



zum Thema:

**Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen.**

S. 1/2

Prof. Dr. Jens-Gerd Scharf  
Der Zentralklinik Check-Up

Die beste Krankheit nützt nichts, sagt der Volksmund. Wir möchten alle lange gesund bleiben. Es ist gut, auf seinen Körper zu hören, aber auch ganz pragmatisch sinnvoll, regelmäßig alles checken zu lassen. Es gibt die Vorsorgeuntersuchungen beim Hausarzt, beim Zahnarzt, beim Gynäkologen usw. und in Kliniken auch private Angebote, um sich durchchecken zu lassen.

Prof. Dr. med. Jens-Gerd Scharf leitet den Firmen Check-Up der Zentralklinik Bad Berka.

**Wie oft sollte man sich checken lassen?**

Da gibt es Vorgaben. Ab 35 alle zwei Jahre. Daran kann man sich gut orientieren.

**Wenn man keine Symptome hat, dürften ja relativ selten Unregelmäßigkeiten bei den Laborwerten oder bei anderen diagnostischen Auswertungen zu finden sein, oder?**

Ich würde sagen, in der Regel stimmt das. Keine Symptome zu haben, ist schon einmal sehr gut. Aber es gibt Überraschungen. Auch bei sich gesund fühlenden Menschen, kann das Blutbild Unregelmäßigkeiten zeigen. Dann kann man frühzeitig reagieren und das ist auch der beste Grund, einen Check-Up zu machen.

**Bei einem Check-Up wird auch ein großes Blutbild gemacht, was bedeuten einzelne erhöhte bzw. auch zu niedrige Werte?**

Beim großen Blutbild lassen sich viele Diagnosen ableiten, z. B. eine Blutarmut, Eisenmangelanämie, Vitamin B12-Mangel, Entzündungen.

**Bei welchen Symptomen sollte man unbedingt einen Check up?**

Es gibt Alarmzeichen. Dazu gehören Schwindel, Doppelbilder, Luftnot, schwarzer Stuhl, Brustschmerzen.

**Sind Hypochonder öfter bei Ihnen?**

Das hätte ich früher gedacht, es hat sich allerdings nicht bestätigt. Es kommen Menschen, die eine gute Körperwahrnehmung haben und auch Verantwortung für ihre Gesundheit übernehmen.

**Mehr Frauen oder mehr Männer?**

Beim Check-Up sind die Männer in der Überzahl, aber das hat auch mit diesen speziellen Check-Up-Angeboten zu tun. Sonst habe ich die Erfahrung gemacht, dass Frauen öfter zum Arzt gehen und besser auf sich achten.

**Kann man auch einige Tests zuhause selber machen, z. B. Urintests?**

Ich denke, dass das gar nicht schlecht ist, damit kann man testen, ob Infektionen vorliegen oder ob Eiweiß im Urin ist. Auch die Teststreifen, mit denen man Blut im Stuhl nachweisen kann, sind zu empfehlen. Diese Eigentests sollten bei Auffälligkeiten dann auch beim Arztbesuch vorgelegt und ggfs. kontrolliert werden.





zum Thema:

**Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen.**

S. 2/2

Prof. Dr. Jens-Gerd Scharf  
Der Zentralklinik Check-Up



**Betrifft das auch Puls- und Blutdruckmessungen?**

Man weiß nicht, ob alle Geräte gut messen. Wenn man jedoch ein modernes, gutes Gerät hat, kann man es nur empfehlen.

**Wer sollte – unabhängig von Symptomen – regelmäßige Checks machen, z. B. bei familiären Krankheitshäufungen?**

Ich würde empfehlen, dass man für jeden Patienten ein Risikoprofil erstellen sollte. Es gibt z. B. Tumorfamilien, da ist es sinnvoll, entsprechende Vorsorgeuntersuchungen viel früher zu machen. Bei familiärem Darmkrebs bedeutet das, man müsste 10 Jahre vor der Ersterkrankung des Familienmitglieds eine Darmspiegelung, Koloskopie, machen.

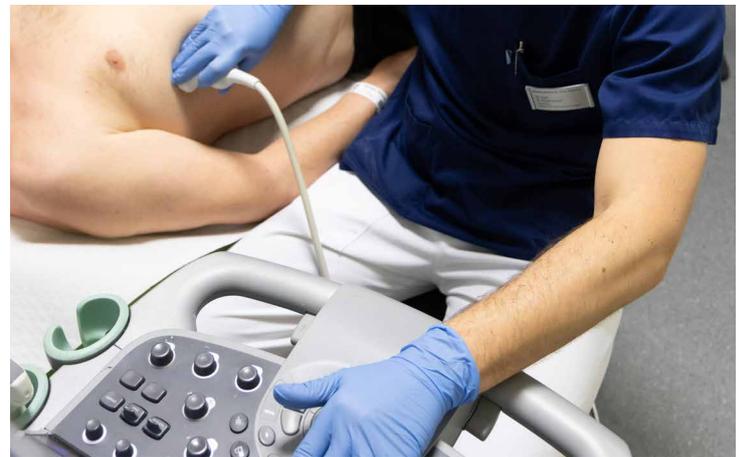


**Gibt es unterschiedliche Herangehensweisen bei Männern und Frauen? Herzprobleme machen sich ja bei Frauen auch anders bemerkbar?**

Wir sind stetig dabei, das Check-Up-Programm weiter zu entwickeln. Und natürlich braucht man geschlechtsspezifische Module – bspw. zur Früherkennung von Osteoporose oder die Bestimmung der Geschlechtshormone bei klimaterischen Beschwerden.

**Gibt es auch Fälle von Patienten, die trotz heftiger Symptome völlig gesund sind?**

Ja, das kommt vor. Es ist selten. Für einen Arzt ist es schwierig, weil man dann immer darüber nachdenkt, ob man etwas übersehen hat.



**Und das Gegenteil?**

Das gibt es häufiger. Viele Patienten merken, dass etwas nicht in Ordnung ist und gehen trotzdem nicht zum Arzt. Das ist leider oft ein großer Fehler.

**Mag man gut vorbereitete Patienten?**

Der moderne Arzt mag autonome Patienten. Als Arzt möchte man gut beraten und mit dem Patienten gemeinsame Entscheidungen bezüglich Diagnostik und Therapie treffen.