

Program zdravej dlhovekosti



Milí pacienti

V ambulancii MERCI n.o. sa snažíme cieľavedomým prístupom vytvárať podmienky pre zlepšovanie Vášho zdravia. Preto neustále kontinuálne študujeme najnovšie poznatky výskumu a praxe z vyspelých zahraničných systémov zdravotnej starostlivosti a zavádzame ich do praxe.

Asi sa nemýlime keď povieme, že každý z nás sa chce dožiť čo najvyššieho veku. Avšak dnes už mnohým nezáleží len na dĺžke života, ale hlavne na jeho kvalite. Veď aký má dôvod dlhý život, keď sa kvôli chorobám, nevládnosti nedokážeme venovať svojim koníčkom, prípadne športovať, či hrať sa s vnúčatami alebo len byť samostatný v denných činnostiach. Miesto toho chodíme po lekároch, míňame peniaze na vyšetrenia, lieky, ležíme v nemocnici alebo doma, lebo naše telo je zničené chronickými ochoreniami.

V našej ambulancii na základe štúdia zo zahraničných vyspelých zdravotných systémov zavádzame pre vybraných pacientov **Program zdravej dlhovekosti**. Je určený tým, ktorí majú túžbu žiť dlho zdravo a aktívne a sú ochotní pre to aj niečo urobiť. Naše kapacity sú obmedzené, keďže program je náročný na prácu lekára, preto ho budeme vedieť ponúknuť maximálne 80 pacientom. Účasť v tomto programe je za poplatok. Bližšie informácie sa Vám poskytnú v ambulancii.

Čo bude program obsahovať?

- Cílené pravidelné testovanie metabolických funkcií, Cílené pravidelné vyšetrenie výkonnostnej robustnosti organizmu
 - Cílené pravidelné vyšetrovanie parametrov na odhalenie vzniku kôrnatenia ciev, ochorenia srdca, cukrovky, nádorových ochorení na základe najnovšieho výskumu v tejto oblasti
 - Na základe výsledkov testovania na mieru šitý individuálny program intervencií na cieľné ovplyvnenie výkonnosti organizmu (cvičebný program na mieru), správneho zloženia tela – schudnutia a vybudovania svalovej hmoty (stravovací program na mieru), v prípade potreby správne farmakologické intervenciu na korekciu týchto parametrov
- Výsledkom by malo byť to, že k civilizačným ochoreniam ani nedôjde, alebo sa ich postup zastaví, čo bude mať za následok **zdravý aktívny život.**

Pre koho je Program zdravej dlhovekosti určený?

- Ľuďom, ktorí chcú žiť dlho zdravo, predchádzať chorobám a sú ochotní o to zabojsovať už teraz
- Ľuďom vo veku 40 – 65 rokov, ale nevyklúčujeme ani 30kov, čím skôr, tým lepšie, hlavne ak máte nadváhu a slabú fyzickú výkonnosť,
- Ľuďom, ktorí majú nadváhu, vysoký tlak, problémy s krvným cukrom, cholesterolom slabú fyzickú kondíciu
- Ľuďom, ktorým sme na preventívnej prehliadke povedali, že majú nadváhu, vysoký tlak, problémy s krvným cukrom, cholesterolom, slabú fyzickú kondíciu
- Ľuďom, ktorí chcú schudnúť a zlepšiť fyzickú kondíciu pod odborným lekárskej vedením

Veríme, že aj touto medicínskou inováciou, ktorá posúva starostlivosť o vaše zdravie na novú úroveň a je na Slovensku neobvyklá, prispejeme k cieľu, ktorý sme si v našej ambulancii Merci, n.o. stanovili – pomáhať pacientom žiť kvalitný **zdravý život čo najdlhší čas.**