

**Hamburg, 27. September 2011. Interview mit Dr. med. Tomas Stein, Kardiologe und ärztlicher Direktor am Diagnostik Zentrum Fleetinsel: „Immer mehr Menschen sehen Medical Check-Ups als lohnende Investition in ihre Gesundheit.“**

**Wie erklären Sie sich die neue Präventionskultur in Deutschland?**

Heute kann es sich niemand mehr leisten, krank zu sein. Gerade Fach- und Führungskräfte wollen ihren Gesundheitszustand kennen und daraus entsprechende Verhaltens- und Therapiemaßnahmen ableiten. Deshalb kommen sie zu uns. Sie setzen auf medizinische Vorsorge, um wettbewerbsfähig zu bleiben. Das gilt auch für Unternehmen, die erkannt haben, dass sie sich mit Maßnahmen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung und Medical Check-Ups für ihre Fach- und Führungskräfte einen Wettbewerbsvorteil sichern. Daher bieten immer mehr Firmen ihren Top-Kräften Check-Ups bei uns an. Gleichzeitig nehmen immer mehr Selbstzahler unsere Angebote in Anspruch. Sie haben erkannt, dass die gesetzliche Vorsorge oft zu spät greift, wie zum Beispiel die Darmkrebsvorsorge ab dem 55. Lebensjahr. Wer sich frühzeitig checken lässt, kann schwere Erkrankungen wie Krebs sogar verhindern. Für die Check-Up-Teilnehmer sind Vorsorgemaßnahmen eine lohnende Investition in ihre Gesundheit, ihr wichtigstes Kapital, das sie gerne selbst in die Hand nehmen.

**Prävention ist wichtig – aber kann man mit übertriebenen diagnostischen Maßnahmen nicht auch übers Ziel hinausschießen?**

Gewisse Maßnahmen sind unverzichtbar, um den Gesundheitszustand einer Person zuverlässig ermitteln zu können. Vielerorts wird Prävention jedoch durch Technik getrieben, das heißt: Es werden für die Diagnostik nicht notwendige und für den menschlichen Körper belastende Untersuchungen durchgeführt. Am Diagnostik Zentrum Fleetinsel sprechen wir von einer sinnvoll abgestuften Diagnostik. Es gilt der Grundsatz: so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich. Denn wir wollen den menschlichen Körper schonen. Aus diesem Grund greifen wir auf „einfache“, aber dennoch sichere Diagnostik-Methoden zurück. Erstes Mittel der Wahl ist bei uns die Ultraschalluntersuchung, völlig strahlungsfrei, mit der trotzdem der größte Teil krankhafter Veränderungen erkannt werden kann. Außerdem arbeiten wir sehr zielgerichtet. Oberste Priorität hat für uns die richtige Fragestellung, sprich: Wir beschäftigen uns eingehend mit der Vorgeschichte der jeweiligen Person und möglichen Risikofaktoren, um dann die passenden Diagnostik-Schritte einleiten zu können.

**Wie stehen Sie zu weiteren Methoden wie zum Beispiel einer CT<sup>[1]</sup> oder einer MRT<sup>[2]</sup>?**

Andere Diagnostiktechniken wie eine MRT empfehlen wir erst, wenn ein spezifischer Befund vorliegt, der eine Zusatzuntersuchung notwendig macht. Ein Raucher erhält von uns beispielsweise die Empfehlung, eine sogenannte Low-Dose-CT seiner Lunge zusätzlich zum Basis Check-Up durchführen zu lassen. Zwar entwickelt sich der Bereich der Präventivmedizin ständig weiter und bringt technische Neuheiten hervor, aber Prävention darf sich nicht den technischen Möglichkeiten unterordnen. Für uns heißt das: Wo der Einsatz etablierter Geräte dieselben oder sogar bessere Ergebnisse erzeugt und die Belastung für den Körper geringer ausfällt, nutzen wir sie auch. Zum Beispiel ist die Diagnostik per Ultraschall völlig ausreichend, wenn es darum geht, Veränderungen wie eine Leberzellverfettung zu erkennen.

**Bei vielen Menschen schwingt bei einer Vorsorgeuntersuchung die Angst mit, dass bei ihnen eine Erkrankung festgestellt werden könnte. Gegebenenfalls verzichten sie aus diesem Grund sogar auf Prävention. Wie begegnen Sie dieser Unsicherheit?**

Die meisten Check-Up Teilnehmer, die zu uns kommen, sind gesund. Dennoch ist es die Kernaufgabe der Prävention, Risikofaktoren aufzuzeigen. Nur wer seine Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Übergewicht oder hohe Blutfettwerte kennt, kann gezielt gegensteuern und schwerwiegendere Folgeerkrankungen vermeiden. Im Abschlussgespräch erklären wir dem Teilnehmer ausführlich die Ergebnisse seines Check-Ups. Wir versuchen, ihm das Wissen bezüglich der Risikofaktoren auf verständliche Weise zu vermitteln und ihm so Handlungsempfehlungen zu geben. Konkret bedeutet das: Wer zum Beispiel unter Übergewicht leidet, kann mit unserem Sportwissenschaftler ein maßgeschneidertes Bewegungstraining machen und über unsere Ernährungsberaterin einen individuellen Ernährungsplan erhalten.

**Sie empfehlen Ihren Check-Up-Teilnehmern also eine Umstellung ihres Lebensstils?**

Wir sprechen von einer Lebensstilintervention. Das bedeutet, dass unsere Check-Up-Teilnehmer mit einfachen Mitteln ihren Gesundheitszustand verbessern und Risikofaktoren minimieren können. Zum Beispiel mit einer gesunden Ernährung und mehr Bewegung im Alltag, damit sie lange fit bleiben. Im Zuge der neuen Präventionskultur steigt neben der Nachfrage nach Medical Check-Ups auch der Wunsch nach solchen Beratungsleistungen und Zusatzangeboten. Um dem Bedarf und den Ansprüchen gerecht zu werden, haben wir unsere Kapazitäten jetzt ausgebaut und unser Ärzteteam vergrößert. In erweiterten Räumlichkeiten können wir unseren Check-Up-Teilnehmern nun ein noch breiteres Leistungsspektrum anbieten.

[1] Computertomographie

[2] Magnetresonanztomographie

#### **Über das Diagnostik Zentrum Fleetinsel:**

Das 1994 gegründete Diagnostik Zentrum Fleetinsel Hamburg ist mit seinem jährlichen Check-Up-Aufkommen Norddeutschlands führendes Zentrum im Bereich Präventivmedizin. In Zusammenarbeit mit dem ärztlichen Direktor und Kardiologen Dr. med. Tomas Stein führen weitere Fachärzte aus den Bereichen Gastroenterologie, Kardiologie, Dermatologie und Augenheilkunde die sechsständigen Medical Check-Ups durch. Zur Referenzliste gehören die größten Unternehmen aus der Region, aber auch überregionale Firmen schätzen seit vielen Jahren die Kompetenz des Diagnostik Zentrums. Der aktuell veröffentlichte Präventions-Spiegel stellt ausführlich die Ergebnisse einer internen Langzeitstudie zum Thema Gesunderhaltung durch regelmäßige Vorsorge vor.

Weitere Informationen unter [www.diagnostik-zentrum.de](http://www.diagnostik-zentrum.de)

#### **Pressekontakt**

---

##### **DIAGNOSTIK ZENTRUM Fleetinsel Hamburg GmbH**

Elisabeth Hillen, Leiterin Marketing / PR  
Stadthausbrücke 3  
20355 Hamburg  
Telefon: +49(0)40 36 97 29 19  
Telefax: +49(0)40 36 97 29 22  
E-Mail: [hillen@diagnostik-zentrum.de](mailto:hillen@diagnostik-zentrum.de)

##### **Straub & Linardatos GmbH**

Stephanie Schähle  
Kirchentwiete 37-39  
22765 Hamburg  
Telefon +49(0)40 39 80 35 51  
Telefax +49(0)40 39 80 35 44  
E-Mail: [schaehle@sl-kommunikation.de](mailto:schaehle@sl-kommunikation.de)