



CHECK-UP: un must absolu

Prises par leurs activités professionnelles et familiales, les femmes en oublient souvent de réaliser un check-up santé qui s'impose pourtant tous les deux à trois ans. Interview sur sa nécessité indiscutable avec l'expert en la matière: le professeur Jacques Proust, cofondateur et directeur scientifique des Laboratoires Genolier et de la marque Nescens. Par Saskia Dufey

Un check-up correspond à l'appréciation globale de notre état de santé. Son objectif consiste à détecter des maladies latentes avant leur expression concrète et à identifier les facteurs de risque qui influencent négativement notre santé avec les années, de façon à les éliminer. «La nouveauté aujourd'hui dans les check-up, c'est que nous disposons d'une technologie très avancée faisant appel à l'imagerie, la biologie et à des tests génétiques ou fonctionnels, des tests qui se révèlent préventifs et prédictifs en même temps», explique le professeur Jacques Proust, pionnier et sommité de la médecine anti-âge.

Qui dit mieux?

De manière générale, on conseille de réaliser son premier check-up autour des 35-40 ans. Pour ce faire, la totalité de l'organisme est prise en compte ainsi que l'histoire médicale personnelle et les interactions avec l'environnement ou le travail. «Des éléments essentiels pour prévenir l'apparition de pathologies graves ou invalidantes telles que maladies cardiovasculaires, diabète, cancers, affections ostéo-articulaires.» Un check-up permet aussi de profiter de conseils d'hygiène de vie: alimentation, pratique sportive, rythme de vie, arrêt des comportements à risque. Mais attention, il y a check-up et check-up: «La spécificité du check-up Nescens est unique: elle offre la possibilité d'utiliser les compétences des 1200 médecins et spécialistes que compte le groupe Swiss Medical Network. Une approche pluridisciplinaire qui permet de réaliser nombre de tests rapidement et sans contraintes, sans oublier que nous bénéficions de moyens médico-techniques de pointe grâce à la Clinique de Genolier qui se situe à proximité immédiate», précise Jacques Proust.

Un cadre d'exception

Perché sur les hauteurs lémaniques dans un cadre sublime, le lieu Nescens Clinique de Genolier offre en effet un panorama à couper le souffle sur le lac et les Alpes ainsi que des infrastructures médicales avec une qualité de prise en charge impressionnante. «Nos patients peuvent ainsi consulter en une seule et même journée des médecins spécialisés pour le suivi de leur bilan de santé», s'enthousiasme Patrick Pestalozzi, directeur du centre de médecine préventive Nescens. «En pratique, dès leur arrivée à 8h30, les patients bénéficient d'une consultation d'une heure et demie en médecine interne et préventive, dans une approche holistique de la personne afin de prendre en compte leur histoire clinique, leur mode de vie et leurs besoins avant de les soumettre aux différents examens biologiques et radiologiques personnalisés. La plupart des résultats sont fournis à l'issue de la journée, ainsi que des recommandations claires, un élément appréciable quand on considère notre mode de vie frénétique. Les check-up Nescens sont aussi proposés au sein de la Clinica Sant'Anna à Lugano et de la Clinique de Montchoisi à Lausanne.»

Alors, Mesdames, vous n'avez plus d'excuses, préservez votre qualité de vie future, faites scrupuleusement vos check-up et pensez aussi à votre cher et tendre!



Le professeur Jacques Proust est chercheur en biologie du vieillissement et médecin spécialiste en médecine interne. Il est cofondateur et directeur scientifique des Laboratoires Genolier et de la marque Nescens. www.nescens.com.