

## Hälsoprofilbedömning, HPB

Livsstilen är avgörande för människors hälsa. Hälsoprofil är Sveriges ledande tjänst för strategiskt hälsoarbete på arbetsplatsen. Målet är att motivera medarbetare till livsstilsförändring och kunna se förändringar på gruppnivå.

Vi rekommenderar Hälsoprofilbedömning, HPB:

- När du behöver en heltäckande bild av medarbetarnas hälsa.
- För att skapa förändring på individnivå genom insikt om samband mellan livsstil och hälsa.
- Som underlag för strategiskt hälsoarbete.
- För att kontinuerligt utvärdera effekterna av genomförda hälsoarbeten.

### Innehåll

- frågeformulär som berör senaste månadens hälsovanor och hälsoupplevelse
- konditionstest på motionscykel
- blodtrycksmätning
- blodprovstagning (blodvärde, blodsocker och blodfetter)
- vikt, längd, midjemått och BMI

Dessa värden ligger till grund för det motiverande hälsosamtalet som fokuserar på friskfaktorer och lyfter fram möjligheter.

Den samlade informationen sparas i databas och behandlas konfidentiellt. Databasen möjliggör sammanställning av statistik och jämförelser över tid och med referensdatabas.

### Tidsåtgång

1 timme.