

# Manager-Check-up

MfM im Gespräch mit Dr. med. Joachim Sauter



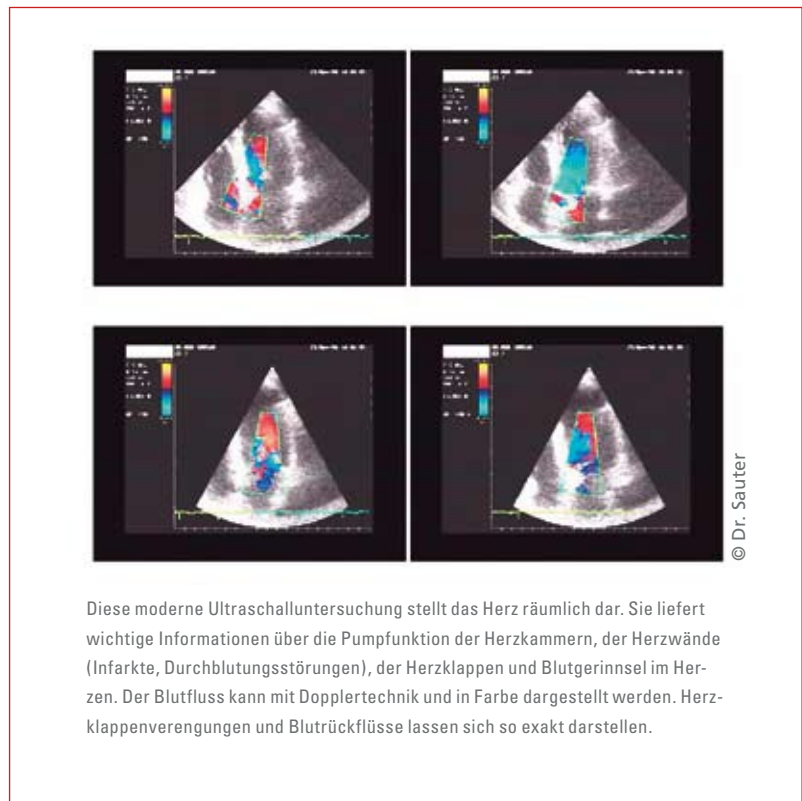
**Dr. med. Joachim Sauter** absolvierte sein Studium der Humanmedizin in Saarbrücken. Nach seiner Ausbildung zum Facharzt für Innere Medizin am Kreiskrankenhaus Biberach ließ er sich 1994 mit seiner eigenen Praxis in Wangen im Allgäu nieder. Dort arbeitet er zusammen mit seiner Frau, Dr. med. Anke Sauter, Fachärztin für Allgemeinmedizin.

Wer auf Dauer Leistung bringen möchte, sollte seinen Körper regelmäßig präventiv untersuchen lassen. **Dr. med. Joachim Sauter**, Facharzt für Innere Medizin aus **Wangen im Allgäu**, der seit Jahren Manager-Check-ups durchführt, erklärt für die MfM-Leser, wie Kalkablagerungen in den Blutgefäßen sowie Darmerkrankungen mittels moderner Diagnosemethoden erkannt werden können.

**MfM:** Herr Dr. Sauter, wie kommt es, dass von vielen Ärzten eine Untersuchung speziell für Führungskräfte angeboten wird?  
**Dr. Sauter:** Besonders für beruflich stark eingebundene Menschen ist es wichtig, neben den täglichen Verpflichtungen an die eigene Gesundheit zu denken. Zwar leben Führungskräfte entgegen der gängigen Meinung gesünder als die Allgemeinbevölkerung, medizinische Untersuchungen zur Früherkennung werden von ihnen allerdings gerne gemieden. Dies liegt an der aufwendigen Termi-

**Durch die Farbduplex-Ultraschall-Untersuchung der Halsschlagader erkennt der behandelnde Arzt bereits bestehende Kalkablagerungen sowie eine beginnende Verdickung der Gefäßwände.**

nierung bei vielen Ärzten, unter anderem aber auch an langen Wegen und an Wartezeiten zwischen den Untersuchungen. Einen weiteren Hinderungsgrund stellt natürlich auch die unangenehme Konfrontation mit dem Thema Krankheit dar. Durch Vorsorgeuntersuchungen lassen sich jedoch Krankheitsrisiken und Störungen feststellen, bevor sich daraus chronische Erkrankungen entwickeln.



Diese moderne Ultraschalluntersuchung stellt das Herz räumlich dar. Sie liefert wichtige Informationen über die Pumpfunktion der Herzkammern, der Herzwände (Infarkte, Durchblutungsstörungen), der Herzklappen und Blutgerinnsel im Herzen. Der Blutfluss kann mit Dopplertechnik und in Farbe dargestellt werden. Herzklappenverengungen und Blutrückflüsse lassen sich so exakt darstellen.

Für diese Untersuchungen ist es nicht notwendig, einen oder sogar mehrere Arbeitstage zu opfern, sie können vielmehr innerhalb eines Vormittags durchgeführt werden.

**MfM:** Welche Untersuchungen umfasst der Manager-Check-up?

**Dr. Sauter:** Der Check-up sollte strukturiert, aber gleichzeitig auch individuell

zusammengestellt sein. Deshalb umfasst er zunächst ein ausführliches Gespräch mit dem Patienten, bei dem der derzeitige Gesundheitszustand, die Vorerkrankungen sowie familiäre und persönliche Vorbelastungen ermittelt werden. Nach einer eingehenden internistischen Untersuchung werden Labortests durchgeführt, welche alle relevanten Blut- und Urinparameter beinhalten. Durch ein

Belastungs-EKG auf dem Fahrradergometer werden die Leistungsfähigkeit des Herzens und das Blutdruckverhalten überprüft. Zeitgleich erfolgt eine Laktatmessung zur Bestimmung des optimalen Trainingspulses, danach eine Lungenfunktionsprüfung und eine Farbduplex-Ultraschalluntersuchung. Außerdem wird eine Sonographie der Halsschlagader, der Schilddrüse und der Bauchorgane durchgeführt.

**MfM:** Was genau ist eine Farbduplex-Ultraschalluntersuchung?

**Dr. Sauter:** Bei dieser Untersuchung wird der Blutfluss in den Organen farblich dargestellt. So können die Kontraktionskraft und der Herzklappenapparat mit möglichen Herzklappenfehlern sowie Verengungen oder Verschlüssen der Blutgefäße beurteilt werden. Durch die Farbduplex-Ultraschalluntersuchung der Halsschlagader erkennt der behandelnde Arzt bereits bestehende Kalkablagerungen sowie eine beginnende Verdickung der Gefäßwände. Diese kann ein Zeichen für eine einsetzende Gefäßschädigung sein und somit ein Kriterium zur Behandlungsbedürftigkeit einer Fettstoffwechselstörung zur Prophylaxe von Herzinfarkt und Schlaganfall.

Durch eine zusammenfassende Beurteilung der Untersuchungen lassen sich der Gesundheitszustand des Patienten, die körperliche Leistungsfähigkeit und mögliche Krankheitsrisiken ermitteln. Letztere können auch anhand der Funktion des Herzgefäßsystems, des Stoffwechsels und der inneren Organe festgestellt werden. Liegen Anzeichen einer Krankheit vor, wird über eine weiterführende Diagnostik und Therapie beraten.

**MfM:** Welche Risiken können durch den Check-up festgestellt werden?

**Dr. Sauter:** In unserer Gesellschaft treten häufig Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf, besonders Herzinfarkt und Schlaganfall. Dazu können bekannte Risikofaktoren wie Rauchen, Bewegungsmangel, Übergewicht, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen und natürlich Stress genannt werden. Je mehr Risikofaktoren auf den Patienten zutreffen, desto höher



© Zsolt Nyulaszi, www.shutterstock.com

ist die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung. Deshalb ist es natürlich besonders wichtig, diese Risikofaktoren herauszufinden und eine gezielte Therapiestrategie zu entwickeln.

Für die Erkennung der genannten Risikofaktoren bietet der Check-up auf jeden Fall sehr gute Möglichkeiten, allerdings keine absolute Sicherheit.

**MfM:** Ein immer wieder auftretendes Thema ist die Erkrankung an Krebs. Welche Vorsorgeuntersuchungen beinhaltet der Check-up für diesen Bereich?

voraus, weshalb sie an einem separaten Termin durchgeführt werden sollte.

Die Untersuchung erfolgt in der Regel unter einer Sedierung. Das Endoskop, an dessen Ende ein Videochip befestigt ist, wird in den Darm eingeführt, die Bilder werden auf einen Monitor übertragen. Als potenzielle Vorstufen von Darmkrebs gelten Polypen, die mit einer Elektroschlinge abgetragen werden. Das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, wird dadurch gemindert, weshalb die Koloskopie heute die sicherste Methode zur Darmkrebsvorsorge ist. Menschen ab

Bei der „virtuellen Koloskopie“ wird der Darm mithilfe von Kernspin (MRT) oder Computertomographie (CT) untersucht. Während sich der Kernspin aufgrund technischer Mängel in diesem Bereich noch nicht durchsetzen konnte, stellt die Computertomographie eine gute Untersuchungsmöglichkeit dar. Allerdings darf nicht außer Acht gelassen werden, dass sich der Patient bei dieser Untersuchung einer Strahlenbelastung aussetzen muss. Aufgrund der dabei meist schwierigen Unterscheidung von Stuhlresten und Polypen und einer eher geringen



© Leonid Shcheglov, www.shutterstock.com

**Dr. Sauter:** Zur Prävention von Krebs sind weiterführende Untersuchungen notwendig, die ebenfalls Bestandteil des Check-ups sind.

Für Männer ab 40 ist dabei besonders die Prostatakrebsvorsorge zu nennen. Sie beinhaltet die Bestimmung des PSA-Wertes im Blut und eine digitale Tastuntersuchung.

Sowohl Frauen als auch Männer erkranken besonders häufig an Dickdarmkrebs, weshalb die Darmkrebsvorsorge sehr wichtig ist. Rechtzeitig erkannt, handelt es sich dabei um die einzige Krebsart, die durch Früherkennung beinahe sicher verhindert oder geheilt werden kann.

Eine besondere Bedeutung kommt dabei der Koloskopie zu. Sie dient der Erfassung chronisch entzündlicher Veränderungen, polypöser und tumorverdächtiger Darmerkrankungen. Ihr gehen Abführmaßnahmen zur Darmreinigung

dem 50. Lebensjahr sollten sich dieser Untersuchung alle fünf bis zehn Jahre unterziehen, bei familiären Darmkrebsrisiken sogar deutlich früher und im Abstand von etwa zwei Jahren.

**MfM:** Gibt es noch weitere Möglichkeiten der Darmkrebsfrüherkennung?

**Dr. Sauter:** Eine bereits seit vielen Jahren durchgeführte Methode ist der sogenannte Stuhlbrieftest, der allerdings nicht mit dem Erfolg der Koloskopie vergleichbar ist. Als weitere Möglichkeiten sind „Kapseln“ bekannt, die nach dem Schlucken ungesteuert Bilder aus dem Darm schicken. Dies ist eine Möglichkeit zur Untersuchung des Dünndarms, allerdings nicht des Dickdarms, da dieser einen größeren Durchmesser hat, wodurch sich die Kapsel unkontrolliert bewegen kann. Dadurch ist keine vollständige Betrachtung möglich.

gen Möglichkeit zur Erkennung kleinerer Polypen schließt sich an diese Untersuchung meist noch eine Videokoloskopie an, um eine sichere Diagnose stellen zu können.

**MfM:** Wie wird der Patient über die Ergebnisse des Check-ups informiert?

**Dr. Sauter:** Während die Laboranalysen ein bis zwei Tage benötigen, können die in der Praxis durchgeführten Untersuchungen gleich im Anschluss an die Untersuchungen besprochen und mögliche Fragen beantwortet werden. Der Patient erhält außerdem einen allumfassenden schriftlichen Bericht.

Und selbstverständlich stehe ich dem Patienten gerne auch über den Check-up hinaus für weiterführende Fragen und Therapien zur Verfügung.

*Wir danken Herrn Dr. med. Joachim Sauter für dieses Gespräch.* ■