

Navodila pred zdravstvenim pregledom

ZA MANAGERJE

Spoštovani,

veselimo se vašega obiska v našem centru za medicino dela, prometa in športa. V nadaljevanju vam posredujemo pomembne informacije, ki vam bodo pomagale pri pripravi na preventivni pregled in prihodu v naš center. Prosim, da jih pred obiskom natančno preberete.

1. Navodila pred zdravstvenim pregledom za managerje

Prehranjevanje: Pred pregledom pijte dovolj vode, tako boste pred pregledom dobro hidrirani, kar je ključnega pomena za laboratorijske preiskave. Če imate pregled DOPOLDAN, pridite na tešče. Če imate pregled POPOLDAN, vsaj 3 ure pred pregledom ne uživajte hrane. Navedeno ne velja za osebe, pri katerih bi sprememba režima hranjenja povzročila zdravstvene težave (npr. osebe s sladkorno boleznijo).

Ne izpuščajte rednih jutranjih zdravil, razen če je njihovo jemanje vezano na obrok oziroma če ste prejeli posebna navodila zdravnika.

Oblačila: Svetujemo vam, da prinesite s seboj športna oblačila ter športno obutev, v kateri lahko tečete ali kolesarite. Možnost imate tudi uporabe tuša po obremenitvenem testiranju, zato si lahko prinesete tudi brisačo in pripomočke za tuširanje.

2. Dokumenti

Zdravstvena dokumentacija: V kolikor se zdravite zaradi kakršnih koli bolezni, s seboj prinesite tudi vse izvide, da vam bomo lahko v okviru obravnave celostno pomagali na kar se da hiter način.

Na pregled prinesite **osebni dokument** in **zdravstveno izkaznico**.



Šlandrova ulica 8d, Ljubljana - Črnuče



+386 70 620 899



info@cpm.si



www.cpm.si

CPM
CENTER
PREVENTIVNE
MEDICINE

3. lokacija: Šlandrova ulica 8d, Črnuče (povezava do lokacije [tukaj](#))

Ker gre za novo zgradbo, iskanje lokacije v zemljevidih lahko povzroči nekaj težav. Prosimo, da do lokacije dostopate preko zgoraj navedene povezave. Našo stavbo boste najlažje prepoznali po njeni beli fasadi in oznaki **Maremico spalni center**, nahaja pa se ob podjetju **DINOS**. Ambulanto boste našli v prvem nadstropju (stranski vhod levo).

Pred stavbo lahko koristite brezplačni parkini prostor (označen s CPM; **parking št. 1-5**). Blizu stavbe se nahaja tudi **avtobusno postajališče**, kamor pripelje LPP (**oznaka 8**).

Dodatno: Managerski aktivni ali managerski plus

V kolikor ste naročeni na pregled MANAGERSKI AKTIVNI ali MANAGERKI PLUS, pred pregledom 24 ur ne opravljajte visoko intenzivnih treningov, vsaj 18 ur ne pijte kave oz. pijač s kofeinom ali teinom oz. ne jemljite drugih poživil, t.i. fat burnerjev in podobnih substanc, ki dvigajo presnovo (prehranska dopolnila, praški, tablete ...). Pred pregledom lahko z vodo vzamete le redna zdravila, predpisana s strani vašega zdravnika na recept. Po meritvi bazalnega metabolizma boste lahko jedli, pili, vzeli ostale morebitne tablete itd.

Na voljo vam bo manjši prigrizek s kavo in čajem, da bo pregled tekel udobneje. V kolikor imate diete, alergije, prehranske zadržke in v kolikor predvidevate, da boste v času pregleda potrebovali večjo malico, vam svetujemo, da si jo prinesete s sabo ali da načrtujete obrok po zaključenem pregledu. Pregled zaradi obsežnosti traja nekaj ur. Potrudili se bomo, da bo potekal gladko in kar se da hitro.

 Šlandrova ulica 8d, Ljubljana - Črnuče

 +386 70 620 899

 info@cpm.si

 www.cpm.si

CPM
CENTER
PREVENTIVNE
MEDICINE