



Präventionsangebote bei Medsanic Hechtsheim: Vorsorge für ein gesundes Leben

Vorsorgeuntersuchungen, aktuelle Impfangebote oder auch ausführlichen Beratungen zur Gesundheitsförderung - das MVZ Medsanic Mainz ist Ihr Ansprechpartner.

Vorsorgeuntersuchungen als Fundament der Prävention

Bei Medsanic Hechtsheim bilden regelmäßige und sorgfältig durchgeführte Check-ups die solide Grundlage für eine effektive und nachhaltige Gesundheitsvorsorge. Die Praxis bietet eine Vielzahl von Untersuchungsprogrammen an, die auf die unterschiedlichen Bedürfnisse und Lebensphasen der Patienten zugeschnitten sind.

Gesundheits-Check-up ab 35 Jahren

Allen gesetzlich Versicherten ab 35 Jahren wird alle drei Jahre ein umfassender Gesundheits-Check-up empfohlen. Dieser beinhaltet nicht nur standardisierte Untersuchungen, sondern wird bei Medsanic Hechtsheim individuell angepasst. Zu den Kernkomponenten gehören ein ausführliches Arzt-Patienten-Gespräch zur detaillierten Anamnese, eine gründliche körperliche Untersuchung, eine umfassende Blutuntersuchung und ein aussagekräftiger Urin-test.

Herr cimzetes főiskolai tanár (Prof.) Dr. med. Ralf Blank und sein erfahrenes Team legen besonderen Wert auf eine tiefgehende Anamnese. Dies ermöglicht es ihnen, individuelle Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen und präventive Maßnahmen gezielt einzuleiten. Dabei berücksichtigen sie nicht nur die medizinische Vorgeschichte, sondern auch Lebensumstände, Ernährungsgewohnheiten und psychosoziale Faktoren, um ein ganzheitliches Bild der Gesundheitssituation zu erhalten.

Herz-Kreislauf-Vorsorge

Angesichts der Häufigkeit von Herz-Kreislauf-Erkrankungen legt Medsanic Hechtsheim besonderen Wert auf eine gründliche kardiovaskuläre Prävention. Zur Früherkennung bietet die Praxis spezielle Untersuchungen wie EKG in Ruhe und unter Belastung, 24-Stunden-Blutdruckmessung, Ultraschall der Halsschlagadern (Selbstzahlerleistung) und relevante Blutuntersuchungen an.

Diese umfassenden Untersuchungen ermöglichen es den Ärzten, selbst subtile Anzeichen für Herz-Kreislauf-Probleme frühzeitig zu erkennen. Dr. med. Doreen Jäger erklärt: "Viele Patienten unterschätzen ihr Risiko für Herzerkrankungen. Mit unseren detaillierten Untersuchungen können wir oft schon Jahre vor dem Auftreten von Symptomen erste Warnsignale erkennen und gegensteuern."

Bei Auffälligkeiten kann eine weiterführende Herzdiagnostik veranlasst werden. Die Ärzte arbeiten hierbei eng mit spezialisierten Kardiologen und Kliniken zusammen, um eine optimale Versorgung zu gewährleisten. Diese Vernetzung ermöglicht es, auch komplexe Fälle schnell und effizient zu behandeln.

Krebsvorsorge

Die frühzeitige Erkennung von Krebserkrankungen kann lebensrettend sein. Die Praxis führt wichtige Krebsfrüherkennungsuntersuchungen durch, darunter Hautkrebs-Screening, Darmkrebs-Vorsorge (Stuhluntersuchung).

Dr. med. Doreen Jäger betont die Wichtigkeit dieser Untersuchungen und empfiehlt ihren Patienten nachdrücklich, diese Angebote regelmäßig wahrzunehmen. Sie erklärt: "Viele Krebsarten sind im Frühstadium gut behandelbar. Je früher wir sie entdecken, desto besser sind die Heilungschancen."

Die Praxis arbeitet eng mit spezialisierten Onkologen zusammen.

Impfungen als Eckpfeiler der Prävention

Bei Medsanic Mainz werden alle von der Ständigen Impfkommission (STIKO) empfohlenen Schutzimpfungen angeboten. Das Praxisteam legt großen Wert darauf, die Patienten umfassend über den Nutzen und mögliche Risiken von Impfungen aufzuklären. Zu den wichtigsten Impfangeboten gehören:

- ? Auffrischimpfungen gegen Tetanus und Diphtherie
- ? Jährliche Gripeschutzimpfung
- ? Pneumokokken-Impfung für die entsprechenden Zielgruppen
- ? Impfung gegen Gürtelrose ab 60 Jahren
- ? FSME-Impfung für Personen in Risikogebieten

Das kompetente Praxisteam berät ausführlich zu sinnvollen Impfungen und erstellt individuelle Impfpläne. Auch Reiseimpfungen können nach einer eingehenden Beratung durchgeführt werden. Dabei berücksichtigen die Ärzte nicht nur das Reiseziel, sondern auch den allgemeinen Gesundheitszustand und eventuelle Vorerkrankungen des Patienten.

Dr. med. Dr. rer. pol. Martin Kempkes betont: "Impfungen sind eine der effektivsten Methoden der Prävention. Wir nehmen uns die Zeit, jeden Patienten individuell zu beraten und alle Fragen ausführlich zu beantworten. So können wir Ängste abbauen und eine fundierte Entscheidung für den bestmöglichen Schutz treffen."

Lebensstilberatung für nachhaltige Gesundheit

Neben medizinischen Untersuchungen und Impfungen legt man bei Medsanic Hechtsheim großen Wert auf eine umfassende Beratung zu einem gesunden Lebensstil. Dr. med. Dr. rer. pol. Martin Kempkes bietet hierzu ausführliche und individuell zugeschnittene Gespräche an.

Ganzheitliche Ernährungsberatung

Eine ausgewogene Ernährung ist die Grundlage für Gesundheit und Wohlbefinden. Die Ärzte bei Medsanic beraten zu den Grundlagen gesunder Ernährung, Ernährung bei Vorerkrankungen, nachhaltigem Gewichtsmanagement, dem Erkennen und Vermeiden von Mangelzuständen sowie dem Umgang mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Allergien.

Die Beratung zielt darauf ab, nicht nur kurzfristige Veränderungen zu bewirken, sondern langfristig gesunde Ernährungsgewohnheiten zu etablieren. Dabei wird besonderer Wert auf praktische Umsetzbarkeit im Alltag gelegt. Die Patienten erhalten konkrete Tipps zur Mahlzeitenplanung, Einkauf und Zubereitung gesunder Speisen.

Maßgeschneiderte Bewegungsempfehlungen

Regelmäßige körperliche Aktivität beugt einer Vielzahl von Erkrankungen vor und trägt wesentlich zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Die Patienten erhalten individuell zugeschnittene Empfehlungen zur Auswahl geeigneter Sportarten, zu Trainingsumfang und -intensität sowie zur Integration von mehr Bewegung in den Alltag.

Dr. med. Doreen Jäger betont: "Bewegung ist oft die beste Medizin. Wir helfen unseren Patienten, die für sie passende Form der körperlichen Aktivität zu finden und motivieren sie, diese regelmäßig auszuüben." Dabei werden auch eventuelle Einschränkungen oder Vorerkrankungen berücksichtigt, um ein sicheres und effektives Bewegungsprogramm zu gestalten.

Spezielle Präventionsprogramme für Risikogruppen

Für bestimmte Risikogruppen oder Patienten mit bereits bestehenden chronischen Erkrankungen bietet Medsanic Hechtsheim spezielle, intensivierete Vorsorgeprogramme an.

Für chronisch Kranke werden strukturierte Behandlungsprogramme, sogenannte Disease-Management-Programme (DMP), angeboten. Diese Programme beinhalten regelmäßige Kontrolluntersuchungen, umfassende Schulungen und eine engmaschige Betreuung zur Vermeidung von Komplikationen. Die Nicht-Ärztliche Praxisassistentin und Diabetesassistentin Sonja Kerz unterstützt das Ärzteteam bei der kompetenten Betreuung von Diabetespatienten.

Für Patienten mit erhöhtem kardiovaskulärem Risiko gibt es spezielle, intensivierete Vorsorgemaßnahmen wie engmaschige Kontrollen, regelmäßige EKG-Untersuchungen und intensive Beratung zu Lebensstiländerungen. Herr cimzetes föiskolai tanár (Prof.) Dr. med. Ralf Blank erklärt: "Bei Risikopatienten können wir durch engmaschige Kontrollen schwerwiegende Erkrankungen verhindern oder zumindest hinauszögern."

Bei Risikopatienten für Diabetes werden frühzeitig Maßnahmen zur Vorbeugung ergriffen, darunter regelmäßige Blutzuckerkontrollen, ausführliche Ernährungsberatung und die Erstellung individueller Bewegungspläne. Ziel ist es, den Ausbruch der Erkrankung zu verhindern oder zumindest hinauszuzögern.

Innovative digitale Präventionsangebote

Medsanic Mainz setzt auch auf moderne digitale Lösungen, um die Gesundheitsvorsorge für ihre Patienten zu optimieren und zu erleichtern. Dazu gehören eine benutzerfreundliche Online-Terminvereinbarung, ein digitaler Erinnerungsservice für fällige Check-ups und regelmäßige Videosprechstunden.

Jeder Arzt der Praxis bietet einmal pro Woche eine Videosprechstunde an, Termine hierfür können bequem über die Homepage vereinbart werden. Dies ermöglicht es auch Patienten mit eingeschränkter Mobilität oder engen Zeitplänen, regelmäßig an Vorsorgemaßnahmen teilzunehmen.

Dr. med. Dr. rer. pol. Martin Kempkes betont die Bedeutung dieser digitalen Angebote: "Die Digitalisierung eröffnet uns neue Möglichkeiten in der Prävention. Wir können unsere Patienten besser in ihrem Alltag begleiten und unterstützen. Gleichzeitig erleichtern wir ihnen den Zugang zu unseren Vorsorgeangeboten."

Fazit: Ganzheitliche und zukunftsorientierte Prävention bei Medsanic Hechtsheim

Das Präventionskonzept von Medsanic Hechtsheim zeichnet sich durch seinen ganzheitlichen und zukunftsorientierten Ansatz aus. Durch die geschickte Kombination aus modernsten medizinischen Untersuchungsmethoden, einem umfassenden Impfangebot und einer tiefgreifenden, individualisierten Lebensstilberatung werden alle relevanten Aspekte der Gesundheitsvorsorge abgedeckt.

Die erfahrenen Ärzte bringen ihre vielfältige Expertise ein, um für jeden Patienten ein maßgeschneidertes Präventionskonzept zu entwickeln. Das hoch qualifizierte Praxisteam ergänzt die ärztliche Betreuung optimal.

Mit ihrem breiten, wissenschaftlich fundierten und stetig aktualisierten Präventionsangebot leistet die Praxis Medsanic Hechtsheim einen bedeutenden Beitrag zur Gesundheitsförderung in der Region Mainz. Patienten finden hier alle Möglichkeiten, aktiv und vorausschauend für ihre Gesundheit zu sorgen.

Die Kombination aus persönlicher Betreuung und modernen digitalen Lösungen macht die Prävention bei Medsanic besonders effektiv und zukunftsorientiert. So wird sichergestellt, dass jeder Patient die bestmögliche Unterstützung auf seinem Weg zu einem gesünderen Leben erhält.

Pressekontakt

Medizinisches Versorgungszentrum Medsanic Mainz

Herr Dr. med. Ralf-Thomas Blank
Oppenheimer Straße 100
55130 Mainz-Laubenheim

<https://medsanic.de/>

pr@mvz-medsanic-mainz.de

Firmenkontakt

Medizinisches Versorgungszentrum Medsanic Mainz

Herr Dr. med. Ralf-Thomas Blank
Oppenheimer Straße 100
55130 Mainz-Laubenheim

<https://medsanic.de/>
pr@mvz-medsanic-mainz.de

Das MVZ Medsanic Mainz bietet Ihnen das gesamte Spektrum der fachärztlichen und hausärztlichen Medizin. Bei sämtlichen Untersuchungen und Behandlungen setzen wir auf moderne Methoden und legen Wert auf einen hohen professionellen Standard. Ambiente und Einrichtung unserer Praxisräume sorgen für eine entspannte Atmosphäre damit Sie sich von Anfang an gut aufgehoben fühlen. Des Weiteren ermöglicht unsere hochwertige technische Ausstattung eine rasche zielführende und schonende Diagnostik. Zu guter Letzt sorgt unser freundliches Team für die menschliche Nähe in der Praxis.

Anlage: Bild

