

# Medizin und Prävention: Der Weg zur gesunden Höchstleistung

Gesundheitsrisiken frühzeitig erkennen, den Gesundheitszustand zu optimieren sowie das Wohlbefinden steigern – dafür steht das Check-up Zentrum Hirslanden.

## **Frau Dr. Erat, sind Frauen in puncto Prävention vorbildlicher als Männer?**

In der westlichen Welt leben Frauen durchschnittlich länger als Männer. Dieses Phänomen kann teilweise durch einen gesünderen Lebensstil erklärt werden. Nicht alle Krankheiten können dadurch jedoch vermieden werden, daher ist es wichtig, Krankheiten früh zu erkennen und zu therapieren. Wobei es bei uns auch darum geht, Gesundheit, Leistung und Lebensqualität zu optimieren.

## **Sie bieten hierzu spezielle Check-ups an. Mit welchem Ziel?**

Im Check-up Zentrum Hirslanden sind wir überzeugt, dass Gesundheit unser höchstes Gut ist und eine gesunde Lebensweise der Grundstein für ein glückliches, erfolgreiches Leben ist. Denn Gesundheit unterstützt die

körperliche und mentale Leistungsfähigkeit – sei dies im Spitzensport, in der beruflichen Hochleistung oder im Privatleben. Dank 15 Jahren Erfahrung im Bereich Prävention und medizinischen Standards, und durch das Einsetzen von den neuesten diagnostischen Methoden sowie Digital Health, können wir gesundheitliche Risiken und Erkrankungen frühzeitig erkennen und behandeln.

## **Was unterscheidet Ihr Präventionsprogramm von anderen?**

Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt und wird immer ganzheitlich betrachtet. Seine Bedürfnisse werden individualisiert angegangen. Als Kompetenzzentrum für personalisierte Präventionsmedizin, mit einem Netzwerk von über 500 Fachärzten in der Klinik, können wir gesundheitliche Risi-

ken frühzeitig erkennen und die modernste Diagnostik und Therapie ohne Verzögerung einsetzen. Durch unsere internationale Erfahrung in der Spitzen-Forschung und in der Wissenschaft, legen wir grossen Wert auf evidenzbasierte Medizin und den höchsten medizinischen Standard.

### IM INTERVIEW



**Dr. med. Dr. phil.  
Anna Margareta Erat**  
Fachärztin für Allg-  
meine Innere Medizin,  
Fähigkeitsausweis  
Sportmedizin  
Chefärztin Check-up  
Zentrum Hirslanden  
 [dr\\_erat](#)  
[www.hirslanden.ch](http://www.hirslanden.ch)