

Minimierung von KHK-Risikofaktoren im betrieblichen Gesundheitsmanagement

Ergebnisse einer explorativen Beobachtungsstudie

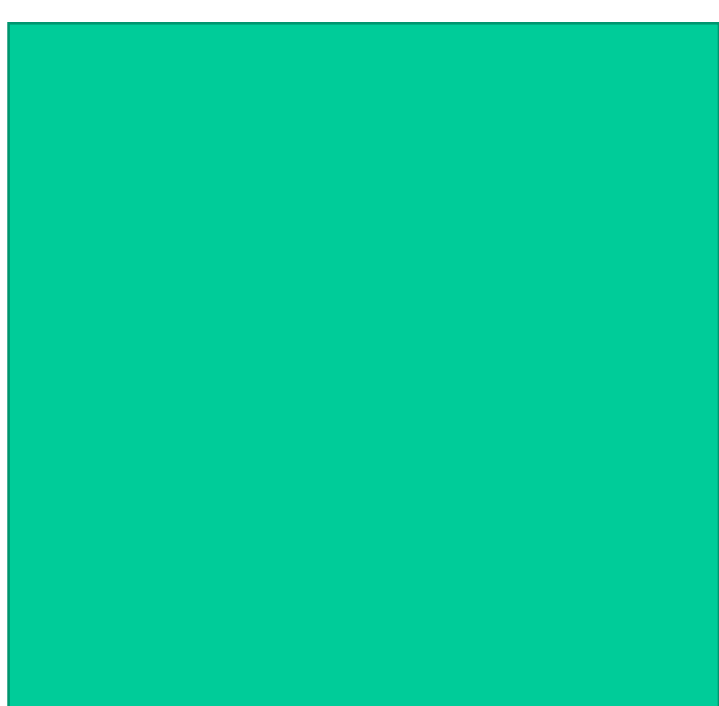
Ergebnisse: Bei 100 % der Teilnehmer (N=11) hat sich die Ernährung und bei 50 % das Sportverhalten verbessert. 63% fühlten sich insgesamt gesünder. 100% nutzten das TeleMonitoring, TeleCoaching und die TeleEdukation von EvoCare. Alle Teilnehmer würden das verwendete Ernährungskonzept LipoCare weiterempfehlen.

Ø Beobachtungszeitraum:	2,4 Wochen
Ø Gewichtstreduktion:	min. - 4,7 kg / max. - 10,2 kg
Ø Körperfettreduktion:	min. - 3,5 % / max. - 7,7 %
Ø Zunahme Muskelanteil:	min. + 2,1 % / max. + 5,4 %
Ø Reduktion Bauchumfang:	min. - 4,2 cm / max. - 7,0 cm

Die Durchführung des Projektes erzielte bei allen Studienteilnehmern positive Effekte hinsichtlich der angegebenen gemessenen gesundheitlichen Faktoren. Insbesondere ist positiv hervorzuheben, dass bei allen Teilnehmern der Bauchumfang verringert werden konnte und sich insgesamt das Taille-Hüft-Verhältnis verbesserte. Ein erhöhter Bauchumfang, gilt als einer der wichtigsten Risikofaktoren für das Auftreten von Krankheiten, wie Koronare-Herzkrankheit, Schlaganfall und Diabetes mellitus Typ 2.

Das telemedizinisch, supervidierte und kontrollierte Betreuungsprogramm erwies sich in der betrieblichen Gesundheitsförderung als äußerst praktikabel und wirksam. Mithilfe der EvoCare-Telemedizin und dadurch verbundenen Wissensvermittlung konnte so eine Motivation zur positiven Lebensstiländerung herbeigeführt werden. Jeder Teilnehmer erhielt hierfür eine persönliche Einweisung, Anleitungen und Vorgaben zur Verhaltensänderung. Alle Probanden wurden kontinuierlich monitoriert und Befindlichkeitswerte per Fragebögen erfasst.

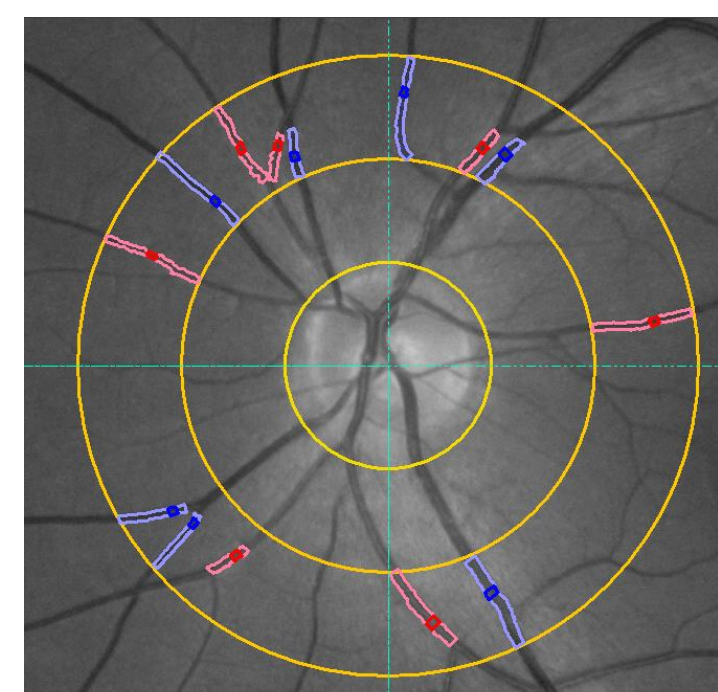
Infoveranstaltung Aufklärung



Feedback Motivation



Valides Meßsystem Kontrolle



Ergebnis



TeleEdukation TeleMonitoring TeleCoaching