

## INTERVIEW

# «Eine Krankheit soll gar nicht erst entstehen»

Den Begriff Wellness kennen die meisten. Doch was ist Medical Wellness? Roland Ballier, Arzt für Allgemeinmedizin, bietet in seiner Praxis dieses noch recht junge Konzept an und erklärt, was sich dahinter verbirgt.

**Sprechstunde: Wie unterscheidet sich Medical Wellness von «normaler» Wellness?**

**Roland Ballier:** Unter dem Begriff Wellness versteht man im Grunde genommen einen persönlichen, individuellen Zustand der Gesundheit und des Wohlbefindens. Die entsprechenden Angebote und Massnahmen wie zum Beispiel Massagen, Sauna, Kosmetik und andere tragen meist zu einer besseren Lebensqualität bei, haben aber nicht unbedingt einen medizinischen Inhalt. Sie sind eher passiv orientiert, das heisst man geht in eine Wellnessoase oder in ein Spa und lässt sich massieren, heisse Steine auflegen oder geniesst ein Dampfbad. Medical-Wellness-Angebote dagegen sind weniger darauf ausgerichtet, sich wohlfühlen, sondern verfolgen vielmehr das Ziel der Prävention. Sie wollen das Entstehen einer Krankheit verhindern.

**Was ist denn der Unterschied zur Prävention, von der in der Medizin immer gesprochen wird?**

In der Medizin wird ja häufig auch dann von Prävention gesprochen, wenn es darum geht, mit bestimmten Tests, zum Beispiel einer Darmspiegelung, eine Krankheit möglichst früh zu erkennen und dann zu behandeln. Medical Wellness setzt eigentlich noch eine Stufe früher ein. Eine Krankheit soll gar nicht erst entstehen können. Medical Wellness erfordert dabei mehr aktives Mitwirken des Einzelnen als normale Wellness. Seriöse Ange-

bote beinhalten auf jeden Fall eine Optimierung des Lebensstils und den kann ja nur jeder selbst beeinflussen und verändern. Das soll aber nicht heissen, dass Medical-Wellness-Angebote grundsätzlich seriöser sind als normale Wellnessangebote. Es gibt in beiden Bereichen seriöse und weniger seriöse Produkte, Konzepte und Anbieter.

**Wie findet der Laie denn ein seriöses Angebot?**

Es ist so, dass weder der Begriff Wellness noch Medical Wellness geschützt ist. Daher kann jeder, der möchte, diese Begriffe nutzen. So kann Medical Wellness auch überall angeboten werden, zum Beispiel von einem Kurhaus, einem Hotel oder von einer Einzelperson. Die Schweizer Gesellschaft für Anti-Aging- und Präventivmedizin (SSAAMP) beschäftigt sich schon seit mehreren Jahren mit dieser Problematik. Die Gesellschaft wurde unter anderem auch gegründet, um der Scharlatanerie in diesem Bereich Einhalt zu gebieten.

**Gibt es Qualitätskriterien für Medical-Wellness-Angebote?**

Die SSAAMP vergibt ein Qualitätssiegel. Dazu müssen bestimmte Unterlagen zu einem Angebot vorliegen und es müssen verschiedene Prüfungen erfolgt sein, bevor die zuständige Kommission der Gesellschaft ihr Einverständnis zur Verwendung des Siegels gibt. Auf der Homepage der SSAAMP sind Informationen für Anbieter von Konzepten oder Produkten zusammengestellt, die das Qualitätssiegel erwerben möchten. Kunden, die sich für ein Angebot interessieren, haben dann anhand des SSAAMP-



Siegels eine Möglichkeit, die Qualität zu beurteilen.

**Was beinhaltet ein Medical-Wellness-Angebot?**

Aus unserer Sicht müssen die Angebote eine medizinische Grundlage haben und auch dem WZW-Kriterium der Krankenkassen entsprechen. Das heisst, sie müssen «wirksam, zweckmässig und wirtschaftlich» sein. Wobei zweckmässig und wirksam eigentlich auf alle Wellnessangebote zutreffen sollte. Medical Wellness muss also Massnahmen beinhalten, mit denen sich bestimmte Risiken für Krankheiten oder erste Anzeichen sich entwickelnder Risiken erkennen lassen. Deshalb umfasst ein Medical-Wellness-Angebot immer diagnostische Untersuchungen wie Laboranalysen von Blut und je nach Fall auch Urin oder Speichel sowie bei Bedarf weitere Massnahmen wie zum Beispiel eine Ultraschalluntersuchung. Das Ziel ist hier, Ursachen für mögliche Erkrankungen so früh wie möglich zu erkennen, etwas dagegen zu unternehmen und nicht nur Symptome einer bereits bestehenden Krankheit zu bekämpfen. Medical Wellness versucht also quasi, durch Gesundheit Krankheit zu verhindern.

**Was geschieht, nachdem die Analysen durchgeführt sind?**

Die Befunde werden erläutert und es wird diskutiert, welche Massnahmen und Empfehlungen sich daraus ergeben. Diese gehen einerseits in Richtung Lifestyle, das heisst Ernährung, Bewegung

und gesundheitsbewusstes, positives Denken. Daneben wird auch abgeklärt, was zusätzlich getan werden kann. So wird dann etwa der Bereich der Mikronährstoffe untersucht, zu dem unter anderem die bekannte Folsäure zählt. Ziel ist, dass jeder möglichst mit allem versorgt ist, was er braucht.

Zu Medical Wellness werden übrigens auch häufig Angebote aus dem Bereich der ästhetischen Chirurgie wie zum Beispiel Fettabsaugen, Botoxinjektionen und Facelifting gezählt. Solche Massnahmen sind ja nicht als lebensverlängernd anzusehen, sondern haben einen äusserlichen, optischen Effekt, der allerdings auch dem allgemeinen Wohlbefinden dienen kann.

**Für die Umsetzung der erwähnten Massnahmen und das «Dranbleiben» ist dann aber jeder selbst verantwortlich?**

Medical Wellness beinhaltet in der Tat ein aktives Mitwirken des Einzelnen. Trotzdem ist in vielen Fällen eine gewisse Motivation erforderlich, damit jemand die Empfehlungen auch konsequent umsetzt. Medical-Wellness-Kunden werden immer begleitet und erhalten nach Wunsch Unterstützung, wenn sich Probleme bei der Umsetzung einstellen.

**Wird Medical Wellness auch von Krankenkassen unterstützt?**

Angebote der Krankenkassen im Bereich der präventiven Massnahmen sind leider sehr stark begrenzt. Das medizinische Angebot, das uns heute zur Verfügung

steht, hat in den letzten Jahren enorm zugenommen. Da fällt es den Kassen schwer, nur schon dieses überhaupt zu finanzieren, geschweige denn auch noch präventive Massnahmen zu unterstützen. Daher müssen leider auch Medical-Wellness-Angebote in der Regel von jedem selbst bezahlt werden. Lediglich bestimmte Laboruntersuchungen werden bei entsprechenden Zusatzversicherungen übernommen. Wir haben festgestellt, dass sich in letzter Zeit häufiger Personen, die kein medizinisches Problem haben, sondern einfach nur sehr gesundheitsbewusst sind, für ein Medical-Wellness-Angebot entscheiden. Und für sie ist es klar und selbstverständlich, dass sie auch für die Kosten selbst verantwortlich sind.

**Herr Ballier, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.**

Das Interview führte Dr. Therese Schwender.



Dr. med. Roland Ballier ist Leitender Arzt der Praxis im Seeblick, Fachkurhaus und Zentrum für Medical Wellness in Berlingen und führt die Salusmed-Praxis im Dolder Grand in Zürich. Er ist Präsident der Swiss Society for Anti-Aging Medicine and Prevention.