

# Hälsoundersökning BAS



*Att ha goda levnadsvanor gällande kost, motion och återhämtning är viktigt för att orka med arbete och fritid, och för att förebygga ohälsa.*

## **Hälsoundersökning BAS består av:**

Hälsosamtal med företagssköterska om arbetsmiljö, livsstil och aktuellt hälsotillstånd.

Provtagning gällande blodvärde, blodsocker, kolesterol och blodtryck. Det ingår även syn- och hörselundersökning samt mätning av längd, vikt, midjemått och BMI.

Utifrån detta får du personlig rådgivning i syfte att bibehålla det friska och motivera till eventuella livsstilsförändringar. Vid behov ingår även rådgivning kring din arbetsmiljö.

Vid avvikande värden ingår en uppföljning.

**Tidsåtgång:** 45-60 minuter

