
[Home](#) > [Trends](#) > [Gesundheitscoaching](#)

<http://www.harvardbusinessmanager.de/heft/artikel/a-658900.html>

zuletzt aktualisiert: 04. November 2009, 08:49 Uhr

Heft 11/2009: [Peter Drucker](#)

[Artikel drucken](#) | [Fenster schließen](#)

Check-ups

Welche Vorsorge sich auszahlt

Von Anthony L. Komaroff

Die Fülle an Screenings, die Krankheiten aller Art aufspüren sollen, ist schier unendlich. Machen Sie sich nicht verrückt. Wenn Sie den Empfehlungen der Harvard Medical School folgen, sparen Sie und Ihr Arbeitgeber Zeit und Geld.

Es ist sinnvoll, wenn Unternehmen ihre Toptalente schützen. Die Leistungsträger finden oft nicht genügend Zeit, sich mit ihrer Gesundheit zu beschäftigen. Hier kommen speziell auf die Bedürfnisse von Führungskräften zugeschnittene Screenings ins Spiel. Diese ein oder zwei Tage dauernden Untersuchungen dienen der Prävention, fügen sich in volle Managerterminpläne ein und fördern langfristig das Wohlbefinden und die Produktivität der wichtigsten Leistungsträger im Unternehmen.

22 Prozent der in den "Fortune" 500 gelisteten Unternehmen (in diesem Index sind 39 deutsche Firmen vertreten - Anm. d. Red.) boten 2008 spezielle Vorsorgeuntersuchungen für ihre CEOs an. Das geht aus einer Studie der Beratungsfirma Towers Perrin hervor. Diese Pakete umfassen Basis- Check-ups genauso wie Aufenthalte in Luxus-Spas und Hotels. Die Kosten dafür belaufen sich auf 600 bis 3000 Euro. In der Regel zahlt der Arbeitgeber, nicht die Krankenversicherung dafür. Möglicherweise ist das im Verhältnis zum angenommenen Nutzen eine kleine Aufwendung. Tatsächlich halten diese Angebote oft nicht, was sie versprechen.

Derartige Pakete enthalten eine umfangreiche Untersuchung, detaillierte Blutanalysen, Seh- und Hörtests, Checks in Bezug auf Herzkrankheiten, Krebs, Osteoporose und andere chronische Leiden. Die teuersten bieten einen Scan des Herzens oder des gesamten Körpers mithilfe eines Computertomografen (CT). Offenbar hoffen die Arbeitgeber, dass eine Untersuchung, wenn sie nur gründlich und effizient genug ist, verborgene Krankheiten aufspürt, solange sie noch behandelbar sind. Selbst wenn man keine Krankheit findet, wird sich die Führungskraft zumindest umsorgt fühlen. Dennoch bedeutet in der Präventionsmedizin mehr nicht unbedingt besser.

Es gibt nur sehr wenige Screenings, die Krankheiten entdecken, bevor sie zum Problem werden. Eine

unabhängige Kommission von Hausärzten und Präventionsexperten in den USA (US Preventive Services Task Force) prüft Initiativen der Gesundheitsförderung.

Die Kommission empfiehlt, nur einige wenige Vorsorge-untersuchungen durchzuführen, diese aber regelmäßig, am besten jährlich. Dazu gehören Checks in Bezug auf wenig gesundheitsförderliche Verhaltensweisen wie zum Beispiel Rauchen, Alkoholkonsum, schlechte Ernährung und ein Mangel an Bewegung. Regelmäßiges Wiegen, Blutdruckmessen und Cholesterintests sind sinnvoll. Finden die Ärzte ein Problem, können sie dem Patienten vorbeugende Maßnahmen verordnen. Die Kommission unterstützt zum Beispiel niedrige Dosen Aspirin für Erwachsene, die ein erhöhtes Risiko für Herzerkrankungen haben. Oder Medikamente, die die Wirkung von Östrogenen neutralisieren, für Frauen, die ein erhöhtes Risiko haben, an Brustkrebs zu erkranken.

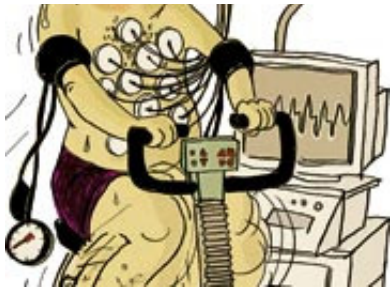
Auch eine Auswahl bildgebender Verfahren gehört zu den Empfehlungen: Ultraschall, um Ausweitungen der Bauchschlagader (abdominales Aortenaneurysma) erkennen zu können (für 65- bis 75-jährige Männer, die immer geraucht haben), Mammografien und Knochendichtemessungen bei Frauen über 65, Darmspiegelungen für Menschen über 50.

Weitere Verfahren empfehlen die Experten nicht, auch wenn diese häufig zu den präventionsmedizinischen Katalogen für Führungskräfte gehören. Zum Beispiel CTs des ganzen Körpers und der Koronararterien. Es gibt sogar führende wissenschaftliche und medizinische Organisationen, die davor warnen, diese Scans als Methode zu nutzen, um Krankheiten zu erkennen. Im ersten Moment denken Sie sicher, dass eine Technik, die eine tief im Körper schlummernde Krankheit aufspürt, ohne dem Patienten ein Haar zu krümmen, auf jeden Fall gut ist. Dennoch: Die Scans kosten viel Geld und ihr Nutzen ist nicht erwiesen. Die meisten Krankenversicherungen (das gilt auch für die gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland - Anm. d. Red.) würden sie in einem präventivmedizinischen Kontext nicht bezahlen.

Darüber hinaus gibt es Risiken. In vielen Fällen liefern die Verfahren "falsch positive" Ergebnisse. Sie bilden zum Beispiel verdächtig aussehende Stellen ab, die sich später als gutartig entpuppen. Dennoch beunruhigt sich der Patient unnötig, und er muss in der Folge weitere Tests absolvieren, die wesentlich invasiver sind. Die Verfahren können auch "falsch negative" Ergebnisse liefern. Es sieht aus, als sei alles in Ordnung, dabei ist der Patient krank. Er wiegt sich in Sicherheit und übersieht frühe Warnsignale seines Körpers. Möglicherweise zeigt ein CT der Herzkranzgefäße, das erst vor kurzer Zeit angefertigt wurde, ein niedriges Risiko für eine Herz-Kreislauf-Krankheit an. Dennoch sollte eine Führungskraft ihrem Arzt von dem Engegefühl in der Brust und der leichten Übelkeit erzählen, die auftritt, wenn sie zehn Minuten auf dem Ergometer gesessen hat. Tut sie es nicht, kann es sie das Leben kosten.



Ein anderes Thema ist die radioaktive Strahlung, der ein Körper im CT ausgesetzt ist. Die Strahlung einer Ganzkörperaufnahme entspricht der



Check-Ups: Die Möglichkeiten sind unendlich.

© Maren Amini

Check-ups: Welche Vorsorge sich aus...

Dosis von 400 Brustaufnahmen. Laut der National Academy of Sciences verursacht diese Strahlung in einem von 1000 untersuchten Fällen Krebs.

Damit keine Missverständnisse aufkommen: Diese bildgebenden Verfahren haben einen großen Wert für die Diagnostik, wenn eine Person bereits Symptome zeigt. Beim Screening von Patienten ohne Symptome sind sie einen Erfolgsnachweis bislang schuldig geblieben. Da die bildgebenden Verfahren ständig besser und sicherer werden,

kann der Tag kommen, an dem die Risiko/Nutzen-Abwägung es rechtfertigt, auch gesunde Menschen zu durchleuchten.

Die von der Kommission empfohlenen Maßnahmen dagegen sind erwiesenermaßen sinnvoll. Seriöse wissenschaftliche Ergebnisse stützen jede von ihnen. Nicht nur das: Jede dieser Untersuchungen kann in einer Arztpraxis durchgeführt werden. Viele Führungskräfte werden in Institutionen behandelt, die weit von ihrem Arbeitsort entfernt sind. Es ist viel sinnvoller, einen Arzt zu konsultieren, der die Krankheitsgeschichte der Führungskraft kennt. Laboruntersuchungen sollten nicht von einem Arzt angeordnet werden, der den Patienten nie wieder sieht. Es sollte der Hausarzt beziehungsweise die Hausärztin sein.

Ich muss zugeben, dass die meisten Hausarztpraxen eine solche Form der Präventivmedizin nicht effektiv und effizient durchführen. Es gibt kein System, das die Mediziner an die Empfehlungen der Hausarzt- und Präventionskommission erinnert. Die Ärzte sind zu beschäftigt oder vergessen schlicht, sie umzusetzen. Dazu kommt, dass die empfohlenen Verfahren meist eine oder mehr zusätzliche Konsultationen erfordern - ein großer Zeitverlust für den Manager.

Wenn ich das Sagen hätte, würde ich Hausarztpraxen und ihre übergeordneten Organisationen zwingen, die Präventionsmaßnahmen, die in einem erwiesenermaßen günstigen Kosten-Nutzen-Verhältnis stehen, gründlich und effizient (in einem Acht-Stunden-Block) durchzuführen.

Den Löwenanteil der Kosten für die Prävention würde die Krankenversicherung bezahlen, weil ihr Nutzen erwiesen ist, und Manager müssten keine Reise in eine andere Stadt antreten. Führungskräfte bekommen, was sie benötigen, sie würden von ihren eigenen Ärzten behandelt, sie würden Zeit sparen, und Arbeitgeber könnten Geld sparen.

Zur Fotostrecke:

© 2009 Harvard Business School Publishing
Alle Rechte vorbehalten

Vervielfältigung nur mit Genehmigung der SPIEGELnet GmbH

[Artikel drucken](#) | [Fenster schließen](#)