

# Gesundheitsvorsorge trotz Corona

Die Corona-Pandemie wird unseren Alltag auch in den kommenden Monaten beeinflussen. Viele Patienten sind verunsichert, welche ärztlichen Untersuchungen sie wahrnehmen und welche sie aufschieben sollten. [Prof. Dr. med. Christoph M. Bamberger](#), [Spezialist für Prävention, Vorsorge & Diagnostik](#) sowie Direktor der Conradia Medical Prevention Hamburg, beantwortet die wichtigsten Fragen zur Gesundheitsförderung in Zeiten von COVID-19.

Interview: Susanne Amrhein, PRIMO MEDICO



**Prof. Dr. med. Christoph M. Bamberger**

Direktor und Kaufmännischer Leiter

Prävention, Vorsorge & Diagnostik

Hamburg

**MEHR**

<https://www.primomedico.com/de/artikel/vorsorge-trotz-corona-gesundheitspraevention/>

---

## Was raten Sie Patienten, die sich wegen einer Vorsorgeuntersuchung an Sie wenden?

Prof. Bamberger: „Eine der schlimmsten Folgen der Corona-Krise sind andere Erkrankungen, die aufgrund abgesagter und verschobener Untersuchungen nicht oder zu spät erkannt wurden. Gerade auch im Bereich der Vorsorge ist da in den letzten Monaten einiges ‚liegendeblieben‘. Mein Rat ist es, die Vorsorgeuntersuchungen auch weiterhin regelmäßig wahrzunehmen, aber natürlich nur in Zentren, die ihre Infektionsschutzmaßnahmen optimiert haben.“

## **Welche Vorsichtsmaßnahmen haben Sie innerhalb des Präventionszentrums getroffen?**

Prof. Bamberger: „Wie in jeder medizinischen Institution ist auch bei uns die Einhaltung der geltenden Hygieneregeln, wie regelmäßige Händedesinfektion und das Tragen von Schutzmasken, selbstverständlich. Darüber hinaus testen wir alle unsere Mitarbeiter wöchentlich auf das Corona-Virus. Auch jeder Patient, der zu uns kommt, wird auf unsere Kosten vorab getestet. Der Gesundheits-Check kann nur bei negativem Testergebnis stattfinden. Auf diese Weise erreichen wir einen maximalen Schutz unserer Patienten. Ein Check Up in unserem Hause ist damit sicherer als das Einkaufen im Supermarkt.“



## **Gibt es Untersuchungsmethoden, auf die Sie in Zeiten von Corona möglichst verzichten?**

Prof. Bamberger: „Nein, überhaupt nicht, wir bieten unser Untersuchungsprogramm einschließlich erweitertem Labor mit Hormon- und Vitamin-Status und der Ganzkörper-MRT weiterhin in vollem Umfang an. Zusätzlich messen wir jetzt bei jedem Patienten die Corona-Antikörper, um eine durchgemachte Corona-Infektion nachzuweisen. Sind Antikörper vorhanden, ist nach heutigem Kenntnisstand von einer weitgehenden Immunität gegen das Virus auszugehen.“

## **Viele Menschen sind aufgrund von Corona bemüht, gesund zu bleiben. Inwieweit kann eine Vorsorgeuntersuchung sie dabei unterstützen?**

Prof. Bamberger: „Unsere Untersuchung hilft in der Tat dabei, Risikofaktoren für einen schwereren Verlauf einer Corona-Infektion aufzudecken. Das kann zum Beispiel ein nicht bekannter und daher noch unbehandelter Bluthochdruck sein. Oder eine bisher noch nicht entdeckte Herz- oder Lungenkrankheit. Der Gesundheits-Check hat in diesem Falle zwei wichtige Konsequenzen: Zum einen kann die Erkrankung selbst behandelt werden, was zur Verringerung von langfristigen

Folgeschäden führt. Zum anderen verringert die Früherkennung und Behandlung solcher Erkrankungen auch das Risiko für einen schweren Covid-19-Verlauf.

Viele unserer Patienten wünschen zudem eine Beratung zu ihrer aktuellen Medikation. Hier herrscht häufig große Verunsicherung und die Tendenz zum leichtfertigen Absetzen, gerade auch bei Blutdrucksenkern. Eine solche Entscheidung sollte keiner fällen, ohne vorher einen Arzt konsultiert zu haben.“

### **Haben Sie einen Ratschlag, wie man sein Immunsystem stärken kann, um evtl. eine Covid-19-Erkrankung besser zu überstehen?**

Prof. Bamberger: „Die Antwort auf diese Frage ist so komplex wie das Immunsystem selbst. Gerade was das Immunsystem angeht, sollten wir auf dem goldenen Mittelweg bleiben: Zum einen sollte unsere Immunität stark genug sein, um das Corona-Virus in Schach zu halten. Eine gesunde, Obst- und Gemüse-reiche Ernährung ist in diesem Zusammenhang ebenso zu empfehlen wie die jährliche Gripeschutzimpfung, um das Immunsystem nicht durch eine mögliche Doppelinfektion (Influenza plus Corona) zu belasten. Zum anderen kann aber auch eine zu starke Immunreaktion auf das Virus fatal sein und einen so genannten immunhemmenden KortisonpräZytokinsturm auslösen. So ist es auch zu erklären, dass Dexamethason, ein stark immunhemmendes Kortisonpräparat, bei besonders schweren Covid-19-Verläufen das Sterberisiko absenkt. Wer also zum Beispiel unter einer Autoimmunerkrankung leidet, sollte die immunhemmende medikamentöse Behandlung keinesfalls absetzen, dieses könnte im Falle einer Infektion mit dem Corona-Virus äußerst kontraproduktiv sein.

Eines ist aber auch klar: Es gibt bisher keine das Immunsystem optimierende Maßnahme, die einen verlässlichen Schutz vor Covid-19 bietet. Bis eine Impfung zur Verfügung steht, muss der Infektionsschutz daher absolut im Vordergrund stehen. AHA (Abstand, Hygiene, Alltagsmaske) wird uns also noch einige Zeit begleiten.“