



Kom og få tjekket dit helbred



Tjek dit helbred

Hvis du bor i Randers Kommune og er født mellem 1962-1987, har du nu mulighed for at få tjekket dit helbred. Det sker ved en helbredsundersøgelse i Randers Sundhedscenter og en samtale med din læge, hvis der er behov for det.

Før helbredsundersøgelsen

Inden du møder op til din helbredsundersøgelse i Randers Sundhedscenter vil vi bede dig om at besvare et kort spørgeskema, der handler om dine sundhedsvaner (se invitationsbrevet).

Hvordan foregår helbredsundersøgelsen?

Når du kommer til undersøgelsen i Randers Sundhedscenter bliver du mødt af personale med stor erfaring. De vil hjælpe dig igennem de forskellige målinger, og hele undersøgelsen varer ca. 30-45 minutter.

Du kan have dagligdagstøj på til undersøgelsen.

Hvad bliver målt?

- Din højde, vægt og taljemål
- Din kondition (på kondicykel)
- Din lungefunktion (puste-prøve)
- Dit blodtryk
- Dit kolesterol og dit blodsukker (prik i fingeren)

Når du er færdig med undersøgelsen, får du dine resultater med hjem.

Hvad sker der efter helbredsundersøgelsen?

Hvis dine resultater viser, at der kan være nogle problemer med dit helbred, vil din læge gerne se dig til en samtale. Du skal selv bestille tid ved din læge.

Lægen vil få tilsendt resultaterne fra helbredsundersøgelsen og dine svar på spørgeskemaet, og I vil sammen gennemgå dette.

Hvis det er relevant for dig, kan du deltage i forskellige tilbud i Randers Sundhedscenter om eksempelvis væggtab, motionsvaner, alkoholvaner og rygning. Efter helbredsundersøgelsen kan du snakke med personalet i Randers Sundhedscenter om dette.

Erfaringerne fra 'Tjek dit helbred' er vigtige

Først og fremmest er 'Tjek dit helbred' et tilbud til dig, hvor du kan få undersøgt dit helbred.

Derudover vil Randers Kommune sammen med Aarhus Universitet undersøge om 'Tjek dit helbred' forbedrer befolkningens sundhed.

Vi bruger kun resultaterne fra de borgere, der giver tilladelse til det.

Gennemførelsen af 'Tjek dit helbred' og håndteringen af data overholder sundhedsloven og er godkendt af Datatilsynet, sagsnummer 2012-41-0183.

Praktiske oplysninger

Randers Sundhedscenter Thors Bakke
Biografgade 3
8900 Randers C

Tlf: 89 15 12 15
e-mail: sundhedscenter@randers.dk
www.randerssundhedscenter.dk

Parkering

Der er mulighed for to timers gratis parkering i p-kælderen ved Randers Sundhedscenter – dog kun på øverste niveau. Der er indkørsel fra Møllegade og Thorsgade.

Busser

Bus nr. 3 og 4 holder på Markedsgade ca. 300 meter fra Randers Sundhedscenter.

Cykelparkering

Der er mulighed for cykelparkering i p-kælderen under sundhedscentret.