

BUFF MEDICAL RESORT KONSTANZ

FRÜHWARNSYSTEM FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT



Für die meisten Erkrankungen gilt: Je früher und je genauer sie erkannt werden, desto eher lässt sich ihr weiterer Verlauf positiv beeinflussen. Das Buff Medical Resort in Konstanz nutzt deshalb modernste MRT-Technologie. Die hochauflösenden Bilder geben beispielsweise Aufschluss über den Zustand des Herzens, sie helfen aber auch, eine beginnende Demenz schon Jahre vor dem ersten klinischen Symptom zu erkennen



Text: Herbert Grab | Fotos: Buff Medical Resort

Ein effizientes gesundheitliches Frühwarnsystem lebt von herausragender medizinischer Kompetenz, Hochtechnologie und modernster Methodik. Genau das findet sich im Buff Medical Resort in Konstanz. Nicht von ungefähr genießt das im Frühjahr 2025 eröffnete Haus bereits heute einen exzellenten Ruf weit über Deutschland und Europa hinaus.

Hier stimmt einfach alles.

Das beginnt bei der Lage an einem der schönsten Flecken des Bodensees, wenige Gehminuten von der Konstanzer Innenstadt entfernt. Und es geht weiter mit der exquisiten Ausstattung – das perfekte Ambiente, um zur Ruhe zu kommen und sich auf sich selbst zu besinnen. Nicht zu vergessen die Longevity-Cuisine, die kulinarischen Genuss mit gesundheitlichem Mehrwert vereint.

Kurz: Im Buff Medical Resort trifft moderne Präventionsmedizin auf exklusive Hotellerie. Es ist ein Rückzugsort der Extraklasse, der medizinische Exzellenz, ganzheitliche Betreuung und Luxus auf bislang unerreichtem Niveau kombiniert.

Im Mittelpunkt steht ein ganzheitlicher medizinischer Ansatz zur nachhaltigen Stärkung der Gesundheit. Zum diagnostischen Spektrum zählen hochpräzise, nicht-invasive Verfahren wie das Herz-MRT zur frühzeitigen Erkennung von Herz-Kreislauf-Risiken sowie umfassende Analysen der Gehirngesundheit. Ergänzend profitieren Gäste in den Suiten und Zimmern von individuell einstellbarem Höhenklima zur Unterstützung des Stoffwechsels und zur Förderung der mitochondrialen Aktivität, zudem von fundierter Darm- und Mikrobiom-Diagnostik nach F.X. Mayr. Auch Muskel- und Stoffwechselgesundheit werden hier gezielt adressiert. Der Panoramablick auf den Bodensee und das milde Klima schaffen dabei ideale Voraussetzungen für Regeneration und therapeutische Erfolge.

Kardio-MRT – der Goldstandard

Das Kardio-MRT etwa, wie es in Konstanz zum Einsatz kommt, gilt heute als Goldstandard zur Messung der Leistungsfähigkeit des Herzens. Denn es liefert hochauflösende Bilder, nichtinvasiv und ohne jegliche Strahlenbelastung. Das Ergebnis sind höchst präzise Herz- und Gefäßanalysen auf dem Niveau modernster Universitätskliniken.



Für jeden Gast bietet das Buff Medical Resort eine individuell angepasste Kardio-MRT-Untersuchung an – je nach Bedarf mit oder ohne Kontrastmittel, mit oder ohne Stressmedikation oder etwa unter physiologischem Stress wie Fahrradbelastung oder mit Hyperventilation. Immer wird die beste Untersuchungsvariante für den einzelnen Gast ausgewählt. Es gibt nur sehr wenige Orte, die ein Kardio-MRT in einer so fortschrittlichen und umfassenden Form anbieten.

Damit gewinnt das ärztliche Team um Dr. Claas Hohmann, dem medizinischen Direktor des Buff Medical Resorts, wertvolle Informationen zur Therapiesteuerung und Risikoabschätzung – bei gesunden Patienten ebenso wie bei solchen mit angeborenen oder erworbenen Herzerkrankungen.

Was bislang beispielsweise mit der klassischen Echokardiografie oder einer invasiven Herzkatheteruntersuchung nicht möglich ist, kann ein Kardio-MRT leisten: die genaue Gewebecharakterisierung des Herzmuskels. Damit lassen sich sowohl akute entzündliche Veränderungen im Herzmuskel wie auch chronische nichtentzündliche Veränderungen zuverlässig diagnostizieren. Auch Schädigungen des Herzmuskels etwa nach einem Herzinfarkt können so sehr präzise bestimmt werden.

Frühwarnsystem bei Demenz

Zu den weiteren diagnostischen Highlights im Buff Medical Resort gehört die Früherkennung demenzieller Veränderungen. Sie basiert darauf, dass schon bis zu 20 Jahre, bevor Symptome sichtbar werden, erste strukturelle Veränderungen im Gehirn beginnen. Das Gehirn spricht sozusagen früher als der Patient.

Wer diese frühen Anzeichen erkennt, dem eröffnet sich ein therapeutisches Fenster, das bisher kaum genutzt wird, wie Dr. Claas

Hohmann erklärt. So weiß man heute, dass Demenz nicht mit dem ersten verlegten Schlüssel beginnt. Vielmehr setzt sie Jahrzehnte früher ein, in Hirnarealen, die klinisch noch „stumm“ sind.

Was indes bisher als unvermeidlicher kognitiver Verfall galt, meist aufgrund fortschreitenden Alters, zeigt sich im MRT schon sehr früh als mess- und beeinflussbare pathologische Erscheinung.

Das MRT liefert unzählige Informationen

Moderne hochauflösende MRT-Protokolle, wie sie das Team um Dr. Claas Hohmann nutzt, liefern heute eine Fülle von Informationen, die Aufschluss geben über die Gewebestruktur und die Funktion bestimmter Hirnareale – und auch darüber, wie gut sie durchblutet sind, also mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden. Damit gehen die diagnostischen Möglichkeiten weit über die klassische „Ausschlussdiagnostik“ hinaus.

Im Zentrum der strukturellen Früherkennung steht die dreidimensionale Vermessung des Hippocampus. „Dieses evolutionär alte Areal des limbischen Systems ist bei der Alzheimererkrankung als Erstes betroffen“, so Dr. Claas Hohmann. Der Hippocampus ist die zentrale Schaltstelle des Gehirns für das Lernen, die Gedächtnisbildung und die räumliche Orientierung. Und er überführt Informationen aus dem Kurzzeit- in das Langzeitgedächtnis.

Zeigt sich anhand der MRT-Bilder, dass der Hippocampus um mehr als 15 bis 20 Prozent kleiner ist, als altersgemäß üblich, gilt das als ernst zu nehmendes Anzeichen für ein eventuelles Demenz-Frühstadium. „Dabei ist entscheidend: Viele Betroffene befinden sich zu diesem Zeitpunkt noch im Stadium der milden kognitiven Beeinträchtigung – oder sogar darunter.“ Will sagen: Weder die Betroffenen noch ihre Umgebung nehmen eine signifikante Veränderung der Hirnfunktion wahr. »

Das therapeutische Fenster nutzen
Wichtig dabei: Ein Hippocampus, der heute 18 Prozent unter dem Altersmittel liegt, war vor fünf Jahren vielleicht noch unauffällig. Möglicherweise aber wird er in weiteren fünf Jahren nicht mehr kompensierbar sein. Das therapeutische Fenster, innerhalb dessen man auf den Verlauf der Erkrankung noch einwirken kann, wäre dann geschlossen.

Neben der genauen Untersuchung des Hippocampus analysieren die Mediziner im Buff Medical Resort weitere Hirnareale und -aktivitäten des Gehirns, die Aufschluss über eine demenzielle Erkrankung und ein erhöhtes Alzheimerisiko geben können.

Wesentlich für eine gute präventive Arbeit in diesem Zusammenhang ist nach Ansicht von Dr. Claas Hohmann nicht die Technik, sondern die klinische Kultur. „Das MRT-Bild braucht jemanden, der es in einen Lebenszusammenhang einbettet – Schlafqualität, metabolisches Profil, körperliche Aktivität, Darmgesundheit. All das sind keine weichen Faktoren. Sie sind neurobiologisch relevant, und sie sind veränderbar.“



**„DAS MRT-BILD
BRAUCHT JEMANDEN,
DER ES IN EINEN
LEBENSZUSAMMEN-
HANG EINBETTET“**

Dr. Claas Hohmann



Risikofaktoren beeinflussen
Die eigentliche Stärke der MRT-gestützten Frühdiagnostik liegt demnach nicht in der Diagnose selbst, sondern in dem, was sie ermöglicht: eine konsequente Verringerung gefäß- und stoffwechselbedingter Risikofaktoren, die das Gehirn schneller altern lassen. Und zwar bevor der neurobiologische Schaden irreversibel wird. Denn: Viele dieser Faktoren wie Hypertonie, Insulinresistenz, Schlafstörungen, körperliche Inaktivität und chronische Dysbiose sind behandelbar. „Das MRT gibt uns den Zeitpunkt, zu dem die Intervention am meisten wirkt.“

Zu einer umfassenden Vorsorge und einem Longevity-Assessment gehört deshalb in jedem Fall ein hirngesundheitsbezogenes MRT-Protokoll, so der Mediziner. „Wer seine Patienten umfassend im Blick haben will, sollte das Organ einschließen, das über Qualität und Dauer eines selbstbestimmten Lebens entscheidet.“

Das MRT sei kein Schicksalsorakel – „es ist ein Frühwarnsystem. Die Frage ist, ob wir bereit sind, die Warnung als Handlungsauftrag zu verstehen. Und wie früh wir hinschauen wollen – und sollen.“ ■



INNERES BEDÜRFNIS

HANS-JÜRG BUFF IM INTERVIEW

**Top Magazin:
Herr Buff, wie kamen Sie dazu, das Buff
Medical Resort zu gründen?**

Hans-Jürg Buff: Gesundheit war mir schon immer ein inneres Bedürfnis. 1980 zum Beispiel hab ich bereits ein spezielles Augentraining gemacht, das Jahre später bei Sportschützen und Torhütern zum Einsatz kam. Alles, was wir bei uns im Haus anbieten, habe ich bei mir selbst angewandt. Derzeit spritze ich mir Peptide, um herauszufinden, ob sie tatsächlich zu einer Verjüngung der Organe beitragen können. Erst wenn ich nach anderthalb Jahren meine eigenen Werte kenne, und die vielversprechend sind, werden wir das im Buff Medical Resort anbieten.

**Wie gewinnen Sie Ihr medizinisches
Personal, das schließlich besonderen
Anforderungen genügen muss?**

Meine Erfahrungen mit dem naturheilkundlichen Therapieansatz von F.X. Mayr sind hervorragend. Deshalb spielt dieses Angebot bei uns eine zentrale Rolle, und deshalb müssen alle unsere Ärzte nach F.X. Mayr ausgebildet sein. Wenn wir einen Mediziner suchen, inserieren wir bei der internationalen Gesellschaft für Mayr-Medizin, dann kommen die Leute von selbst zu uns.

**Warum haben Sie gerade Konstanz als
Standort für das Buff Medical Resort
gewählt?**

Konstanz ist eine wunderbare Stadt, sehr zentral und verkehrsgünstig gelegen. Der Flughafen Zürich ist eine Autostunde entfernt, Friedrichshafen gerade mal über den See, und der Flugplatz Altenrhein, der gut für Privatjets geeignet ist, liegt 40 Minuten von hier. Auch die Anbindung an die Autobahnen und das Bahnnetz ist hervorragend. Außerdem ist das Grundstück hier außergewöhnlich schön, ein 40.000



Quadratmeter großer Park, stadtnah und doch ausgesprochen ruhig gelegen. Von hier aus laden kilometerlange, nahezu ebene Wege zu ausgedehnten Spaziergängen direkt am Bodensee ein. Nicht zu vergessen: Alle unsere Zimmer bieten von der Badewanne aus einen Blick in den Park oder über den See. Solche Möglichkeiten finden Sie sonst kaum irgendwo.

**Welche Pläne haben Sie für die
kommenden Jahre?**

Wir haben mit unserem Konzept und

unserer Marke Buff Medical Resort bei null angefangen und rechnen mit zweieinhalb bis drei Jahren Anlaufzeit. Aktuell haben wir rund 85 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, darunter zehn Ärzte, und belegen maximal 60 unserer 118 Zimmer. Im Endausbau werden wir rund 240 Mitarbeitende haben – aber das muss alles organisch wachsen und neues Personal muss sich gut integrieren, damit die Philosophie des Hauses erhalten bleibt. Deshalb werden wir in den kommenden Jahren ganz ohne Druck und stufenweise ausbauen. ■