

## Arm-Bein-Index

Die Abkürzung ABI steht für den englischen Begriff **Ankle Brachial Index**, bei dem der systolische Blutdruck an den Fußknöcheln zu dem der Oberarme ins Verhältnis gesetzt wird. Hieraus lassen sich direkt Rückschlüsse auf das Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko ziehen.



## Inhalte Überblick

### Der Test

- Durchführung der ABI-Messung erfolgt non-invasiv und schmerzfrei mittels standardisiertem ABI-Messsystem
- ermöglicht eine Beurteilung des Risikos für mögliche periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)

### Durchführung

- Messung des Blutdrucks mithilfe des ABI-Systems an allen vier Extremitäten (Knöchel und Oberarme) gleichzeitig
- Unverzögliche Auswertung der Ergebnisse vor Ort
- Tipps für gesundheitsförderliche Verhaltensaspekte

### Testablauf

- Aufnahme demographischer Daten
- Ruheposition einnehmen und für 5 – 10 Minuten in dieser verharren
- Anbringung der Blutdruckmanschetten an den vier Extremitäten
- Die eigentliche Messung dauert ca. 1 Minute
- Auswertung der Ergebnisse und Beratung

## Nutzen und Ziele

### Sie werden ...

- Informationen über die Entstehung und Risikofaktoren von Durchblutungsstörungen, Herzinfarkte und Schlaganfälle erhalten
- zum Status quo Ihres Risikos an einer pAVK zu erkranken beurteilt
- aussagekräftige Werte zu einer möglichen Gefäßsteifigkeit bekommen
- Verhaltensregeln und gesundheitsförderliche Tipps für den beruflichen Alltag kennenlernen

## Umsetzung

### Methoden

- Individuelle Betreuung
- Ergebnisdokumentation vor Ort

### Testdauer

- ca. 20 Minuten

Sie möchten die BGF-Maßnahme in Ihrem Unternehmen durchführen? Setzen Sie sich mit Ihrem ias-Betreuer in Verbindung.

Sie sind noch kein ias-Kunde und haben Interesse an dieser BGF-Maßnahme? Dann schreiben Sie an [ias.vertrieb@ias-gruppe.de](mailto:ias.vertrieb@ias-gruppe.de).