

## Ist medizinische Vorsorge sinnvoll?

Beim Thema Vorsorge gibt es viele Fragen: „Was kann ein Vorsorgeuntersuch und was nicht? Welche Untersuchungen soll man zu welchem Zeitpunkt machen und welche nicht?“ Klar ist, medizinische Vorsorge kann ein hilfreiches Instrument sein, um beeinflussbare Risikofaktoren oder klinisch noch nicht manifeste Krankheiten frühzeitig aufzudecken. Unkritisch eingesetzte Untersuchungen führen jedoch nicht nur zu unnötigen Kosten, sondern können sogar ein Gesundheitsrisiko darstellen.

Die persönliche Vorsorge findet tagtäglich statt – sie zeigt sich in der Einstellung zur eigenen Gesundheit, in der gesundheitsbezogenen Verhaltensweise und durch die persönlichen Ressourcen, die den Gesundheitszustand beeinflussen können. Hinzu kommt, dass man mittels Vorsorgeuntersuchungen die eigene Gesundheit regelmässig und vorsorglich untersuchen lassen kann.

### Was ist Vorsorge?

Gemäss Definition sind Vorsorgeuntersuchungen periodische Untersuchungen an (vermeintlich) gesunden Menschen. Sie dienen zur Identifizierung von Risikofaktoren und / oder latenten Erkrankungen und stehen in einem guten Kosten-Nutzen-Verhältnis. In Liechtenstein werden Kinder ab der Geburt regelmässig zu Vorsorgeuntersuchungen aufgeboten. Ab dem 17. Lebensjahr übernimmt der Staat alle fünf Jahre für jedermann einen allgemeinen Vorsorgeuntersuch. Für Frauen wird zusätzlich alle 2,5 Jahre ein gynäkologischer Vorsorgeuntersuch angeboten.

### Was ist Vorsorge nicht?

Vorsorge ist weder eine Gesundheitsgarantie, noch können die vorbeugenden Untersuchungen und die Massnahmen zur Früherkennung von Krankheiten jegliche Erkrankungen ausschliessen. Auch ein zusätzliches Screening oder ein umfassender, teurer Check-up können nicht versichern, dass bis zum nächsten Arztbesuch alles bleibt, wie es ist.

### Welche Kriterien bestehen?

Sinnvolle Vorsorge untersteht verschiedenen Kriterien wie beispielsweise der Häufigkeit, Relevanz und Behandelbarkeit der Krankheit, der Effizienz und Unschädlichkeit der Diagnostik sowie der Wirtschaftlichkeit der Untersuchung. Der Nutzen muss gegenüber den Risiken einer Untersuchung also deutlich überwiegen und die Kosteneffizienz muss ebenfalls vorhanden sein.

### Welche Ziele werden verfolgt?

Vorsorgeuntersuchungen sind Prävention in zweierlei Hinsicht.

- **Primärprävention:** Es gilt, verschiedene Risikofaktoren und ein mögliches Risikoverhalten des Patienten zu erkennen. Sind diese erkannt wird versucht, mittels beeinflussbaren Änderungen des Lebensstils oder medizinischer Massnahmen die Risikofaktoren zu reduzieren.
- **Sekundärprävention:** Zudem soll bei den Terminen eine Früherkennung von – bis zum Zeitpunkt der Untersuchung – noch nicht erkannten Krankheiten stattfinden. Durch die Früherkennung ergeben sich bessere Heilungschancen und die Entstehung chronischer Krankheiten kann mitunter rechtzeitig verhindert werden.

Ein dritter Aspekt ist das Gesundheitsgespräch anlässlich des Vorsorgeuntersuches. Dort erhalten alle, insbesondere auch jene, die sonst selten oder gar nicht zum Arzt gehen die Gelegenheit, mit dem Arzt ein sehr persönliches, vertrautes und vertrauliches Gespräch zu führen.

### Welche Risiken bestehen bei unkritisch eingesetzten Untersuchungen?

Je nach Art des Untersuchs können Nebenwirkungen oder sogar Schädigungen auftreten. Man ist zum Beispiel einer Strahlenbelastung ausgesetzt und bei Gewebentnahmen besteht die Gefahr einer relevanten Organschädigung. Ausserdem können durch Überdiagnose erhobene, irrelevante Zufallsbefunde zu unnötiger, psychischer Belastung führen und weitere Folgeuntersuchungen können ebenfalls risikobehaftet sein. Nicht zuletzt sollte auch eine gute Kosten-Nutzen-Relation gewährleistet sein.

### Fazit

Das Motto „es gibt keine gesunden Menschen, nur schlecht untersuchte“ darf nicht der Grundsatz beziehungsweise die Erwartungshaltung einer Vorsorgeuntersuchung sein. Gezielt eingesetzte, medizinische Vorsorge ist durchaus sinnvoll. Arzt und Patient müssen sich aber den Grenzen dieser regelmässigen Untersuchungen bewusst sein und diese auch respektieren.

### Welche Vorsorge-Untersuchungen werden empfohlen?

- Allgemeines Beratungs-Gespräch mit klinischem Untersuch
- Blutdruck-Kontrolle
- Cholesterin-Wert
- Zucker-Wert
- Bestimmte Tumor-Arten (Dickdarm-Tumor, Haut-Tumoren, Mutttermund-Karzinom, Brusttumor der Frau)

### Wo ist aufgrund der unterschiedlichen Ausgangslage keine allgemeine Empfehlung möglich?

- Prostata-Karzinom
- Schilddrüsen-Untersuch

### Was ist nicht sinnvoll?

- Breitgefächerte, ungezielte Laboruntersuchungen
- Ungezielte bildgebende Untersuchungen (z.B. Routine-Röntgen, Ganzkörper-MRI)

### Der Spezialist:

Dr. Christoph Wanger  
Facharzt für Innere Medizin FMH, Schaan

### Weiterführende Infos:

[www.ag.llv.li](http://www.ag.llv.li): Link zum Amt für Gesundheit. Unter Gesundheitsförderung und Prävention erfährt man mehr über die liechtensteinischen Vorsorgeuntersuchungen von Kindern und Erwachsenen.