



Dr. Sven Hauck

## Ein individueller Gesundheits-Check-up überprüft Sie nicht nur auf Herz und Nieren

*An Individual Health Check Up Is More Than Putting Your Body Through Its Paces*

**H**err Dr. Sven Hauck ist Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie. Er studierte in Heidelberg, an der University of California San Francisco, USA sowie an der Tulane University New Orleans, USA. Neben der deutschen Approbation absolvierte er auch die amerikanischen Examina (ECFMG, FLEX). 1989 bis 1992 arbeitete er an der Medizinischen Universitätsklinik Heidelberg und 1993 bis 1998 an der Medizinischen Universitätsklinik Charité in Berlin, wo er ab 1995 oberärztlich tätig war. 1999 ließ sich Herr Dr. Hauck in Nürnberg in eigener Praxis nieder. Er ist Fellow of the European Society of Cardiology, Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie sowie des Bundesverbandes Niedergelassener Kardiologen. Herr Dr. Hauck hat sich neben der internistischen und kardiologischen Diagnostik und Therapie auf Gesundheits-Check-up-Untersuchungen spezialisiert. »feine adressen – finest« hat ihn hierzu näher befragt.

**Der Gesundheits-Check-up wird leider viel zu wenig in Anspruch genommen und Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen oftmals sehr spät erkannt. Herr Dr. Hauck, warum und wann raten Sie zu einer Vorsorgeuntersuchung?**

Nur wer gesund ist, kann für sich und andere Verantwortung übernehmen, im Beruf seine volle Leistung erbringen und das Leben mit all seinen Facetten genießen. Auch wenn keine akuten Beschwerden vorliegen, ist eine frühzeitige Vorsorge und medizinische Beratung vernünftig. So kann im Bedarfsfall eine Weichenstellung erfolgen, die in die Lage versetzt, Gesundheitsrisiken zu minimieren, Schutzfaktoren zu aktivieren und möglicherweise Erkrankungen vor ihrem Ausbruch zu entdecken und abzuwenden. Eine Vorsorgeuntersuchung und medizinische Beratung ist in jedem Alter sinnvoll. Der Vorsorgeumfang und die Auswahl der eingesetzten medizinischen Techniken unterscheidet sich jedoch, je nach Alter, Geschlecht, familiären Risiken und eventuellen Beschwerden.

**Welche Zielgruppen sind besonders gefährdet?**

Besonders gefährdet krank zu werden sind Menschen mit bekannten familiären oder lebensstilbedingten Risikofaktoren. Klassische Risikofaktoren beispielsweise für Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind der hohe Blutdruck, ungünstige Cholesterinwerte, Nikotinkonsum oder eine Zuckerkrankheit. Aber auch Übergewicht, Stress und depressive Verstimmungen stellen Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen dar. Ein gehäuftes Auftreten von Thrombosen oder Krebserkrankungen in der Familie sollte ebenfalls Anlass zur Vorsorge geben. Erfreulicherweise lassen sich aber auch häufig Ängste und Sorgen durch eine Vorsorgeuntersuchung auflösen.

**Wie erfolgt eine Gesundheits-Check-up-Untersuchung?**

Im Zentrum einer Gesundheits-Check-up-Untersuchung steht eine internistisch-kardiologische Komplettuntersuchung, die neben der ausführlichen Erhebung der bisherigen Vorgeschichte und einer kompletten körperlichen Untersuchung eine umfassende Labordiagnostik und modernste Ultraschalltechnik zur Beurteilung der zentralen Organsysteme einsetzt. Da nur eine uneingeschränkte Gefäßversorgung des Herzens und des Gehirns eine optimale Funktion gewährleistet, liegt ein Schwerpunkt auf der gründlichen Untersuchung dieser Organsysteme. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Untersuchung der Schilddrüse, des Bauchraumes und bei Bedarf auch der Gefäße der unteren Extremität. Die Krebsvorsorgeuntersuchungen werden geschlechts- und altersadaptiert durchgeführt. Hier kommen neben den entsprechenden fachärztlichen Untersuchungen moderne bildgebende Verfahren zur Anwendung. Eine enge Kooperation mit Fachärzten anderer Disziplinen ist dabei unerlässlich.

**Welche Techniken werden bei der Gesundheits-Check-up-Untersuchung eingesetzt?**

Eine Philosophie von mir lautet: Nur durch den Einsatz modernster diagnostischer Verfahren kann der Patient optimal am medi-

zistischen Fortschritt partizipieren. Daher werden prinzipiell nur High-End-Geräte neuester Bauart verwendet. Die Untersuchung des Herzens beinhaltet neben der EKG-Diagnostik und der Ultraschalluntersuchung des Herzens in Ruhe auch eine Herzuntersuchung unter Belastung. Hierfür setze ich üblicherweise die Stressechokardiographie ein, die eine überaus genaue Methode zur Untersuchung der Herzdurchblutung darstellt. Bei Bedarf wird diese Methode durch weitere bildgebende Verfahren, wie beispielsweise das Kardio-CT, ergänzt. Bei dieser Methode kann neben der Messung des Kalkgehaltes der Herzerterien auch eine Darstellung der Herzkranzgefäße ohne Herzkatheteruntersuchung erfolgen. Die Untersuchung der gehirnversorgenden Arterien erfolgt außerhalb und innerhalb des Schädels mit Hilfe der farbcodierten Ultraschalldiagnostik. Diese Technik wird auch für die Schilddrüse, für die Beurteilung der Organe des Bauchraumes und für die Gefäßdiagnostik der Beine eingesetzt. Die Beurteilung der Lunge erfolgt neben der Lungenfunktion gegebenenfalls auch durch den Einsatz des Spiral-CTs. Die Untersuchung des Magens und des Darmes erfolgt in der Regel durch eine Endoskopie.

#### Wird die Gesundheits-Check-up-Untersuchung ambulant durchgeführt und welchen Zeitaufwand erfordert sie?

Ein großer Vorteil ist, dass sämtliche Untersuchungen ambulant, ohne großen Zeitaufwand, in entspannter Atmosphäre bei einer verlässlichen Terminplanung ohne Wartezeit durchgeführt werden können. Die Gesundheits-Check-up-Untersuchung kann in der Regel in zwei Stunden durchgeführt werden. Falls erforderlich, können weitere fachärztliche Untersuchungen zeitnah, falls nötig, auch am selben Tag, organisiert werden.



© Foto: Siemens-Pressbild

#### Wie geht es weiter, wenn die Befunde vorliegen?

Ziel ist es, dem Patienten nicht nur Diagnostik, sondern auch Beratung und Behandlung auf höchstem Niveau anzubieten. Die erhobenen Befunde werden in einem persönlichen Endgespräch besprochen und individuell Maßnahmen vorgeschlagen, die der Entstehung von Erkrankungen entgegenwirken. Im Bedarfsfall wird eine Behandlung eingeleitet. Die weitere ärztliche Betreuung erfolgt auf Wunsch auch im Verbund mit anderen Gesundheitsdienstleistern (Ernährungsberater/-in, Krankengymnast/-in, Personal-Trainer/-in). Hierbei steht nicht nur die Vermeidung von Erkrankungen, sondern auch der Erhalt oder die Steigerung der Lebensqualität im Mittelpunkt.

#### Herr Dr. Hauck, was tun Sie selbst um gesund zu bleiben?

Ich jogge regelmäßig, kontrolliere mein Gewicht und versuche, mich ausgewogen zu ernähren. Ich trinke täglich grünen Tee, achte auf genügend Omega-3 Fettsäuren (Fischöle) in meiner Ernährung und trinke hin und wieder ein Glas Rotwein. Ich schlafe ausreichend, versuche mich nicht zu ärgern und freue mich täglich über die schönen Dinge des Lebens.

Infos unter: Tel. 0911.93 36 60, [www.checkuppraxis.de](http://www.checkuppraxis.de)

*Dr. Sven Hauck is a specialist for internal medicine & cardiology, as well as specializing in preventative health checkups. In addition to his German license as a physician, he also has U.S. license-certification (ECFMG, FLEX). »feine adressen – finest« interviewed him.*

#### A preventative health checkup is unfortunately very often ignored or delayed and cardiovascular diseases as well as cancer are often detected too late. Dr. Hauck, why do you recommend a health screening and how is it performed?

*Only someone who is healthy can provide for himself and others, perform strongly and enjoy life to the fullest. Even when there are no acute symptoms, early care and medical advice can minimize health risks as well as discovering possible illnesses before they become active. The cornerstone of a health checkup is taking a medical history followed by a thorough physical examination. ECG and High End Ultrasound techniques provide insight into the morphology and performance of the heart, the arteries to the brain, the thyroid gland & the abdominal organs. Laboratory tests will add further information regarding the integrity of the vital parts. With stressä-echocardiography, a combination of an ultrasound of the heart and an exercise-ECG, the perfusion of the heart can be tested with a very high diagnostic accuracy. If necessary a Cardio-CT will be performed to visualize the coronary arteries non-invasively. Endoscopy is the method of choice for investigation of the stomach and the bowel. The health checkup can be performed as an outpatient, with no waiting time, on a reliable time schedule. \_\_\_\_\_*