

HAMBURGS WELT DER MEDIZIN GESUND HEUTE

Männer mögen es schnell und **einfach**



Prof. Christoph M. Bamberger, Direktor des Medizinischen PräventionsCentrum Hamburg (MPCH) am UKE, erläutert einem Kunden die Untersuchungsergebnisse

Der Vorsorge-Trend setzt sich auch beim starken Geschlecht immer mehr durch – Komplet-Check im MPCH innerhalb von fünf Stunden

Frauen leben im Durchschnitt fünf Jahr länger als Männer, das gehört inzwischen fast schon zum Allgemeinwissen. Nur ein Jahr dieses Frauenvorteils ist genetisch bedingt, die anderen vier Jahre beruhen auf dem nach wie vor ungünstigeren Lebensstil der Männer. Dieser beinhaltet bei vielen Männern auch das konsequente Meiden von Vorsorgeuntersuchungen.

Was aber hält die Männer davon ab, Krankheiten und Risikofaktoren rechtzeitig, also in einem gut behandelbaren Frühstadium bei sich entdecken lassen zu wollen? Prof. Christoph M. Bamberger, Internist, Hormonspezialist und Direktor des Medizinischen PräventionsCentrum Hamburg (MPCH) am UKE, erklärt das so: „Männer werden zu einem Zeitpunkt mit dem Thema Vorsorge konfrontiert, an dem sie schon ihr halbes Leben hinter sich haben. Und so gehen Sie davon aus, dass ihr Körper auch die nächsten 40 Jahre für sich selbst sorgen werde, was ein fataler Fehlschluss ist. Frauen hingegen wachsen durch die regelmäßigen gynäkologischen Untersuchungen mit der Idee auf, regelmäßige Arztgänge für einen normalen Bestandteil ihres Lebens zu halten.“

Das Konzept des MPCH wurde von Anfang an auf diese „Fast and Easy-Mentalität“ der Männer ausgerichtet. Und so ist auch zu erklären, dass bei den über 10.000 Check-up-Unter-

suchungen, die das MPCH bisher durchgeführt hat, der Anteil der Männer sogar leicht überwog. Viele dieser Männer sind zuvor noch nie zur Vorsorge gegangen, weil es ihnen schlicht und einfach zu umständlich war.

Gerade bei Führungskräften spielt der Zeitfaktor eine große Rolle, sie wollen nicht mehrere Termine bei verschiedenen Fachärzten machen und so mehrere Arbeitstage verlieren. Männer mögen es schnell und einfach.

Im MPCH können Männer (genau wie Frauen natürlich auch) innerhalb von fünf Stunden in gehobenem Ambiente einen kompletten medizinischen Check-up durchführen lassen.

Dieser Komplet-Check beinhaltet unter anderem einen umfangreichen Laborstatus, einschließlich Hormonbestimmung (Testosteron, DHEA und Schilddrüse) und Messung des PSA-Wertes, Ultraschall-Untersuchungen der Schilddrüse, der Halsschlagadern, des Herzens und der Bauch- und Beckenorgane inklusive der Prostata, eine röntgenstrahlenfreie Ganzkörper-MRT einschließlich virtueller Darmspiegelung, einen dermatologischen Check sowie eine eingehende Überprüfung der Herz- und Lungenfunktion.

Zahlreiche Extraleistungen wie Augen-Check, neurologi-

sche Untersuchung, Stress-test oder Alzheimerfrüherkennung-Diagnostik sind hinzuwählbar und werden ebenfalls am gleichen Tag durchgeführt.

Basierend auf den Ergebnissen erfolgt nach den Untersuchungen eine gezielte Beratung zu den Themen Sexualität und Lebensstiloptimierung. Dieses kann im Einzelfall auch eine gezielte Hormonsubstitution beinhalten.

Dabei spielen aber natürlich auch Ernährung und Gewichtskontrolle eine wesentliche Rolle. In diesem Bereich hat das MPCH soeben ein langfristig angelegtes Gewichtsmanagement-Programm aufgelegt, sein Name: MPCH Shape. Und da es weniger als zehn Prozent der Männer gelingt, sich über die Ernährung ausreichend mit Vitaminen und Spurenelementen zu versorgen, kann an dieser Stelle gezielt mit den hochwertigen

Schneller und umfassender Gesundheitsstatus

Nahrungsergänzungsmitteln von „HUMANICON – Prof. Bamberger Nutrition“ substituiert werden.

MPCH-Direktor Prof. Bamberger: „Vielen Männern werden an einem solchen Check-up-Tag zum ersten Mal in ihrem Leben die Augen geöffnet, was sie alles gesundheitlich für sich tun können. Und eine Gesundheitsmaßnahme, die sich positiv auf die allgemeine und sexuelle Leistungsfähigkeit auswirkt, kommt meist recht gut an.“

> www.mpch.de
> www.humanicon.de



Dr. Oliver Meyer-Walters mit Narkoseärztin und Mitarbeiterin. Der Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie betreibt eine eigene Praxisklinik an der Rothenbaumchaussee

Höchste Qualität bei Implantaten für die Brust

Brustkorrekturen gehören zu den am häufigsten durchgeführten Schönheitsoperationen, allein in Deutschland sind es schätzungsweise 20.000 jährlich. In den meisten Fällen wünschen Frauen sich eine Vergrößerung ihres Busens. Jedoch: Seit dem Skandal um schadhafte Brustimplantate sind Patientinnen vorsichtiger und zurückhaltender geworden.

„Für eine auch langfristig sichere und gelungene Brustvergrößerung sind mehrere Faktoren von entscheidender Bedeutung“, erläutert dazu Dr. Oliver Meyer-Walters, Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie mit eigener Praxisklinik in Hamburg-Rothenbaum. „Bei den Implantaten ist auf höchste Qualitätsstandards zu achten. Für die bestmögliche Sicherheit verwenden wir seit inzwischen mehr als eineinhalb Jahrzehnten die Top-Serie Natrelle der Firma Allergan. Und wir verzeichnen mit diesen Premium-Implantaten ausnahmslos sehr gute Resultate.“

Positiv bei Brustvergrößerungen mit Implantaten sei überdies, so der erfahrene Facharzt weiter, dass die Fortschritte bei der Entwicklung von Brustimplantaten dazu geführt hätten, dass der früher empfohlene regelmäßige Austausch nach zehn bis

„Sicher sehr gute Resultate“

15 Jahren heute grundsätzlich nicht mehr erforderlich sei.

Der Weg zu einem optimalen Operationsergebnis beginnt nach Ansicht des Experten bei der Wahl des richtigen Arztes und einer eingehenden Beratung im Hinblick auf das passende Implantat und die geeignetste Operationsmethode.

„Denn plastisch-ästhetische Chirurgie ist präzise, exakte manuelle Arbeit. Das operative Geschick des Operateurs, seine Erfahrung und sein Empfinden für die Ästhetik der Proportionen bestimmen

letztendlich das Resultat. Schließlich soll der neue Busen harmonisch zum Körper passen und den Vorstellungen der Patientin entsprechen“, so Dr. Meyer-Walters.

Für alle Brust-Korrekturen gibt es unterschiedliche Methoden. „Wir legen uns nicht auf eine bestimmte Methode fest, die dann standardmäßig praktiziert wird, sondern orientieren uns immer am Einzelfall“, erklärt Dr. Meyer-Walters. „Unter bestimmten Bedingungen und auf Wunsch der Patientin lässt sich ein Brustaufbau auch durch die Transplantation von Eigenfett erreichen.“

Dazu werden Fettzellen an einer anderen Körperregion abgesaugt, speziell aufbereitet und dann in die Brust eingespritzt. Dr. Meyer-Walters: „Die Zielsetzung und die erreichbaren Ergebnisse müssen allerdings im Vorwege sehr genau zwischen Operateur und Patient abgesprochen werden.“

> www.plastischer-chirurg-hamburg.de

Hautkrankheiten frühzeitig erkennen und schonend behandeln

Der Wunsch nach einer möglichst hohen, diagnostischen Genauigkeit bei der nicht-invasiven Beurteilung von Hauttumoren führte in jüngster Vergangenheit zur Entwicklung neuer, bildgebender Untersuchungsverfahren.

Eine inzwischen weltweit etablierte, innovative Technologie ist in diesem Zusammenhang vor allem die konfokale Laserscanmikroskopie (KLSM), welche es dem Arzt erstmals ermöglicht, völlig narbenfrei und schmerzlos in die feingeweblichen Strukturen der Haut hineinzusehen. Dieses besondere Gerät, das sogenannte Vivascope, liefert horizontale Schichtaufnahmen der Haut in Echtzeit und zellulärer Auflösung – ganz ähnlich dem Grundprinzip des Ultraschalls.

Dr. Ulrike Hiss, Dermatologin im Haut- und Laserzentrum Neuer Jungfernstieg, hat sich seit mehr als 15 Jahren auf Hautkrebsprävention- und diagnostik spezialisiert und setzt dieses moderne Verfahren bereits seit längerer Zeit als bisher einzige Ärztin in Hamburg ein: „Insbesondere die Spezifität, also die korrekte Identifizierung der gutartigen Nävi unter einer Vielzahl atypischer melanozytärer Läsionen, wurde durch

die KLSM enorm gesteigert. Im klinischen Alltag führt dieses Ergebnis zu einer reduzierten Anzahl chirurgischer Exzisionen bei gleichzeitig erhaltener hoher Sensitivität für die Diagnose des bösartigen Melanoms.“

Die steigende Anzahl an Publikationen zur Diagnostik von malignen und benignen Hauttumoren mittels Laserscanmikroskopie belegt dabei eindrucksvoll die hohe Übereinstimmung mit der klassischen Histologie, so dass von der nicht-invasiven Entnahme einer optischen Biopsie gesprochen werden kann.



Dr. Ulrike Hiss, Fachärztin für Dermatologie, leitet das Haut- und Laserzentrum Neuer Jungfernstieg

Somit können mit dem Vivascope nicht nur dysplastische Veränderungen von Muttermalen rechtzeitig erkannt, sondern auch andere häufige epidermale Neoplasien wie beispielsweise die so genannten Aktinischen Präkanzerosen ohne Schnitt und Narbe festgestellt und in ihrer Eindringtiefe analysiert werden. „Man erkennt die betroffenen, stark sonnegeschädigten Hautregionen meist an flächigen Rötungen mit nicht abheilender Schuppung“, erklärt Dr. Hiss. „Sie gelten als Vorstufen von invasiven Plattenepithelkarzinom und sollten daher möglichst frühzeitig therapiert werden.“

Da die Aktinischen Keratosen die schützende Basalmembran zur Unterhaut noch nicht durchdrungen haben, ist in diesem Stadium auch keine operative Entfernung notwendig, sodass Dr. Hiss die Lichtschäden mit dem Laser ohne Narbenbildung abtragen kann. Dabei wird lediglich die gestörte Schichtung der Oberhaut präzise und schonend beseitigt, wodurch das Gewebe im nachfolgenden Wundheilungsprozess dann ganz gezielt zur Bildung einer neuen, glatten und vor allem gesunden Epidermis angeregt wird.

> www.haut-und-laserzentrum-hamburg.de

PRAXIS – KLINIK DR. MED. OLIVER MEYER-WALTERS



Terminvereinbarung unter ☎ 040 - 41 91 01 20
Rothenbaumchaussee 22 · 20148 Hamburg
www.plastischer-chirurg-hamburg.de



Bei uns bekommen Sie ein gründliches Check-Up innerhalb von 4-6 Stunden durch das interdisziplinäre Team von erfahrenen und renommierten Ärzten

GESUNDHEITS-CHECK-UP

Anmeldung unter:

Klinikum Stephansplatz
Stephansplatz 3 | D-20354 Hamburg
Telefon: +49(0)40-320 88 31-0
Fax: +49(0)40-320 88 31-30
E-Mail: info@ks-hamburg.de
Ärztlicher Direktor: Dr. med. Ahmadi-Simab



**JETZT BIS 2016
KOSTENLOS
TRAINIEREN –
BIS 31.10.2015 STARTEN!***

SAGEN SIE JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

Vereinbaren Sie am besten noch heute telefonisch Ihren persönlichen Starttermin.

Altona | Tel. (040) 38 28 44
Bergedorf | Tel. (040) 721 11 52
Eimsbüttel | Tel. (040) 357 40 90
Hamburg | Tel. (040) 329 087 30
Poppenbüttel | Tel. (040) 611 640 90
Rahlstedt | Tel. (040) 357 700 140
Winterhude | Tel. (040) 460 76 90

8x in Hamburg | kieser-training.de

* Bei Abschluss einer Mitgliedschaft bis 31.10.2015 trainieren Sie bis zum Beginn des nächsten Jahres kostenlos. Laufzeitbeginn und Beitragszahlung erst ab Januar 2016. Das Angebot gilt nur für Neukunden und ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

KIESER TRAINING

JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER