloed te laten prikken op één van de bloedpriklocaties van het Jeroen Bosch Ziekenhuis. Wanneer en waar deze afspraak is, kunt u teruglezen in de bevestigingsbrief.

Hoe verloopt de bloedafname?

De medewerker neemt enkele buisjes bloed af. Dit gebeurt via een naaldprik aan de binnenkant (plooi) van de elleboog. De naald is steriel en wordt slechts voor één persoon gebruikt. Na de prik dekt de medewerker het wondje af met een watje. Voordat u de prikruimte verlaat, controleert de medewerker of het bloeden gestopt is.

Onderzoeken in het Sport Medisch Centrum

- Wij raden u aan om makkelijk zittende kleding te dragen. Eventueel een sportbroek en sportschoenen.
- De volgende pedalen zijn aanwezig: Look pedalen (KEO easy), Shimano SPD, SPD-SL, Toe clips. Als u andere pedalen heeft, dan kunt u deze meenemen. Pedalen op de testfiets kunt u bevestigen met steek- en inbussleutel 15.
- Gebruik geen bodylotion of crème op uw borst. Dit kan namelijk storingen in het onderzoek veroorzaken.
- U kunt het beste voor de fietstest nog iets eten (licht verteerbaar).
- U mag uw medicijnen gewoon innemen.
- Tijdens het onderzoek vragen wij u om uw mobiele telefoon uit te zetten.

Hoe verloopt het Preventief Medisch Onderzoek?

Intakegesprek sportarts

De arts neemt de ingevulde vragenlijst met u door. Daarna volgt een lichamelijk onderzoek.

Urineonderzoek

Aan de balie ontvangt u een potje voor urineonderzoek. De functieassistente voert het urineonderzoek uit.

Ogentest

Bij een ogentest bekijkt de functieassistente de gezichtsscherpte van het oog. De functieassistente vraagt u vormen van een kaart op te lezen. Natuurlijk houden we rekening met mogelijke brillen en contactlenzen.

Longfunctieonderzoek

De longen voorzien het lichaam van het zuurstof en verwijderen koolzuur. Soms kan deze functie (tijdelijk) verstoord zijn.

Bij het longfunctieonderzoek onderzoeken we of u wel of geen luchtwegvernauwing heeft. Met behulp van een longfunctieapparaat bepaalt de functieassistente hoeveel lucht u in één seconde kunt verplaatsen en wat de totale hoeveelheid lucht is die u kunt in- en uitademen. Uw neus wordt dichtgehouden met een klemmetje. We vragen u om een aantal keren zo diep mogelijk in- en uit te ademen. Daarna doet u dit zo snel en krachtig mogelijk.

ECG (hartfilmpje) in rust

Een ECG is een grafische weergave van de elektrische activiteit in de hartspier, bekend als 'hartfilmpje'. De letters ECG staan voor ElektroCardioGram.

Voor het onderzoek is het nodig dat u geen kleding draagt op uw bovenlichaam. Vrouwen kunnen hun (sport)bh aanhouden. De functieassistente brengt elektroden aan op de huid van uw borst. Soms scheert de functieassistente op die plaatsen wat borsthaar weg. Via kabeltjes zijn de elektroden verbonden met het apparaat dat het hartritme meet.

Fietstest

Bij de fietstest bekijken we hoe uw hart reageert op inspanningen. Ook hiervan maken we een hartfilmpje (ECG). Op het hartfilmpje kunnen we zien of er tijdens de inspanning afwijkingen te zien zijn op uw ECG. Tijdens de fietstest draagt u geen kleding op het bovenlichaam. Vrouwen mogen hierbij hun (sport)bh aanhouden.

Het is de bedoeling dat u op een ergometer een aantal minuten fietst. De belasting van de fiets gaat geleidelijk omhoog. Daardoor moet u steeds zwaarder trappen. Als u lichamelijke klachten krijgt, moet u dit meteen zeggen.

Probeer het fietsen zo lang mogelijk vol te houden. Bij een maximale inspanning kan de arts de test het beste beoordelen.

De functieassistente meet vooraf en tijdens het fietsen een aantal keren uw bloeddruk op. Het is normaal dat uw bloeddruk door de inspanning stijgt. Na afloop moet u nog ongeveer 3 minuten uitfietsen. Hierdoor kan uw bloeddruk weer zakken naar de normale waarden.

Na het onderzoek

Na het onderzoek kunt u zich douchen. Er is een handdoek aanwezig.

Uitslag en rapportage

Gesprek met de sportarts

Na het onderzoek komt u terug bij de sportarts. Deze neemt met u de uitslagen door en geeft advies op maat over sport, bewegen, voeding en leefstijl.

De rapportage en uitslagen kunt u binnen 3 dagen terugvinden in uw MijnJBZ (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>). U logt in met uw Digi-D.

Geheimhouding

De uitslagen van de onderzoeken worden uitsluitend aan u gerapporteerd.

Komen er uit het PMO afwijkingen naar voren? Dan vraagt de arts u om toestemming om contact op te mogen nemen met een andere arts of zorgverlener.

Vragen of afmelden

Heeft u nog vragen? Of kunt u niet naar uw afspraak komen? Neemt u dan contact op via telefoonnummer (073) 553 35 53 of mail naar secretariaat@smcjbz.nl

Betrokken afdelingen

Sport Medisch Centrum (SMC) (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/sport-medisch-centrum-smc>)

Code SMC-900