

Onderzoek

# Preventief medisch onderzoek superiorpakket (SMC)

Een preventief medisch onderzoek (PMO) is een geneeskundig onderzoek zonder dat u gezondheidsklachten heeft. In een PMO onderzoeken we mogelijke gezondheidsrisico's of gezondheidsproblemen.

Binnenkort ondergaat u een Preventief Medisch Onderzoek (PMO). De onderzoeken vinden plaats in het Sport Medisch Centrum (SMC) van het Jeroen Bosch Ziekenhuis. Daardoor garanderen we goede kwaliteit en snelle service.

Het onderzoek wordt uitgevoerd onder leiding van een deskundige en bevoegde arts: de sportarts van het SMC. De onderzoeken worden op dezelfde dag achter elkaar uitgevoerd. U hoeft slechts een keer naar het SMC te komen. In totaal duurt het PMO 1 uur.

U krijgt de volgende onderzoeken:

- Bloed- en urineonderzoek
- Onderzoek en gesprek met de arts
- Gehoor- en oogtest (alleen op indicatie)
- Echo van de buik
- Fietstest

## Hoe verloopt het onderzoek?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over uw onderzoek.

### Bloed- en urineonderzoek

Hoe verloopt het onderzoek?

#### Nuchter zijn

U moet nuchter zijn voor het bloedprikken.

### Vindt het onderzoek vóór 12.00 uur plaats

Dan mag u vanaf 0.00 uur niet meer eten, drinken en roken. Wel mag u 's morgens water en/of thee drinken zonder toevoegingen, géén koffie.

### Vindt het onderzoek ná 12.00 plaats

Dan mag u vanaf 0.00 uur niet meer roken. U mag dan 's morgens een licht ontbijt nemen (beschuit/cracker/thee). De laatste vier uur voor het onderzoek moet u nuchter blijven.

## Gebruikt u medicijnen?

Uw medicijnen kunt u zoals gewoonlijk innemen met een klein beetje water.

## Waar meldt u zich?

U ontvangt een formulier om uw bloed en urine te laten controleren. Op het aanvraagformulier staan alle onderzoeken die uitgevoerd moeten worden. U kunt hiervoor naar de dichtstbijzijnde prikpost in de buurt van uw werkgever, kijk voor de mogelijkheden op de pagina Locaties en prikposten (<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/locaties-en-prikposten>).

De medewerker van het laboratorium controleert de gegevens van uw identificatiebewijs met de gegevens op het aanvraagformulier.

## Hoe verloopt het bloedprikken?

De medewerker neemt enkele buisjes bloed af. Dit gebeurt via een naaldprik aan de binnenkant (plooi) van de elleboog. De naald is steriel en wordt slechts voor één persoon gebruikt. Na de prik dekt de medewerker het wondje af met een watje. Voordat u de prikruimte verlaat, controleert de medewerker of het bloeden gestopt is.

## Hoe verloopt het urineonderzoek?

U moet de urine opvangen in een urinepotje dat daar speciaal voor bestemd is. Dit potje wordt u verstrekt door de arts. Deze urine kunt u inleveren op de locatie waar u bloed laat prikken.

## Onderzoek en gesprek met de arts

Hoe verloopt het onderzoek?

### Hoe bereidt u zich voor?

Voordat u naar het SMC komt, vult u digitaal een vragenlijst in. In deze vragenlijst vragen wij u naar uw gezondheid.

### Hoe verloopt het onderzoek?

De arts neemt de ingevulde vragenlijst met u door. Daarna volgt er een lichamelijk onderzoek.

## Gehoor- en oogtest

Hoe verloopt het onderzoek?

De arts neemt (alleen op indicatie) een gehoor- en oogtest af.

### Hoe verloopt de gehoortest?

Aan de hand van een piepjestest krijgt u een gehoortest. De arts legt u uit wat u moet doen. De uitslag van de piepjestest komt in een grafiek (audiogram). Na de test neemt de arts het audiogram met u door en bepaalt of er verder onderzoek nodig is.

### Hoe verloopt de oogtest?

Bij een oogtest bekijkt de arts naar de gezichtsscherpte van het oog. De arts bekijkt elk oog apart en vraagt u letters op te lezen. Natuurlijk houdt de arts rekening met mogelijke brillen en contactlenzen.

## Echo van de buik

Hoe verloopt het onderzoek?

Een echografie is een onderzoek waarbij organen, pezen en gewrichten met behulp van geluidsgolven (echo) kunnen worden onderzocht.

## Nuchter zijn

U mag vanaf een dag voor het onderzoek bepaalde voedingsmiddelen niet meer gebruiken. Dit is nodig om vorming van gas in de darm te beperken. Gas in de darm kan de geluidsgolven hinderen en storingen in het beeld veroorzaken. Het gaat om voedingsmiddelen zoals; uien, prei, koolsoorten, peulvruchten en koolzuurhoudende en alcoholische dranken.

## Vindt het onderzoek vóór 12.00 uur plaats

Dan mag u vanaf 0.00 uur niet meer eten, drinken en roken. Wel mag u 's morgens water en/of thee drinken zonder toevoegingen, géén koffie. U mag ook geen kauwgom meer kauwen. Twee uur voor het onderzoek mag u nog naar het toilet om te plassen, daarna niet meer.

## Vindt het onderzoek ná 12.00 uur plaats

Dan mag u vanaf 0.00 uur niet meer roken. U mag dan 's morgens een licht ontbijt nemen (beschuit/cracker/thee). De laatste vier uur voor het onderzoek moet u nuchter blijven. Als u later op de middag de afspraak heeft, mag u tot vier uur voor het onderzoek nog een lichte lunch nemen (beschuit/cracker/thee). Twee uur voor het onderzoek mag u nog naar het toilet om te plassen, daarna niet meer.

## Gebruikt u medicijnen?

Uw medicijnen kunt u zoals gewoonlijk innemen met een klein beetje water.

## Heeft u diabetes mellitus?

U mag koolzuurvrije frisdrank nemen, géén melkproducten.

## Wat voor kleding trekt u aan?

Tijdens het onderzoek moeten uw bovenlichaam en buik ontbloot worden. Wij raden u aan om gemakkelijke kleding te dragen.

## Waar meldt u zich?

Meldt u zich ruim op tijd aan de balie of aanmeldzuil van de afdeling Radiologie. In de afspraakbevestiging staat de locatie vermeld. Hierna neemt u plaats in de wachtruimte. Als u aan de beurt bent, wordt u opgehaald.

## Hoe verloopt het onderzoek?

Het onderzoek vindt plaats op de afdeling Radiologie. De laborant of radioloog brengt een soort gel (geleidingsvloeistof) op de huid en onderzoekt u. Dit gebeurt door met een klein apparaat over uw buik te bewegen. De uitgezonden geluidsgolven worden opgevangen en tot een beeld gevormd.

Het onderzoek duurt ongeveer 15 tot 30 minuten.

## Bijwerkingen en risico's

Er zijn geen bijwerkingen van dit onderzoek bekend. Het onderzoek is onschadelijk en niet pijnlijk.

## Fietstest

Hoe verloopt het onderzoek?

Bij de fietstest bekijken we hoe uw hart reageert op inspanningen. Hiervan maken we een hartfilmpje. Dit hartfilmpje noemen we ook wel een elektrocardiogram (E.C.G.). Op het hartfilmpje kunnen we zien of er tijdens de inspanning afwijkingen te zien zijn op uw E.C.G.

## Hoe bereidt u zich voor?

Wij raden u aan om gemakkelijk zittende kleding te dragen. Gebruik geen bodylotion of crème op uw borst. Dit kan namelijk storingen in het onderzoek veroorzaken. U kunt het beste voor de fietstest nog iets eten. U mag uw medicijnen gewoon innemen.

Wij vragen u om uw mobiele telefoon uit te zetten voor het onderzoek.

## Hoe verloopt het onderzoek?

Voor het onderzoek is het nodig dat u geen kleding draagt op uw bovenlichaam. Daarna brengt de laborant elektroden aan op de huid van uw borst. Soms scheert de laborant op die plaatsen wat borsthaar weg. Ook maakt de laborant uw huid een beetje nat voor een goede geleiding van het systeem. Via kabeltjes zijn de elektroden verbonden met het apparaat dat hartritme meet.

U fietst een aantal minuten op een hometrainer. Hoe lang u moet fietsen hangt af van uw geslacht, leeftijd en lengte. Iedere minuut verhoogt de laborant de belasting van de fiets. Daardoor moet u steeds zwaarder trappen. Als u lichamelijke klachten krijgt, moet u dat meteen zeggen. Het is wel belangrijk dat u niet stopt met fietsen.

Tijdens en na het fietsen wordt elke minuut een hartfilmpje gemaakt. Probeer u het fietsen zo lang mogelijk vol te houden. Bij een maximale inspanning kan de arts de test het beste beoordelen. De laborant meet een aantal keren uw bloeddruk op. Het is normaal dat uw bloeddruk door de inspanning stijgt. Na afloop moet u nog ongeveer drie minuten uitfietsen. Hierdoor kan uw bloeddruk weer zakken naar de normale waarden.

Het onderzoek duurt ongeveer 30 minuten.

## Wat gebeurt er na het onderzoek?

Na het onderzoek kunt u zich douchen of aan de wastafel wassen. Er is een washandje en een handdoek aanwezig.

## Uitslag

Wanneer krijgt u de uitslag?

## Geheimhouding

De uitslagen van de onderzoeken zullen te allen tijde alleen aan u worden gerapporteerd. Komen er uit het PMO afwijkingen naar voren? Dan vraagt de arts u om toestemming om contact op te mogen nemen met een andere arts of zorgverlener.

## Wanneer krijgt u de uitslagen?

De arts stuurt uiterlijk tien werkdagen na afloop van het onderzoek de uitslagen toe. Het verslag wordt naar het door u opgegeven thuisadres gestuurd.

## Vragen

Heeft u nog vragen?

## Heeft u nog vragen?

Heeft u nog vragen? Of kunt u niet naar uw afspraak komen? Dan kunt u contact opnemen via op telefoonnummer (073) 553 38 99 of [bedrijven@jbz.nl](mailto:bedrijven@jbz.nl).

Code JBB-004