



Triple Dynamixs en Gezondheidscentrum Oost Gelre introduceren preventief medisch onderzoek voor bedrijven

Hoe gezond & vitaal ben ik?

Bedrijven die investeren in optimale inzetbaarheid van hun mensen, hebben meer mogelijkheden op de werkvloer en maken minder kosten. Ondernemers, tel uit je winst. Triple Dynamixs Preventie & Coaching Achterhoek maakt in het Gezondheidscentrum Oost Gelre bedrijven hiervan bewust met de introductie van een nieuw preventief medisch onderzoek. Afgelopen vrijdag nam een groep ondernemers de proef op de som. *inZaken* was erbij.



Een preventief medisch onderzoek brengt snel en heel gericht in kaart hoe het met de gezondheid van een medewerker, maar ook van een ondernemer is gesteld. Harrie Hoitink: 'Met een half uurtje ben je helemaal doorgelicht en weet je wat je te doen staat qua gezondheid.'

Tekst: Harrie Hoitink, Iris communicatie & reclame. Fotografie: Hajo Smit

Het is gezellig druk in de wachtruimte van het nieuwe Gezondheidscentrum in Lichtenvoorde. Verschillende ondernemers uit Oost Gelre zitten achter een kopje koffie en evalueren het preventief medisch onderzoek van Triple Dynamixs Preventie & Coaching Achterhoek dat ze zojuist hebben laten doen. Positieve geluiden vullen de ruimte: geen witte jassen, kost maar een half uurtje tijd, professionele aanpak en direct inzicht in je gezondheid. Als eerstvolgend 'slachtoffer' luister ik aandachtig. Mooi die positieve recensies, hopelijk valt de score voor mij straks ook goed uit...

Uitgebreide tests

'Komt u maar meneer Hoitink.' Fysiotherapeute Carleen Drostenburg neemt me mee naar de testruimte en legt uit wat er gaat gebeuren. 'Ik ga uw gezondheid beoordelen. Ik meet uw lengte, gewicht, longcapaciteit en bloeddruk. Verder maak ik een bodyscan en bepaal uw cholesterol en bloedsuiker. De schoenen en sokken mogen uit, de kleren blijven aan.' Dat is duidelijke taal. Staand op een ingenieus

apparaat wordt volautomatisch mijn lengte afgetikt en gewicht bepaald. 'Nu even heel stil blijven staan, dan maakt het apparaat een bodyscan en wordt uw vetpercentage bepaald.' Lichtjes ratelend voert het apparaat zijn taak uit. Geen centje pijn.

De volgende machine waar ik aan word gekoppeld, is een geavanceerde bloeddrukmeter. De arm erin, de hand naar boven richten, een druk op de knop en de machine meet – mijn bovenarm flink afklemmend – de boven- en onderdruk. Na deze test wordt mijn longcapaciteit nog beproefd en de kracht in mijn schrijfarm even getest. Keihard knijpend in een soort van handvat blijkt ik bovengemiddeld sterk te zijn. Een meevaller voor een tekstschrijver... 'Dan krijgen we nu het meest vervelende onderdeel van het preventief medisch onderzoek', vertelt Carleen. Ze lacht er vriendelijk bij. 'Ik ga u een vingerprik geven en wat bloed verzamelen voor het bepalen van uw cholesterol en bloedsuiker.' Drie tellen later is de operatie voorbij. Pfff dat viel mee.

Direct uitslag

De testen zijn uitgevoerd, de uitslag wordt direct teruggekoppeld. Er zijn geen verborgen gebreken gevonden, mijn lichaam krijgt het stempel ok. Richard Schüller en Wil Griffijn van Triple Dynamixs Preventie & Coaching Achterhoek en het initiatief Nederland Bewust Vitaal – de drijvende krachten achter het nieuwe preventief medisch onderzoek – feliciteren me. 'Helaas komen we nogal eens problemen tegen waar mensen zich absoluut niet van bewust zijn. Een hoge bloeddruk bijvoorbeeld of een te hoog cholesterol. Sluipmoordenaars. Daarnaast is het onderzoek onverbiddelijk ten aanzien van overgewicht. De bodyscan liegt niet.' Triple Dynamixs timmert vandaag flink aan de weg met het preventief medisch onderzoek. Verschillende directeurs en HR-functionarissen van bedrijven mogen hem ondergaan om zo zelf te ervaren welke voordelen het onderzoek voor hun werknemers oplevert. Schüller en Griffijn: 'Deze leidinggevenden zien in dat voor hun medewerkers gezondheid en vitaliteit absolute voorwaarden

zijn om optimaal te kunnen functioneren. Thuis, tijdens het sporten maar zeker op het werk. Met dit onderzoek kunnen we in een vroegtijdig stadium signalen oppikken en kunnen we medewerkers helpen hun eigen gezondheid te verbeteren. Wij stimuleren ze om actief met hun gezondheid aan de slag te gaan en helpen ze daarbij met adviezen en coaching. Daarvoor hebben we speciale programma's ontwikkeld. Het voordeel is voor zowel de werkgever als de werknemer: voorkomen van lichamelijke klachten, minder verzuim, optimaal inzetbaar en met meer plezier naar het werk.' Schüller en Griffijn zien dat het preventief medisch onderzoek in een duidelijke behoefte voorziet. 'Ook omdat bedrijven met meer dan 25 personeelsleden hun medewerkers een preventief onderzoek aan moeten bieden.'

Problemen voorkomen

Het is nog steeds gezellig aan de koffietafel. Het gesprek heeft zich in de twintig minuten dat ik de check onderging toegespitst op het rendement voor de werkgever. Olaf Boon, manager Human Resources bij Atag verwarming, wijst op een verlaging van het ziekteverzuim. 'Het is heel simpel. Met dit preventief medisch onderzoek kom je mogelijke gezondheidsproblemen heel snel op het spoor en maak je werknemers bewuster van hun gezondheid. Ze staan vervolgens open voor bijvoorbeeld een gezondere levensstijl of een bezoek aan huisarts of specialist als er problemen zijn.' Boon benadrukt dat de gezondheid van werknemers steeds belangrijker wordt. 'We moeten allemaal langer werken.'

Vriendelijk vaatonderzoek

Wat als er tijdens het onderzoek risicovolle afwijkingen worden gevonden zoals een hoge bloeddruk of te hoog cholesterol? Richard Schüller wijst op de deur waarop met grote letter VasuCheck staat. 'Dan hebben we een apparaat gereed staan dat de kwaliteit van het vaatstelsel kan bepalen en zo meer inzicht geeft in het gezondheidsprobleem. Kom, we gaan je aankoppelen.' Even later ben ik via banden met handen en voeten aan een tikkende en zuchtende kast gekoppeld. 'Zonder naalden te gebruiken brengen we nu precies in kaart of vaten zijn vernauwd, hoe de elasticiteit van je vaten is en of je kleppen goed werken. Na het onderzoek volgt stevast een gesprek met onze gespecialiseerde arts en het advies hoe te handelen. En nu even heel stil liggen, want anders kunnen we je kleppen niet horen.' Ok, ik ben muisstil en heel benieuwd naar de uitslag. Hopelijk volgen weer felicitaties.

Voor meer informatie over het preventief medisch onderzoek, Triple Dynamixs Preventie & Coaching Achterhoek en het initiatief Nederland Bewust Vitaal kunt u rechtstreeks contact opnemen met Richard Schüller (06 – 13 11 25 59) of Wil Griffijn (06 – 13 11 09 97). ■

Wim-Lex

Wat zijn we toch ook een heerlijk rebels volkje. Maakt op maandagavond de Koningin bekend dat ze op 30 april 2013 het stokje overgeeft aan de kroonprins, reppen we nog geen vijf minuten later op de social media en tijdens interviewtjes op tv massaal over Wim-Lex. Mensen, mensen, zo heurt het niet. Kroonprins Willem-Alexander spreken we aan als *zijn koninklijke hoogheid*. En wanneer hij op 1 mei de gordijnen van zijn paleis opent begroeten we hem als *zijn majesteit*. Zijn moeder wensen we dan een goedmorgen met *hare koninklijke hoogheid*. Titels zijn niet alleen voorbehouden aan ons koningshuis, ze komen in alle geledingen van onze maatschappij voor. Oefen je het beroep van notaris uit, dan dien je te worden aangesproken met *welgedgestreng*. En schop je het tot wethouder, dan staat er in de aanhef van een brief *edelachtbare*. Trouwens, ook een gemeenteraadslid spreek je aan met *edelachtbare*. Dan onze landelijke bestuurders. Loop je een minister tegen het lijf, dan zeg je sorry *zijn excellentie*. Een burgemeester van een kleinere gemeente spreek je aan met *welgedgestreng*. Heb je als burgemeester meer zielen onder je, dan wordt het *hoogedelgestreng*. Logisch toch? Zijn ambtenaren behandelen we ook met veel respect. Een beetje ambtenaar is net als zijn baas *welgedgestreng*. De hoofdambtenaar *hoogedelgestreng*. Dan meneer pastoor. Die noem je *zeereerwaarde*. De paus mag worden aangesproken met *zijn heiligheid* en de bisschop voert de mooiste titel van allemaal: *zijn hoogwaardige excellentie monseigneur*. En ik dan? Ik heb een HBO-studie gevolgd en mag ing. voor mijn naam zetten. Hoera, ook dat is titelwaardig: officieel mag ik worden aangesproken met *de heer*. Noem me maar gewoon Harrie.

Harrie Hoitink

Eigenaar Iris communicatie & reclame

Nieuwe site IKGL

De Industriële Kring Groenlo-Lichtenvoorde heeft een nieuwe website www.ikgl.nl. Op de site – vormgegeven en gebouwd door Iris communicatie & reclame – vinden bezoekers alle informatie over de IKGL, het bestuur en de leden. Elk lid heeft een eigen pagina waarop het bedrijf wordt gepresenteerd. Leden die wijzigingen aan hun pagina door willen geven, kunnen hiervoor contact opnemen met Harrie Hoitink van Iris communicatie & reclame via harrie@iriscommunicatie.nl.