

GESUNDHEIT

Moderne Medizin

UNKLARE SYMPTOME

Mit Vernetzung und KI schneller zu Gewissheit bei seltenen Erkrankungen

CODE DER HEILUNG

Gentherapien: So können Blinde wieder sehen und Immunzellen Krebs bekämpfen

FOCUS
GESUNDHEITTOP
MEDIZINER
2026

FOCUS-GESUNDHEIT.DE

DAS VERZEICHNIS DER SPEZIALISTEN
Top-Ärzte, -Kliniken und -Rehakliniken u. a. für Krebs, Orthopädie und Psyche



Chefredakteurin Andrea Bannert

»Immer früher, immer präziser«

Stück für Stück entschlüsseln Forschende die Wurzeln von Erkrankungen, die wir heute so gut verstehen wie nie zuvor. Intelligente Präzisionsdiagnostik macht sichtbar, was früher verborgen blieb. Genanalysen bringen Erbdefekte ans Licht, Bluttests spüren winzige Mengen von Tumor-DNA oder Alzheimer-Proteinen auf, Bildgebung zeigt Tumoren, lange bevor sie tastbar sind. Das erlaubt Therapien, die nicht nur Symptome dämpfen, sondern Ursachen treffen: von CAR-T-Zelltherapien, bei denen körpereigene Immunzellen zu präzisen Krebsjägern „umprogrammiert“ werden (mehr dazu ab Seite 32), bis zu roboterassistierten Gelenk-OPS, welche die individuelle Anatomie des Patienten berücksichtigen (ab Seite 26).

Die große Hoffnung: Wenn Diagnostik und Therapie eng ineinandergreifen, entsteht eine echte Chance für mehr Prävention und die Erfüllung eines **lang gehegten Menschheitstraums** – Krankheiten zu behandeln, bevor die ersten Beschwerden auftreten.

Möglich wird diese neue Medizin auch durch **digitale Werkzeuge**. Ein Schlüssel ist dabei die Datenmenge, aus der wir lernen können. Herausfordernd wird es, die modernen Diagnostik- und Behandlungsmethoden in die Breite zu bringen (Hintergrund ab Seite 16).

Eine immer individuellere und präzisere Versorgung wird nur möglich, wenn **Ärzte und Patienten gemeinsam entscheiden**: Welche Diagnostik ist wirklich sinnvoll? Welche Therapie passt zu Lebenssituation, Werten und Erwartungen? Unser Service zur Arzt-Patienten-Kommunikation ab Seite 66 erklärt, wie Sie sich auf Gespräche optimal vorbereiten, eine gute Beziehung aufbauen und Informationen besser einordnen – gerade in Zeiten von

KI und Algorithmen. Praktische Tipps, um in der digitalen Welt den Fokus zu behalten, lesen Sie in unserem Report ab Seite 42.

Bei aller Hightech dürfen wir nicht vergessen, wo viele Innovationen ihren Ursprung haben: in der Natur. Wir eröffnen dieses Heft mit einem faszinierenden Blick in eine Höhlenwelt, in der Forschende Mikroben aufspüren, um neue Strategien gegen Antibiotikaresistenzen zu finden (Seite 6). Für mich ist das der Kern moderner Medizin: **neugierig bleiben, genau hinschauen** – und aus jedem neuen Puzzleteil Verantwortung für die Zukunft ableiten. Ich wünsche Ihnen eine inspirierende Lektüre.

Sonne, Ihre

Andrea Bannert



Faszination Forschung

Mikrobiologin und Chefredakteurin Andrea Bannert (im Boot hinten) bei einer Expedition in die Krizna-Höhle in Slowenien im Juli 2025

Gender-Hinweis: Zugunsten der Lesbarkeit verzichten wir auf die durchgängige gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich, divers (m/w/d). Sämtliche Bezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

INHALT

FOCUS-GESUNDHEIT 2/26 MODERNE MEDIZIN



26

Gelenke optimieren Schulterchirurg Prof. Peter Biberthaler nutzt modernste Technologien bei der Implantation von Endoprothesen

FOCUS-Siegel verweisen auf von FOCUS-Gesundheit empfohlene Top-Mediziner, Top-Kliniken und Top-Rehakliniken



79

Empfehlungslisten Top-Mediziner, Top-Kliniken und Top-Rehakliniken für 14 Fachgebiete

>> Sie finden die Top-Empfehlungen auch unter focus-gesundheit.de

Magazin

8 Sprechstunde

Stress verwirrt den Orientierungssinn • Kunstherz als Alternative zur Transplantation • **Unsere News**

14 Potente Alleskönner

Infografik: Wie Stammzellforschung die Medizin verändert

16 Die individuell beste Medizin

Präzise Diagnostik, gezielter Einsatz von KI, passgenaue Prävention. Das leistet **Spitzenmedizin** heute

20 Lichtblick für Emil

Eine Gentherapie bewahrte einen Jungen mit **erblicher Netzhaut-erkrankung** vor dem Erblinden

26 Gelenke in Maßanfertigung

Moderne Technologien verbessern die Präzision bei **Endoprothesen für Knie und Schulter**

32 Immunboost aus dem Labor

Die **CAR-T-Zelltherapie** erreicht Erstaunliches bei bislang unheilbaren Krebserkrankungen

38 Neue Perspektiven bei MS

Ein **Faktenreport** zu den aktuellen Therapie-Entwicklungen

42 Der geraubte Fokus

Die manipulative Kraft von **Social Media** – und wie man ihr entkommt

46 Kommandozentrale Darm

Interview: Das bringt Psychotherapie bei Magen-Darm-Beschwerden

60

Angst überwinden
Diese Möglichkeiten eröffnen VR-Brillen in der Psychotherapie bei der Behandlung von Phobien



66

Gekonnt kommunizieren Therapien werden komplexer, die Arzt-Patienten-Beziehung immer wichtiger. So gelingt es, ein gutes Verhältnis aufzubauen

20

Augenlicht gerettet Genterapie half dem fünfjährigen Emil. Das Kind litt an einer erblich bedingten Netzhauterkrankung. Nun sieht er fast normal

50 Das Zebra finden

Vernetzung und Künstliche Intelligenz führen schneller zu Gewissheit bei **seltene[n] Erkrankungen**

54 Handwerk und Hightech

Was moderne Verfahren bei **Zahn-implantaten** leisten und wann sie wirklich Vorteile bringen

60 Auge in Auge mit der Angst

Mit VR-Brillen trainieren **Angstpatienten**, ihre Furcht zu bezwingen

66 Beziehungspflege

Das macht eine gute **Arzt-Patienten-Kommunikation** aus

70 Besser leben

Jod für die Schilddrüse • Wie viel Eiweiß darf sein? • Risiken kennen, Diabetes verhindern • **Rezepte für Ihre Gesundheit**

Ärzte- und Kliniklisten

Empfehlungskriterien So entstehen die Listen von FOCUS-Gesundheit:

80 Methodik Top-Mediziner

106 Methodik Top-Kliniken

124 Methodik Top-Rehakliniken

Top-Ärzte

82 Angst- & Zwangsstörungen

83 Psychosomatik

84 Demenzen

86 Multiple Sklerose

86 Diabetologie

88 Gastroenterologie & CED

90 Implantologie

92 Infektiologie

93 Kniechirurgie

96 Schulterchirurgie

99 Leukämie & Knochenmark-erkrankungen

100 Lymphome

102 Refraktive Chirurgie & Katarakt

Top-Kliniken

108 Angst- & Zwangsstörungen

111 Psychosomatik

112 Hüft-, Knie-, Schulterchirurgie

Top-Rehakliniken

126 Orthopädie

134 Psyche

Rubriken

3 Editorial der Chefredakteurin

6 Ein Blick

138 Vorschau und Impressum

EIN BLICK

Unterirdisches Pharmalabor

Ein Ort, den vor den Forschenden noch nie ein Mensch betreten hat: die Lechuguilla-Höhle in New Mexico. Auf den bizarren Felsformationen entdeckten die Mikrobiologin Hazel Barton und ihr Team von der University of Alabama Bakterien mit erstaunlichen Fähigkeiten. „Die Höhlenmikroben sind resistent gegen viele Antibiotika“, berichtet Barton – obwohl sie nachweislich nie mit von Menschen hergestellten Wirkstoffen in Berührung kamen. Nun hoffen die Wissenschaftler, die Resistenzstrategien aus der Natur entschlüsseln und für neue Medikamente nutzen zu können – etwa als Waffe gegen multiresistente Keime wie MRSA.





Lichtblick für Emil

Gentherapien können einen Fehler im Erbgut korrigieren – wie bei Emil Reisinger. Aufgrund einer Netzhauterkrankung drohte der Junge zu erblinden. Heute kann er selbst im Dunkeln sehen

Der kleine Emil* war noch kein halbes Jahr alt, als seine Eltern etwas Ungewöhnliches bemerkten. Ihr Baby suchte selten Blickkontakt. Es schaute bestenfalls durch sie hindurch, lieber wandte es den Kopf Richtung Fenster als zu den Gesichtern. Könnte das ein Hinweis auf Autismus sein, fragten sich die Eltern. Beim ersten Weihnachtsfest fiel auf, wie sehr der Kleine von den Lichterketten fasziniert war. Andererseits: Welches Baby ist das nicht? Emil entwickelte sich zunächst normal, lernte laufen. Doch einige Monate später erlebten die Eltern Situationen, die sie nicht ignorieren konnten.

„Unsere Wohnung ist lichtdurchflutet, und ich spielte mit Emil im Wohnzimmer“, erinnert sich Vater Sebastian Reisinger*, 38. „Er war total aktiv und voller Freude dabei, doch als es dämmerte, verlor er plötzlich jegliches Interesse, als gäbe es das Spiel nicht mehr.“ Im Hausflur, den starke Lampen hell ausleuchten, drehte der kleine Junge wieder auf. Emils Mutter Anna* erzählt von einem Abend, an dem sie ihn zu Bett brachte: „Ich wollte ihm seine Milchflasche in seinem Zimmer geben. Dort brannte nur noch ein schummriges Nachtlicht. Emil lief mir durch den hellen Flur nach. Als er ins Zimmer kam, streckte er suchend die Arme aus, fand mich nicht und lief gegen die Heizung.“ Nun war klar: Es stimmte wirklich etwas nicht. Die Kinderärztin überwies Emil an

Als Emil am Abend aus dem hellen Flur in sein schummrig beleuchtetes Zimmer kam, streckte er auf der Suche nach der Mutter die Arme aus und lief gegen die Heizung. Den Eltern war nun klar, ihr Kind sieht im Dunkeln fast nichts

die Klinik. Kurz vor seinem zweiten Geburtstag bekam er endlich einen Termin. In der Zwischenzeit hatte sich auch die Kita gemeldet. Emil stolpere oft, stoße sich häufiger den Kopf als andere Kinder, schon zweimal sei er mit Karacho gegen eine Tür gerannt.

Eine Mutation im Gen RPE65 beeinträchtigte Emils Sehvermögen

Wiederum ein knappes Jahr und zahlreiche Untersuchungen später, Emil war fast drei Jahre alt, stand die Diagnose fest: Lebersche kongenitale Amaurose (LCA). Eine genetisch bedingte, fortschreitende Netzhauterkrankung. Sie trifft zwei bis drei von 100 000 Neugeborenen und bedeutet eine schwere Sehbehinderung. In Deutschland leben derzeit etwa 2000 Betroffene. Bei rund zehn Prozent von ihnen – auch bei Emil – liegt eine Mutation im Gen RPE65 vor. Dadurch fehlt ein Enzym, das für die Funktion des Sehpigments Rhodopsin entscheidend ist.

Der Enzymmangel betrifft vor allem die sogenannten Stäbchen, jene Sinneszellen in der Netzhaut, die für das Sehen im Dunkeln und in der Dämmerung wichtig sind. „Zunächst äußert sich dies als Nachtblindheit“, erklärt Siegfried Priglinger, Direktor der Augenklinik am LMU Klinikum München. „Betroffene Babys blicken oft ins ►

*Name von der Redaktion geändert