



Vorsorge

Bewegungsmangel, einseitige Ernährung, zunehmender beruflicher Stress und die Überalterung der Gesellschaft führen zu einem dramatischen Anstieg so genannter „Volkskrankheiten“.

Dazu zählen Erkrankungen wie Adipositas (Übergewicht), Atherosklerose (Arterienverkalkung), **Arthrose**, Diabetes mellitus Typ 2, Herzinsuffizienz (Herzmuskelschwäche), **Osteoporose**, Morbus Alzheimer, Krebs und viele mehr.

Der Volksmund scheint es zu wissen: **Vorbeugung** ist die beste Medizin.

Die **Präventionsmedizin** (Präventivmedizin) ist der Schlüssel zur Gesundheit von Gesunden und Kranken.

Bei der Präventionsmedizin geht es darum, die individuelle **Risikofaktoren** eines Menschen zu erkennen, zu beurteilen und deren Auftreten oder negativen Einfluss zu minimieren.

Zu den Risikofaktoren gehören insbesondere:

- Genetische Prädisposition (familiäre Belastung)
- Lebensstil (Ernährung, Bewegung, Psyche)
- Lebensumstände (Umweltfaktoren)

Um das Auftreten von Risikofaktoren oder deren negative Einflüsse minimieren zu können, nutzt die Präventionsmedizin verschiedene Handlungsfelder.

Dazu gehören Empfehlungen für einen gesunden Lebensstil, Untersuchungen zur Früherkennung von Krankheiten sowie Maßnahmen zur Gesundheitsverbesserung bei bestehenden Erkrankungen.

Präventionsmaßnahmen tragen dazu bei, Erkrankungen zu verhindern oder rechtzeitig zu erkennen. Je früher eine Erkrankung erkannt wird, desto besser sind die Heilungsaussichten.

Bei Erkrankungen kann die Präventionsmedizin den Verlauf günstig beeinflussen, Beschwerden lindern, Folgeerkrankungen vermeiden und **den Therapieerfolg fördern**.

Gerne beraten wir Sie, welche **präventiven Maßnahmen** für Sie optimal geeignet sind.