

Wann wird der Stress zu gross?

CardioSnip® macht Überbelastungen sichtbar.

Gesundheit und Prävention
in der Arbeitswelt

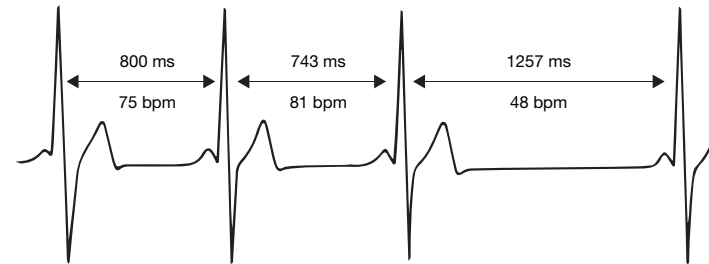


Mit Selbstmonitoring
zu mehr Lebensqualität



CardioSnip® zeigt an, wann die «Belastungsampel» auf Gelb oder Rot wechselt

Als HRV wird die Veränderung des zeitlichen Abstands von einem Herzschlag zum nächsten bezeichnet. In Verbindung mit der CardioSnip® App bringt dieser Messwert Informationen über den physischen und mentalen Gesundheitszustand. Bei zu hohem oder zu niedrigem Blutdruck, bei bekannten Herzrhythmusstörungen und bei Medikamenteneinnahme wird die Anwendung von CardioSnip® nicht empfohlen, da die Ergebnisse verfälscht werden können.



Die App-Analyse erfolgt völlig anonym und ist ausschliesslich für Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bestimmt, um aktiv Überbelastungen vorzubeugen. – Nutzen Sie diese Möglichkeit und verlangen Sie mit beiliegendem Talon weitere Informationen zu CardioSnip® für Firmen und Institutionen!



MediService AG, Ausserfeldweg 1, CH-4528 Zuchwil
Telefon 032 686 20 20, Fax 032 686 20 30
contact@mediservice.ch, www.mediservice.ch

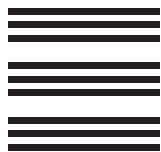
MediService, ein Unternehmen der Galenica Gruppe

16PDS0010D_d



Wann wird der Stress zu gross?

CardioSnip® macht Überbelastungen sichtbar.



A
Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-risposta
Envoi commercial-réponse
Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

MediService AG
Kundendienst
Ausserfeldweg 1
4528 Zuchwil

Stress und Überbelastungen rechtzeitig erkennen



Prävention mit CardioSnip®

Für die meisten Menschen ist es schwierig, Belastungszustände rechtzeitig als solche zu erkennen und entsprechend zu handeln, bevor sich eine Stressfolgeerkrankung entwickelt. Man fühlt sich nicht so richtig wohl, ist gereizt, schläft schlecht, ist oft erschöpft und eines Tages fehlen plötzlich Antrieb und Kraft für die alltäglichen Aufgaben.

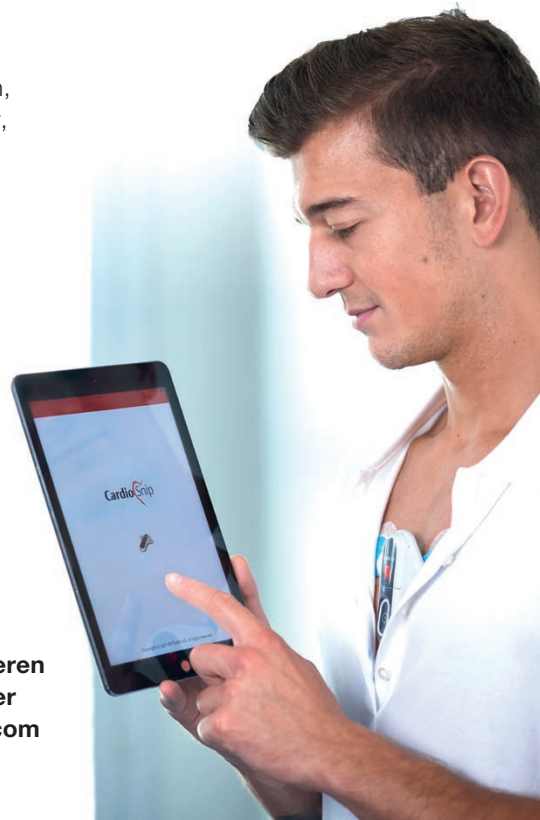
Mit CardioSnip® stellen Sie Ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein persönliches «Frühwarnsystem» zur Verfügung. Somit bekommen diese ein genaues Bild, wie es um die inneren Belastungswerte steht.

Das CardioSnip® Gerät zeichnet über 24 Stunden die Herzaktivität auf und kann verschiedenste Lebensumstände aufzeigen, z.B. allgemeiner Gesundheitszustand, Alter, Stress oder auch körperliche Anstrengung.

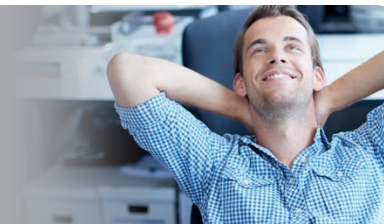
Diese Informationen werden in der CardioSnip® App ausgewertet, um die Herzrate (HR) und die Herzratenvariabilität (HRV) zu bestimmen.

Mit dem CardioSnip® Report (siehe auch nächste Seite) bekommen Ihre Mitarbeitenden ein genaues Bild, wie es um die inneren Belastungswerte steht. So erkennen sie physische und mentale Überbelastungen und können diesen gezielt entgegenwirken.

Bei Fragen oder Unklarheiten kontaktieren Sie uns unter www.cardiosnip.com oder schreiben Sie an support@cardiosnip.com

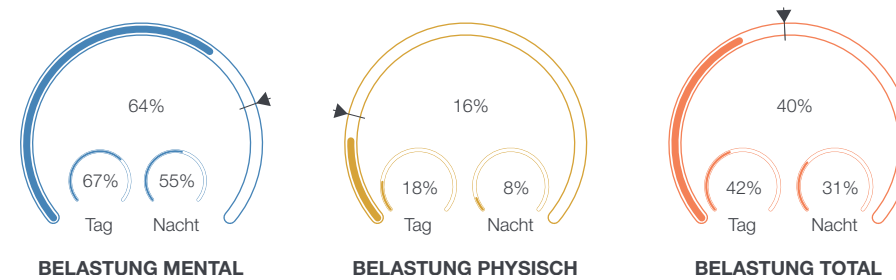


CardioSnip® Report – Übersicht auf einen Blick



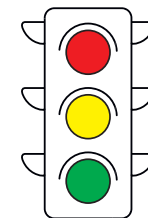
1. Zusammenfassung Belastungen

Mit den drei «Belastungstachos» wird im Report die mentale, physische und totale Belastung während der Messperiode optisch angezeigt. Die Werte «Tag» und «Nacht» sind ebenfalls ersichtlich.



2. Belastungsintensität

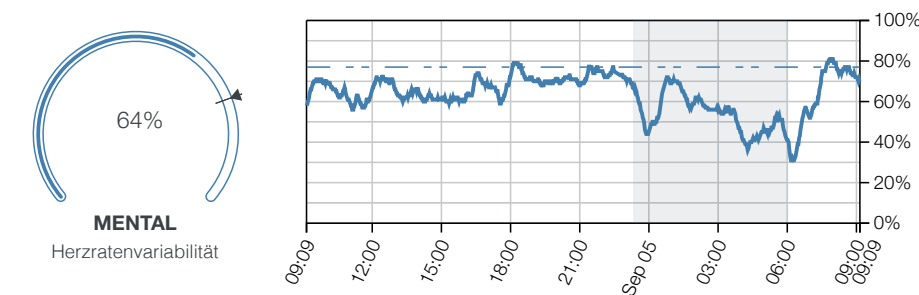
Zeigen alle Ampeln auf Grün, ist mit grösster Wahrscheinlichkeit keine Stressgefährdung vorhanden. Bei Gelb und Rot erkennen Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu einem frühen Zeitpunkt den Handlungsbedarf.



- Erhöhte Belastung (Es wurden zwei Grenzwerte überschritten)
- Leichte Überbelastung (Es wurde ein Grenzwert überschritten)
- Normale Belastung

3. Messverlauf Belastungen

Aufgezeigt wird der detaillierte Verlauf der drei Belastungswerte über die Messperiode von 24 Stunden. Untenstehendes Beispiel zeigt den Belastungszustand «Mental».



Gesundheit am Arbeitsplatz



- Sie haben mein Interesse geweckt. Bitte informieren Sie mich über CardioSnip® für Firmen und Institutionen.
- Senden Sie mir den CardioSnip® E-Newsletter, damit ich auf dem Laufenden bleibe.

Firma/Institution

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Karte bitte ausfüllen und zurückschicken.

