

Anti-Aging

Dem Burn-Out vorbeugen

Augentest einmal anders: In welcher Nah-Distanz sieht Isabelle von Siebenthal noch scharf?



Burn-Out-Syndrom, Herzinfarkt, Schlaganfall, Müdigkeit, Erschöpfungszustände - Begriffe, mit denen wir täglich konfrontiert werden. Wenn solche Ereignisse auftreten, ist es für effektive Behandlungen manchmal zu spät oder sie sind sehr aufwändig. Die Anti-Aging-Sprechstunde bei der Artemedic in Olten bietet die Möglichkeit einer sinnvollen Prävention. Auch für junge Leute.

Der Mensch wird im Alltag immer mehr gefordert. Entsprechend oft sind bereits junge Menschen vom Burn-Out-Syndrom oder gesundheitlichen Problemen betroffen. Wenn die Symptome einmal auftreten, ist es aufwändig, sie wieder in den Griff zu bekommen. Umso wichtiger ist eine frühzeitige Prävention. In den USA wird diese Vorbeugung schon seit geraumer Zeit mittels der sogenannten Anti-Aging-Medizin durchgeführt. In der Schweiz wird die Therapie seit neuestem von der Artemedic in Olten angeboten.

Was ist Anti-Aging?

Die etablierte klassische Medizin behandelt vorwiegend Erkrankungen, die entweder akut entstanden sind oder nach schleichender Entwicklung mit zunehmendem Alter plötzlich Beschwerden bereiten. Er-

gänzend zur klassischen wirkt die Anti-Age-Medizin präventiv. Ziel ist es, die Beschwerden gar nicht erst aufkommen zu lassen. Mittels medizinisch begründeter Massnahmen kann Anti-Aging frühzeitig das Entstehen alterstypischer Erkrankungen wie Burn-Out, Herzinfarkt, Osteoporose, Demenz oder Krebserkrankungen verhindern oder zumindest abschwächen. Langfristig wird so eine Verzögerung des Alterungsprozesses bewirkt. Im Idealfall handelt es sich beim Anti-Aging um eine Präventivmedizin, es hilft aber auch da, wo die Alterungsprozesse schon fortgeschritten sind. Dr. med. Sascha Dunst, Plastischer Chirurg und zertifizierter Anti-Aging-Arzt in der Artemedic in Olten, erklärt den genauen Vorgang: „Heute ist es möglich, eine Vielzahl von Werten zu messen, die eine gewisse objektive Aussagekraft über die individuelle Vitalität haben.“ Anhand der gemessenen Werte kann der Anti-Aging-Arzt das sogenannte biologische Alter bestimmen. In vielen Fällen weicht dieses ab vom chronologischen Alter, also wie viele Jahre seit der Geburt vergangen sind. «Die wichtigsten Erkenntnisse ergeben sich aus den Körpersystemen, in denen die grössten Negativ-Abweichungen vom alterstypischen Normalbefund zu verzeichnen sind», sagt Dr. med. Dunst. Anhand der Messergebnisse sieht der Arzt, wo Handlungsbedarf besteht. Hier können gezielt die wichtigsten Möglichkeiten der Anti-Aging-Medizin eingesetzt werden. In einem beratenden Gespräch informiert der Arzt den Patienten, welche Massnahmen sinnvoll sind. Beispiele für

solche Massnahmen sind Lifestyle-Veränderungen etwa bei der Ernährung oder körperlichen Aktivität, Zuführung von Vitalstoffen wie zum Beispiel Vitamine in optimalen Mengen, oder Hormonersatz bei erniedrigten Hormonwerten. «Durch diese Massnahmen ist es möglich, altersbezogene Veränderungen sehr früh zu normalisieren und ihnen vorzubeugen», wie Dr. med. Sascha Dunst informiert. «Dies führt zu einer höheren Lebensqualität im Alter, sowie einer verlängerten Lebenserwartung.»

Gesund bleiben

Kurz: Anti-Aging kann jedem helfen, der sich langfristige Gesundheit wünscht. Wer glaubt, Anti-Aging sei erst für Personen ab 50, irrt. Je früher man sich untersuchen lässt, desto besser ist die Präventivwirkung. Vor allem für Manager und Personen aus dem Business-Bereich, die häufig Stress ausgesetzt sind, ist dieses Thema interessant.

In der Schweiz empfiehlt sich eine Anti-Aging-Behandlung in der Artemedic in Olten. Mit Dr. med. Sascha Dunst arbeitet ein ausgewiesener und kompetenter Facharzt in der Klinik, der die gemessenen Werte richtig zu interpretieren weiss und die richtigen Präventionsmassnahmen kennt. Durch ein ausführliches Vorgespräch werden dem Interessierten alle offenen Fragen beantwortet. Was die Kosten einer Anti-Aging-Sprechstunde anbelangt, spricht Dr. med. Sascha Dunst je nach Umfang der Diagnostik von maximal 3000 Franken. Langfristig lohnt sich eine Behandlung aber in jedem Fall.

Isabelle von Siebenthal und Hans Schenker haben die Anti-Aging-Sprechstunde in der Artemedic getestet

Diese Behandlung weckt auch bei der Fernsehprominenz Interesse. Die beiden „Lüthi & Blanc“-Stars Isabelle von Siebenthal und Hans Schenker liessen ihr biologisches Alter testen. Auch ihnen ist es wichtig zu wissen, wo sie stehen und wie sie gesund bleiben können. Verständlich, ist das Ehepaar immer aktiv: Im Moment laufen wieder die Dreharbeiten für die Schoggi-Soap und Schenker brilliert in Molières Komödie „Der Geizige“ im Stadttheater Luzern.

BEAUTY-STAR: Wie sind Sie auf diese Behandlungsmethode gekommen?
Hans Schenker: Wir haben zufällig mal Dr. Dunst kennengelernt und er hat uns von dieser Behandlungsmethode erzählt. Das tonte doch sehr spannend und wir wollten es unbedingt ausprobieren.

Was hatten Sie für einen Eindruck von den vielen Tests, die sie zur Erzielung einer Diagnose machen mussten?
HANS SCHENKER: Das ganze wurde ja von Amerikanern entwickelt. Die Tests sind eher aussergewöhnlich. Z.B. wie lange kann ich auf einem Bein stehen, oder es gilt eine bestimmte Duftrichtung herauszufinden. Was mir gefällt ist, dass es nicht so klinisch ist, ich bin hier viel relaxter als in einer „normalen“ Arztklinik. Wohl dank dieser Atmosphäre hatte ich einen

viel tieferen Blutdruck als jeweils beim Arzt.

ISABELLE VON SIEBENTHAL: Es wurde schon etwas viel Blut abgenommen. Aber das muss wohl sein für die vielen Tests. Ich bin ja so gespannt auf das Resultat.
Was versprechen Sie sich davon?
ISABELLE VON SIEBENTHAL: Wir leben schon ziemlich bewusst. Wir hoffen auf einen Tip, wie wir noch so lange wie möglich in diesem Zustand bleiben können.

2 Wochen später liegt das Resultat vor.

Und, wie sind Sie mit dem Resultat zufrieden?

ISABELLE VON SIEBENTHAL: Ich bin sehr zufrieden mit dem Resultat. Obwohl ich recht bewusst lebe und einiges für die Gesundheit tue, hätte ich nicht erwartet so gut abzuschneiden.

HANS SCHENKER: „Jein“, mein biologisches Alter liegt zwar unter dem chronologischen, wirklichen Alter, aber ich bin eigentlich davon ausgegangen, dass es bei 35 Jahren liegt, weil ich mich ja auch so fühle und das ist dann doch nicht der Fall. Nein, Scherz beiseite, ich bin zufrieden!
Wie geht es nun weiter?

Dr. med. Sascha Dunst im Gespräch mit Hans Schenker und Isabelle von Siebenthal: «Viele Faktoren müssen berücksichtigt werden. Die Messung der verschiedenen Werte werden mit den Patienten besprochen»



Die Bluttests sind ein wesentlicher Bestandteil der Anti-Aging-Diagnostik



ISABELLE VON SIEBENTHAL: Ich habe unter anderem eine ausgeprägte Handkraftschwäche, das werde ich trainieren, und auch sonst die Vorschläge von Dr. Dunst zu beherzigen versuchen.

HANS SCHENKER: Wer A sagt muss auch B sagen! Nach einem weiteren Gespräch mit Dr. Dunst werde ich mich selbstverständlich an das halten, was er mir zur gesundheitlichen Vorsorge rät.

Was hat Sie überrascht?
HANS SCHENKER: Ich glaubte mich recht gesund zu ernähren und hätte nie gedacht, dass ich einen Zink-Mangel haben könnte.

Können Sie diese Behandlungsmethode empfehlen?

ISABELLE VON SIEBENTHAL: Ich finde das Prinzip „Vorbeugen statt Heilen“ sehr interessant. Natürlich ist es keine Garantie für langes glückliches Leben, denn es gibt auch noch Faktoren, die nicht berücksichtigt werden können in solchen Tests.

HANS SCHENKER: Diese Methode kann helfen bewusster zu leben und da vorzubeugen, wo es möglich ist. Es ist interessant, informativ und zum Teil spielerisch.



Wie wach ist der Geist? Knifflige Aufgaben gehören ebenso zur genauen Erueierung des Alters.