Frag um Rat

«Ich bin überfordert mit all den Präventionsangeboten, vor allem in der Krebsvorsorge. Was ist sinnvoll?»

von Svenja Bihr
Leitende Ärztin
Spital Lachen

In einer Welt, die von Präventionsangeboten überhäuft ist, stellt sich die Frage, welche Massnahmen in der Krebsvorsorge wirklich sinnvoll sind. Die Vielzahl an Angeboten kann überwältigend wirken. Um Licht ins Dunkel zu bringen, haben wir die spezialisierte Präventionssprechstunde in der medizinischen Onkologie des Spitals Lachen aufgebaut.

Die Bedeutung frühzeitiger Intervention kann nicht genug betont werden. Je früher eine Krebserkrankung erkannt wird, desto höher sind nicht nur die Heilungschancen, sondern desto geringer ist oftmals der Interventionsaufwand. Die Präventionssprechstunde ist dabei der Schlüssel zu einem umfassenden Verständnis und erfolgreichen Management des Krebsrisikos. Dabei steht nicht nur die Früherkennung im Fokus, sondern auch die Entwicklung personalisierter Strategien zur Risikominderung.

Die Präventionssprechstunde bietet eine umfassende Bewertung individueller Risikofaktoren. Erfahrene Onkologen führen gezielte Untersuchungen und Analysen durch, um frühzeitig Anzeichen von möglichen Problemen zu erkennen. Dazu gehört zuerst ein Gespräch über Lebensgewohnheiten, über die medizinische Vorgeschichte und vererbbare Risiken. Doch nicht nur die Früherkennung, sondern auch die Beratung zu einem gesunden Lebensstil ist zentral. Die Ärzte in der Präventionssprechstunde geben konkrete Empfehlungen zu Ernährung, Bewegung und Stressmanagement, um das Risiko von Krebserkrankungen zu minimieren.

Die Frage «Was ist sinnvoll?» wird in dieser Sprechstunde zentral beantwortet. Hier geht es nicht nur darum, bereits vorhandene Symptome zu behandeln, sondern auch präventive Massnahmen zu ergreifen. Sinnvoll ist es, Risikofaktoren zu identifizieren, individuelle Präventionspläne zu erstellen und die Lebensqualität durch proaktive Gesundheitsmassnahmen zu steigern.

Die Präventionssprechstunde der medizinischen Onkologie deckt nicht nur die Krebsprophylaxe ab, sondern bietet auch eine umfassende Untersuchung zur Prävention anderer internistischer Krankheiten. Die Investition in Prävention zahlt sich nicht nur durch die Vermeidung von Krankheiten aus, sondern fördert auch ein gesteigertes Bewusstsein für die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden.

Diese regelmässig erscheinende Kolumne greift medizinische Fragen aus der Bevölkerung auf und lässt diese von Fachärzten beantworten. Sie haben eine medizinische Frage, die sich auch andere Leserinnen und Leser stellen könnten? Schreiben Sie uns Ihre Frage via E-Mail an redaktion@marchanzeiger.ch oder redaktion@hoefner.ch.