

INVESTMENT LEBENSZEIT



Hören Sie auf, den biologischen Verfall als Schicksal zu akzeptieren – die Ära der **zellulären Selbstermächtigung** hat begonnen. Moderne **High-End-Diagnostik** ist kein bloßes Risk-Management mehr, sondern radikales **Life-Engineering** mit den Methoden von morgen.

Von Kitty Pohl

Vergessen Sie das obligatorische Blutdruckmessen und das Standard-Blutbild – das ist medizinische Verwaltung von gestern.

Wer heute wissen will, wie es wirklich um ihn steht, blickt tiefer. Wir verabschieden uns von der bloßen Abwesenheit von Krankheit und definieren ein neues Ziel: die Maximierung der „Healthspan“. Es geht nicht mehr darum, irgendwie 90 zu werden, sondern mit 80 noch die Energie eines 40-Jährigen zu haben – geistig klar, körperlich kraftvoll und ohne das bittere Ende in der Gebrechlichkeit. Willkommen in der Ära des Check-ups 2.0! Hier wird der Körper nicht mehr erst repariert, wenn er streikt. Er wird optimiert, bevor der erste Verschleiß überhaupt spürbar wird.

High-Speed-Diagnostik

Diese neue Form der Diagnostik erfordert Logistik und Expertise auf höchstem Niveau. Ein Paradebeispiel für diese Präzision ist die Klinik am Frankfurter Flughafen. Bei ias Prevent im Main Airport Center (MAC) ist der Check-up zwar auf die Taktung internationaler Entscheider zugeschnitten, hat sich aber längst als erste Adresse für Frankfurter etabliert, die kompromisslose Effizienz suchen. Das Prinzip: Während draußen auf dem Vorfeld Jets für den Weiterflug vorbereitet werden, durchläuft der Patient eine Diagnostik, die kardiologische Schärfe und Stressprofile ohne jeden Zeitverlust bündelt. Hier wird Vorsorge wie ein professionelles Asset Management betrieben: diskret, hochmodern und mit klarem Fokus auf die sofortige Rückkehr in den High-Performance-Alltag – ob im Westend oder in New York.

Digitaler Zwilling

Einen völlig neuen Ansatz verfolgt Kur-Visionär Henning Strauss im Alea Park in Bad Orb. Im Gesundheitszentrum Balnova wird Vorsorge zum ganzheitlichen Erlebnis. Das Programm umfasst eine dreitägige, umfassende Diagnostik über alle fachärztlichen Bereiche hinweg – von Innerer Medizin und Kardiologie bis hin zur Neurologie und Dermatologie. Das Herzstück ist das KI-gestützte Ganzkörper-MRT, das im Zusammenspiel mit dem „Alea House of Medical Experts“ eine lückenlose Bewertung des Gesundheitszustandes ermöglicht.

Für Henning Strauss ist moderne Diagnostik weit mehr als ein privates Investment – sie ist eine Frage der Unternehmenskultur. „Checken, was wirklich zählt – das ist unser Motto im Balnova“, erklärt der Chef des Workwear-Markenführers Engelbert Strauss. Er sieht die Verantwortung moderner Leader heute auch in der Gesundheit der Belegschaft: „Ich bin überzeugt: Das betriebliche Gesundheitsmanage-

Das MRT im Balnova-Zentrum verfügt über eine große Tunnelöffnung und beruhigende Musik- und Videoprojektionen.



Unternehmer Henning Strauss

„Wer heute im Wettbewerb um Talente bestehen will, muss aktiv in die Vitalität seiner Leute investieren.“

HENNING STRAUSS
Unternehmer

ment ist die neue Kur. Wer heute im Wettbewerb um Talente bestehen will, muss aktiv in die Vitalität seiner Leute investieren. Wir gehen als Vorreiter voran und machen High-End-Vorsorge zum festen Benefit für unsere Mitarbeiter.“ Im Gegensatz zum herkömmlichen CT arbeitet dieses Verfahren völlig ohne Strahlenbelastung. Im Balnova wird diese Hightech-Diagnostik in eine regenerative Atmosphäre eingebettet. Während der drei Tage wohnen die Patienten im Alea Resort und nutzen Angebote wie Golf, Tennis oder das Gym. Eine spezialisierte künstliche Intelligenz scannt tausende hochauflösende Schnittbilder in Sekunden, um kleinste Entzündungsherde oder Gewebeveränderungen zu finden, die im frühen Stadium für das menschliche Auge unsichtbar sind. So entsteht ein „digitaler Zwilling“ des Patienten, während Stressmarker wie Cortisol durch das Spa-Ambiente nachhaltig sinken.

Medizinische Detektivarbeit

Wenn Standard-Checks an ihre Grenzen stoßen oder Symptome unklar bleiben, übernimmt die DKD Helios Klinik in Wiesbaden die Rolle der medizinischen Detektive. Was die Mayo-Klinik für die USA ist, ist die DKD für Deutschland: eine Instanz für fachübergreifende Ursachenforschung. Hier arbeiten Spezialisten-Teams Hand in Hand, um komplexe Stoffwechselrätsel zu lösen oder seltene immunologische Profile zu entschlüsseln. Die Klinik ist der Ort für das medizinische „Deep Dive“, das die Daten der modernen Bildgebung mit unerbittlicher Genauigkeit untermauert. ▶



Mit modernen Technologien lässt sich die eigene Biologie strategisch steuern.

Die moderne Prophylaxe nutzt heute Verfahren, die tief in die Zellbiologie blicken. Ein zentrales Thema ist die Autophagie – der körpereigene Prozess zur Reinigung der Zellen von defekten Bestandteilen. Man kann sie sich als zelluläre Müllabfuhr vorstellen, die beschädigte Proteine abbaut und in Energie umwandelt. Spezialisierte Labore können heute messen, wie aktiv diese Reinigung bei einem Patienten noch arbeitet. Neuere Premium-Check-ups kombinieren diese Erkenntnisse oft in einem einzigen Termin: Mit sogenannten 360°-Bluttests und High-End-Verfahren wie der 3D-Light-Field-Camera ist es heute möglich, bei nur einem Arztbesuch über 100 anschleichende Krankheiten aufzudecken. Das Ziel dieser umfassenden Analysen ist es, gesundheitliche Risiken zu neutralisieren, noch bevor Symptome auftreten.

Biologisches Alter

Ergänzt wird diese Bildgebung durch Verfahren, die tief in die Biochemie blicken. Die sogenannte Liquid Biopsy sucht in einer einfachen Blutprobe nach Bruchstücken von Tumor-DNA, um bösartige Prozesse zu erkennen, noch bevor sie in klassischen Bildgebungsverfahren wie dem Ultraschall sichtbar werden. Parallel dazu analysieren epigenetische Tests über die DNA-Methylierung das „biologische Alter“ der Zellen. Dies gibt Aufschluss darüber, wie stark der Organismus durch den bisherigen Lebensstil beansprucht wurde – oft ein präziserer Indikator für die künftige Vitalität als das Geburtsdatum im Pass.

Zelluläre Landkarte

Diesen tiefen Blick in die Biochemie kultiviert auch der Frankfurter Longevity-Experte Dr. med. André-R.

„Wir verhindern das biologische Altern mit harten Daten, bevor Leistungsfähigkeit und Lebensqualität sinken.“

DR. MED. ANDRÉ-R. ROTMANN,
Longevity-Experte



Dr. med. André-R. Rotmann in seiner Frankfurter Praxis

Der Körper wird nicht mehr erst repariert, wenn er streikt. Er wird optimiert, bevor der erste Verschleiß überhaupt spürbar wird.

Rotmann. In seiner Praxis in Sachsenhausen nutzt er integrative Diagnostik als Navigationsinstrument für personalisierte Prävention. „Longevity-Medizin zielt auf die Maximierung der Gesundheitsspanne, nicht nur der Lebenszeit“, erklärt Dr. Rotmann. Er setzt auf sieben Kernanalysen – von Hormonprofilen und Mikronährstoffen bis zur Bestimmung der Zellalterung. „Ob Testosteronrückgang beim Mann oder metabolische Dysregulation bei der Frau: Durch gezielte Bio-hacks lassen sich Vitalitätsverluste und chronische Entzündungen rechtzeitig abwenden. Highendvorsorge sichert damit nicht nur die aktuelle Gesundheit, sondern soll die gesunde Lebensspanne verlängern und somit chronische Erkrankungen vorbeugen. Das Zeitalter der biologischen Selbstbestimmung ist Realität geworden.“

Sensoren am Arm

Der moderne Check-up endet heute nicht mehr an der Praxistür, sondern begleitet den Patienten in seinen Alltag. Über kleine Sensoren am Arm (CGM) wird beispielsweise der Blutzuckerspiegel über mehrere Tage hinweg lückenlos gemessen. Das Ziel: Man sieht in Echtzeit, wie der Körper auf das Steak am Abend, den Wein oder das stressige Meeting reagiert. Da ständige Blutzuckerspitzen wie ein Brandbeschleuniger für Gefäßschäden und vorzeitiges Altern wirken, liefern diese Daten die perfekte Basis für eine maßgeschneiderte Beratung. Zusammen mit Laborwerten, die Hormone und schlechende Entzündungen sichtbar machen, entsteht so ein präzises Gesamtbild, das weit über die klinische Standard-Diagnostik hinausgeht.

Diese Form der Diagnostik markiert den Übergang von der reinen Fehlersuche zur strategischen Steuerung der eigenen Biologie. Wer die Tiefe der eigenen Daten nutzt, überlässt die körperliche Verfassung nicht länger dem Zufall. Es ist der konsequente Wechsel von einer passiven Erwartungshaltung hin zur aktiven Gestaltung der eigenen Vitalität – ein Investment in die wertvollste Ressource überhaupt: gesunde Lebenszeit. High-End-Vorsorge sichert damit nicht nur die Abwesenheit von Verschleiß, sondern die ungedrosselte Leistungsfähigkeit für die kommenden Jahrzehnte. Das Zeitalter der biologischen Selbstbestimmung ist Realität geworden. ■