

„Vor Erkrankung ansetzen“

INTERVIEW: Dr. Hans-Heinrich Kolbe hält Vortrag

NEUBURG. Senioren werden immer älter. Wird es aber gelingen, den gewonnenen Jahren die gewünschte Lebensqualität zu geben? Dr. Hans-Heinrich Kolbe aus Karlsruhe, meint: „Ja, es ist möglich, intelligent, gesund und glücklich zu altern“. Der Mediziner beschäftigt sich seit vielen Jahren mit der Präventionsmedizin und ist am Mittwoch, 22. Mai, Gast des Bürgervereins. Arnika Eck sprach mit ihm.

Gesund, intelligent und glücklich älter zu werden, muss das nicht ein schöner Traum bleiben?

Für rund 90 Prozent in unserer Republik bleibt dies wirklich nur ein schöner Traum. Denn der Durchschnittsdeutsche sucht leider erst einen Arzt auf, wenn er krank geworden ist. Die Präventionsmedizin ist leider bei uns noch weitgehend unbekannt. Sie setzt lange vor dem Beginn einer Erkrankung an. Sie ist in der Lage, Krankheiten vorzubeugen oder zu verhindern. In Regionen, in denen diese Methode seit Jahrzehnten praktiziert wird, wie zum Beispiel in Österreich, Kalifornien oder Japan, sind die Chancen, gesund älter zu werden, wesentlich besser.

Was hat Sie bewogen, sich verstärkt mit diesem Bereich der Medizin zu beschäftigen?

Ich hatte vor 15 Jahren das Glück, die europäischen Vorreiter der Präventionsmedizin kennenzulernen und mit ihnen zu arbeiten: Professor Huber in Wien und Professor Kleine-Gunck in Fürth. Der Gedankenaustausch mit diesen Medizinerinnen, der regelmäßige Besuch von Kongressen sowie die positiven, dankbaren Patienten und nicht zuletzt meine Frau puschen mein Interesse für diesen Bereich täglich aufs Neue.

Geben Sie auch den heute 40- bis 60-Jährigen Tipps, wie sie ihr Alter beeinflussen und gestalten können?

Präventionsmedizin ist personalisierte und individualisierte Medizin. Sie

erkennt bei gesunden Menschen Krankheitsrisiken frühzeitig. Dadurch kann man sie beeinflussen, mindern oder eliminieren. Das heißt, sie werden gar nicht krank. In einigen Jahren wird es für Neugeborene ein Screening-Programm geben, das die Risiken aller im Laufe des Lebens eventuell auftretenden Erkrankungen erfasst.

Was ist für Sie an dem Thema so faszinierend?

Nicht mehr nur Reparaturmediziner, sondern individueller Gesundheitscoach meiner Patienten, meiner Familie und mir selbst zu sein. Was gibt es Angenehmeres im Leben, als körperlich und geistig gesund intelligent und glücklich älter zu werden.

INFO

Der Bürgerverein Neuburg lädt ein zum Vortrag „Intelligent, gesund und glücklich altern“ von Dr. Hans-Heinrich Kolbe, Karlsruhe. Termin: Mittwoch, 22. Mai, 18 Uhr, im Bürgerhaus, Neuburg. Eintritt frei



Widmet sich der Präventionsmedizin: Hans-Heinrich Kolbe. FOTO: ECK