**Kompleksowe badanie i screening zdrowia. Niezbędna kuracja u progu 50 urodzin.**

**Ośrodki medyczne na całym świecie prześcigają się w szerokiej ofercie badań specjalistycznych i zabiegów. Lekarze wdrażają nowe metody żywienia i profilaktyki w nadziei na odwrócenie procesu starzenia. Ten nowy trend, nazywany Longevity, integruje obszary zdrowia z innowacjami i usługami, wyznaczając nowy kierunek ku długowieczności. Teraz rusza w Polsce w klinice Columna Medica.**

Eksperci są zgodni. Od wielu lat ludzie poszukują złotego środka, który zagwarantuje im lepszą jakość życia i spowolnienie procesu starzenia. I choć nasze społeczeństwo statystycznie żyje coraz dłużej, wpływ na to, naukowo udowodniono, że styl życia, uwarunkowania społeczno-ekonomiczne i otoczenie, mają wpływ na to jak się starzejemy. Jak znaleźć złotą formułę zdrowego życia? Czy suplementacja i dobry sen to jedyne czynniki, niezbędne do zrównoważonego życia?

Na takie i jeszcze inne pytania ma odpowiedzieć program Diagnozuj i dbaj, który uruchomiono w klinice Columna Medica, w Łasku obok Łodzi. Centrum medyczne podjęło próbę zintegrowanego podejścia do analizy zdrowia. Celem kompleksowego badania jest ocena aktualnego stanu zdrowia pacjenta, wykonanie badań oraz pomiarów, a także zaproponowanie rozwiązań (diety, suplementacji, ćwiczeń fizycznych), które pozwolą na utrzymanie równowagi pomiędzy zdrowiem fizycznych i psychicznym. *Taka równowaga jest bowiem* *kluczem do utrzymania witalności i wyeliminowania czynników stresogennych, mających bardzo duży wpływ na jakość i długość naszego życia* – podkreśla Justyna Walerowska Madej, ekspert kliniki Columna Medica.

Program analizy witalności pacjentów w Columna Medica dokona szczegółowych badań krwi, oceny wieku biologicznego pacjenta (poziomu testosteronu, wskaźników zagrożeń), aktualnego stanu fizycznego (dostępne badania rezonansem magnetycznym), gospodarki hormonalnej, odżywiania, jakości snu. Na podstawie wyników eksperci zaproponują optymalne rozwiązania wzmacniające odporność ogólną organizmu, zmniejszające ryzyko wystąpienia chorób wynikających z obciążenia genetycznego oraz wynikającego z trybu życia (m.in. zaburzeń metabolicznych czy hormonalnych) lub zmian degeneracyjnych układu ruchu.

Badania i konsultacje z dietetykiem pozwolą również na wytyczenie indywidualnej i właściwej diety dla pacjenta i eliminację składników, które mogły dotychczas stać za problemami ze strawnością.

Doświadczenie ekspertów ośrodka umożliwi mapowanie procesów i czynników wpływających na nasze zdrowie oraz zarządzanie tą wiedzą. W Columna Medica pacjenci – po przebyciu tzw. ścieżki badań - otrzymają opinię i wskazówki w zakresie niezbędnych zmian, która pozwolą wprowadzić ich zdrowie na właściwe tory, bo ruch i dieta to kluczowi partnerzy w zachowaniu zdrowia.