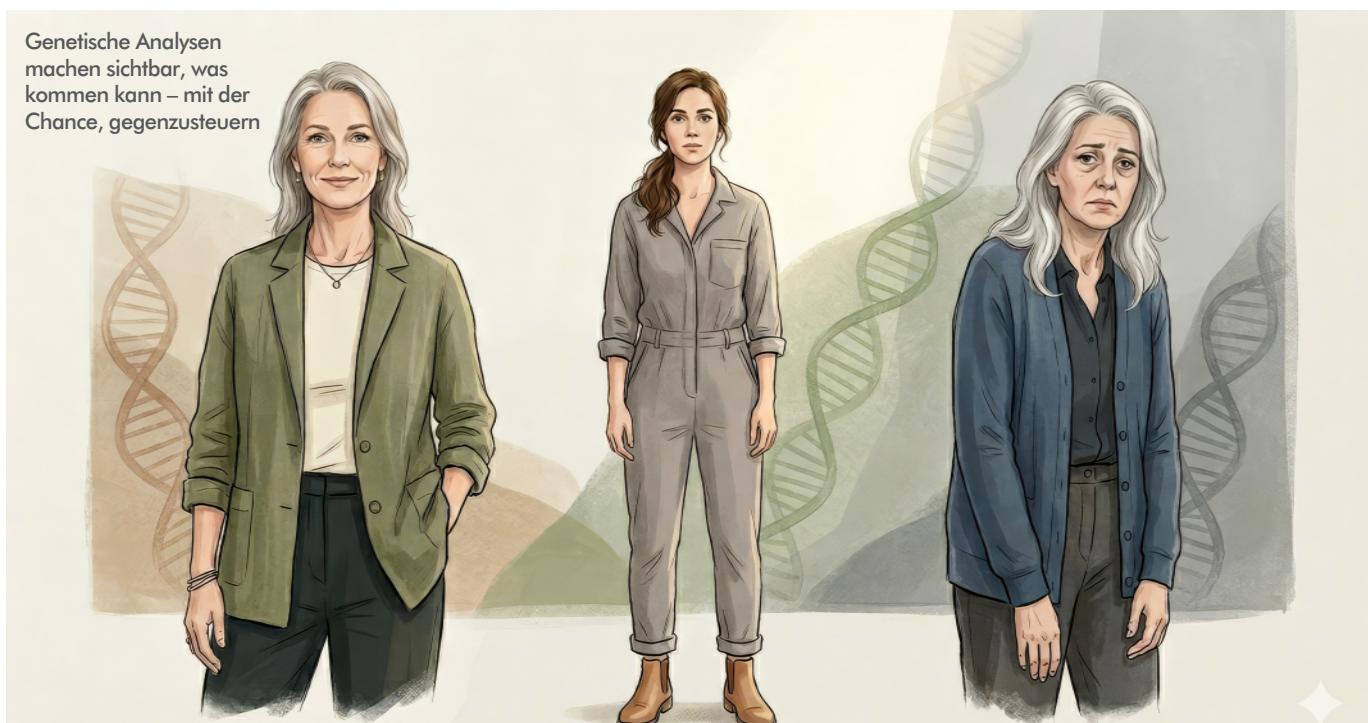


Genetische Analysen machen sichtbar, was kommen kann – mit der Chance, gegenzusteuern



Die Wahrheit liegt im Speichel

Ein kurzer Moment. Ein Röhrchen. Einmal spucken. Und plötzlich steht eine Frage im Raum: Was passiert mit meiner Gesundheit in den nächsten 10, 20 oder 30 Jahren?

Was, wenn du heute schon erfahren könntest, wie hoch dein persönliches Risiko ist, an bestimmten Krankheiten zu erkranken? Nicht irgendwann. Nicht abstrakt. Sondern konkret, jetzt und für dich, für deinen Körper. Würdest du es wissen wollen? Und noch wichtiger: Würdest du Maßnahmen ergreifen, um fit und gesund alt zu werden?

WISSEN, WAS KOMMT

Der Ablauf ist simpel. Man bestellt sich beim Labor seines Vertrauens ein Test-Kit. Die Box mit allen Testutensilien wird nach Hause geliefert. Man spuckt in ein kleines Röhrchen und das Ganze wird per Post rückgesendet. Dann heißt es erst mal warten. Der Speichel enthält Zellen mit unserer individuellen DNA. Dementsprechend ausgestattete Labore (wie beispielsweise www.permedio-genetik.com) können daraus die genetischen Daten extrahieren und analysieren. Zu meiner Verwunderung ist das heute schon um 389 Euro möglich. Vor einem Jahrzehnt haben diese Analysen noch Hunderttausende Euros gekostet.

Wer so einen Test macht, merkt schnell: Es geht nicht nur um Zahlen oder Wahrscheinlichkei-

ten. Es geht um dich und deine Zukunft. Und man erwischt sich dabei, wie man beginnt zu rechnen: „Wie alt bin ich? Habe ich Familienangehörige, die vererbte Krankheiten haben? Wie hoch könnte mein Risiko sein?“ Es ist keine wirkliche Angst, sondern eher ein Gefühl, dass man kurz davorsteht, eine gewisse Klarheit zu bekommen.

DER MOMENT DER WAHRHEIT

Dann ist er da, der Moment, in dem ich meine Ergebnisse öffne. Was man bekommt? Ein Blick hinter die Kulissen des eigenen Körpers. Im beschriebenen Fall (HealthRiskCheck von Permedio) umfasst der Bericht Erklärungen, Einordnungen und konkrete Handlungsempfehlungen. Ausgewertet werden unter anderem Risiken für Brust- bzw. Prostatakrebs, kolorektales Karzinom, koronare Herzkrankheit, Vorhofflimmern, Diabetes Typ 2, Bluthochdruck oder Alzheimer. Man kann selbst entscheiden, über welche Krankheiten man

sein Risiko erfahren will. Ich habe alles gemacht.

WISSEN VERÄNDERT VERHALTEN

Der Unterschied zu klassischen Gesundheitschecks: Hier geht es nicht um den aktuellen Zustand. Sondern um das, was kommen kann. Und genau das verändert Entscheidungen. Wer weiß, dass sein Risiko für Herzkrankheiten erhöht ist, wird Bewegung anders sehen. Wer ein genetisches Risiko für Diabetes hat, denkt anders über Ernährung nach. Nicht aus Angst. Sondern aus Wissen um seinen eigenen Körper.

Ich persönlich sehe meine Auswertung als Chance. Eine Chance, schon jetzt aktiv zu werden – bevor überhaupt etwas passiert. Nicht erst reagieren, wenn Symptome da sind. Sondern früher ansetzen. Bewusster leben. Entscheidungen treffen, die nicht auf allgemeinen Empfehlungen basieren, sondern auf mir selbst. Denn am Ende geht es nicht darum, Krankheiten vorherzusagen. Sondern darum, ihnen vielleicht einen Schritt voraus zu sein.

Check it!

Mit Bonus

Ich habe den Test HealthRiskCheck bei dem österreichischen Unternehmen Permedio gemacht. Informationen unter: www.permedio-genetik.com Mit dem Code „Kurier1“ erhalten Sie aktuell einen Rabatt von 50 Euro auf Ihre Analyse.