



Dr. Carsten Lekatut





Dr. Carsten Lekutat moderiert seit 2015 den MDR-Medizinratgeber „Hauptsache Gesund“. Er wurde 1971 in Berlin geboren, seit 2000 hat er dort eine eigene Praxis als Allgemeinmediziner. Zum Fernsehen ist er 2001 gekommen. Er war u. a. als „Der Gesundmacher“ im WDR-Fernsehen im Einsatz und moderiert Gesundheitssendungen beim Fernsehen des Auslandssenders Deutsche Welle. Lekutat will als Arzt nicht nur Krankheiten behandeln, sondern eine gesündere Lebensweise unterstützen. „Schon das Schauen eines Gesundheitsmagazins im Fernsehen kann gesund machen. Man beschäftigt sich mit dem Thema – das allein kann schon viel verändern.“ Zudem hat er drei Tipps, um gesund zu bleiben: „Vergifte dich nicht, bleib in Bewegung und sei glücklich.“ Und nicht zuletzt setzt er auf Humor: „Denn Lachen macht bekanntlich gesund“, so der Arzt und Moderator. Dr. Carsten Lekutat ist verheiratet und hat zwei Töchter. Da er gern Sport treibt, aber wenig Zeit hat, nutzt er den Arbeitsweg: Entweder fährt er die mehr als zehn Kilometer lange Strecke mit dem Fahrrad – oder joggt sogar.

„**Hauptsache Gesund**“ sehen Sie wöchentlich donnerstags 21.00 Uhr im MDR-Fernsehen.

Mitteldeutscher Rundfunk | 04360 Leipzig | [mdr.de](http://mdr.de) | 04/2021

Kontakt: [publikumsservice@mdr.de](mailto:publikumsservice@mdr.de) | Foto: MDR/Alexander Friederici

Download: [mdr.de/autogrammkarten](http://mdr.de/autogrammkarten) | Gedruckt auf 100% Recyclingpapier.