

# Cardioscan CS-3 effect

Öko-Score  
dieses Screenings:



Sie wollen mehr über unsere Nachhaltigkeits-Scores erfahren?  
[Auf unserer Website finden Sie die Erläuterungen.](#)

Es fordert körperliches und zudem gesundheitsförderliches Training, damit das Herz in einem gesunden Zustand bleibt. Der Cardioscan CS-3 effect misst in gerade einmal 120 Sekunden über 4 kleine Elektroden an Hand- und Fußgelenken den Status des Herzens. Das kompakte Gerät erbringt hierbei die Leistungen eines klassischen EKG's mit dreidimensionalem Herzportrait. Es bestimmt zudem einen individuellen Stress-Index und das Fitness-Level.

## Nutzen:

- Der Cardioscan CS-3 effect informiert über eventuelle Abweichungen von den Normwerten, woraus sich anschließend Empfehlungen für einen gesünderen Lebensstil ableiten lassen.

## Ablauf:

- Kurzanamnese und Erklärung der Messung
- Messung: Der Status des Herzens wird schmerzfrei mittels EKG an Händen und Füßen in 120 Sekunden gemessen
- Auswertung der Daten/ Beratungsgespräch/ Aushändigung des Ergebnisberichts

## Umsetzung:

- Ausschlusskriterien: akute Erkrankung (z.B. Erkältung), U-18 Jahre
- Personen mit Defibrillatoren, Herzschrittmachern und Schwangere können teilnehmen.
- 1 Stunde vor Messung Verzicht auf Nikotin und koffeinhaltige Getränke
- Das Tragen von Strumpfhosen oder sehr engen Hosen sollte vermieden werden.
- Mess- und Beratungszeit pro Teilnehmenden: 15 Min.
- Max. Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und Pause
- Platzbedarf: ca. 4 m<sup>2</sup> in einer ruhigen Umgebung, 1 Tisch, 2 Stühle, Stromanschluss
- Personalbedarf: Expertin oder Experte von Aktivital ist inklusive

**Wir machen Entwicklung. Erlebbar.**

Erfahren Sie mehr. Schreiben Sie uns. [info@aktivital.org](mailto:info@aktivital.org)