

Liegen alle Ergebnisse aus dem Labor vor, erhalten Sie einen Termin für ein weiteres Beratungsgespräch. Sie erfahren dann, ob Sie völlig gesund sind oder ob es Anzeichen für eine Krankheit gibt und wie man sie behandeln kann.

Krebsfrüherkennungs-Untersuchungen

Früherkennung ist der beste Schutz gegen Krebs: Wird der Krebs frühzeitig erkannt und behandelt, sind die Aussichten für eine vollständige Heilung enorm hoch. Auch bei Krebs-erkrankungen, die sehr häufig sind, wie z. B. Brustkrebs bei Frauen oder Hodenkrebs bei Männern.

Es gibt hierzu ein spezielles Angebot unserer BKK: die jährliche, kostenfreie Krebsfrüherkennungs-Untersuchung. Sie können sich einmal im Jahr von Ihrem Arzt gründlich untersuchen lassen. Die Kosten dafür übernimmt die BKK. Sie brauchen lediglich zu Ihrem Hausarzt zu gehen. Oder zu einem anderen Facharzt (z. B. Gynäkologe oder Urologe).

Bei Ihrem Arztbesuch legen Sie dann nur Ihre Versichertenkarte vor. Einen speziellen Berechtigungsschein brauchen Sie nicht. Also: einfach Termin vereinbaren oder direkt hingehen. Die Praxisgebühr ist für diese Untersuchung nicht zu zahlen.



Früherkennungs-Untersuchung für Frauen

Frauen können ab einem Alter von 20 Jahren einmal im Jahr zur Krebsfrüherkennungs-Untersuchung gehen. Der Frauenarzt wird regelmäßig eine Untersuchung der Gebärmutter, der Eileiter und Eierstöcke durchführen. Dabei macht er z. B. einen Gebärmutterhalsabstrich, der im Labor auf eventuelle Anzeichen für einen Gebärmutterkrebs überprüft wird.

Ab einem Alter von 30 Jahren kontrolliert der Arzt zusätzlich die Brust. Er tastet sie und die dazugehörenden Lymphknotenbereiche nach möglichen Symptomen für einen Brustkrebs ab.

Im Laufe des Jahres wird in Deutschland stufenweise das so genannte Mammographie-Screening eingeführt. Dabei werden Frauen zwischen 50 und 69 Jahren alle zwei Jahre zu einer Röntgenkontrolle der Brust eingeladen. Mit dieser speziellen Untersuchung können kleine Tumore besser erkannt und eine erfolgreiche Therapie eingeleitet werden.

Frauen unter 50 Jahren haben weiterhin Anspruch auf eine Röntgenuntersuchung ihrer Brust, wenn ein konkreter medizinischer Verdacht auf eine Krebserkrankung besteht.

Früherkennungs-Untersuchung für Männer

Sie beginnt ab dem Alter von 45 Jahren. Dabei werden Prostata und Hoden auf mögliche Anzeichen für eine Krebserkrankung hin mit einer Tastuntersuchung kontrolliert.

Spezielle Darmkrebs-Vorsorge für alle

Ab einem Alter von 50 Jahren haben Sie (Männer und Frauen) die Möglichkeit, jährlich einmal Ihren Stuhl auf verborgenes Blut untersuchen zu lassen.

Ab einem Alter von 55 Jahren können Sie sich für eine Spiegelung des gesamten Dickdarms (Koloskopie) mit einer Wiederholung nach zehn Jahren entscheiden. Sie können jedoch auch wählen, anstelle dieser Koloskopie nur eine Untersuchung des Stuhles auf verborgenes Blut alle zwei Jahre durchführen zu lassen.

Sollte der Arzt bei einer der Untersuchungen etwas finden, z. B. bei der Darmkrebs-Vorsorge Blutbeimengungen im Stuhl, heißt das noch lange nicht, dass Sie Krebs haben. Es kann sich z. B. um eine gutartige Gewebeveränderung handeln. Um sicherzugehen, wird er auf jeden Fall weitere Untersuchungen vornehmen.

Selbstuntersuchung

Zusätzlich zu den Untersuchungen können Sie selbst viel zur Früherkennung von Krebskrankheiten beitragen. Und das ohne großen Aufwand. Beobachten Sie einfach regelmäßig Ihren Körper. Zum Beispiel morgens nach dem Duschen oder abends vor dem Zubettgehen.

Einmal im Monat sollten Frauen ihre Brust und Männer ihre Hoden auf Veränderungen und Schmerzen durch Berührung hin abtasten. Wie Sie es richtig machen, zeigt Ihnen Ihr Arzt gerne bei einer der Früherkennungs-Untersuchungen. Fragen Sie ihn danach.

Außerdem sollten Sie Ihre Haut einmal monatlich systematisch von Kopf bis unter die Fußsohlen untersuchen. Achten Sie dabei vor allem auf Pigment- und Leberflecken.

Veränderungen beim Stuhlgang oder Wasserlassen, unerklärlicher Gewichtsverlust und unklare Temperaturerhöhungen sind Signale Ihres Körpers, die Sie ernst nehmen sollten. Das gilt auch für Schwellungen oder Wunden, die nicht heilen wollen.

Grundsätzlich sollten Sie bei auftretenden Beschwerden vorsichtshalber zum Arzt gehen. Die Untersuchung ist Teil der ärztlichen Behandlung und muss vom Arzt über die Versichertenkarte abgerechnet werden.

Vorsorge- und Reha-Leistungen

Parallel zu den Untersuchungen zur Früherkennung von Krankheiten, stellt die BKK-Krankenversicherung auch Leistungen zur Krankheitsvorsorge und zur Rehabilitation zur Verfügung. Diese Maßnahmen sollen helfen, gesund zu bleiben bzw. von Krankheiten zu genesen.

Grundsätzlich haben alle BKK-Versicherten Anspruch auf eine Vorsorge- bzw. Rehabilitationsleistung. Das gilt auch für Rentner, mitversicherte Ehegatten, Jugendliche und Kinder. Eine erneute Maßnahme dieser Art (ambulant oder stationär) kann erst nach Ablauf von vier Jahren nach der letzten Maßnahme durchgeführt werden. Liegen zwingende gesundheitliche Gründe vor, kann die Frist verkürzt werden. Ambulante Vorsorgeleistungen können schon alle drei Jahre beansprucht werden.

Vorsorge

Die ambulante Vorsorge am anerkannten Kurort – früher Badekur genannt – ist eine medizinische Leistung, bei der unter kurärztlicher Leitung folgende Behandlungsmethoden angewendet werden:

- ärztliche Hilfe, Beratung, Motivierung und ggf. Behandlung einschließlich Versorgung mit Arznei- und Verbandmitteln;
- Maßnahmen der physikalischen Therapie ggf. unter Nutzung ortsgebundener bzw. -spezifischer Heilmittel (Heilwasser, Klima u. ä.), Bewegungstherapie und Übungsbehandlung
- Verhaltenstraining, Gesundheitsbildung und Ernährungs- und Diätberatung.

Für Unterbringung und Verpflegung sorgen die Versicherten selbst. In besonderen Fällen (z. B. bei Kindern und Jugendlichen) können Vorsorgeleistungen auch stationär durchgeführt werden. Vorsorgeleistungen werden längstens für drei Wochen – bei Kindern unter 14 Jahren bis zu 6 Wochen – erbracht.

Rehabilitation

Bei der Rehabilitation handelt es sich um eine umfassende Maßnahme, bei der ärztliche Behandlung, unterschiedliche Therapieformen (Physiotherapie, Ergotherapie, Sporttherapie, Psychotherapie u. a.) und Beratungsangebote (Ernährungsberatung u. ä.), individuell am Bedarf des Patienten ausgerichtet, erbracht werden. Die Rehabilitation wird in ambulant-wohnortnaher und stationärer Form angeboten.

Leistungen zur Rehabilitation umfassen in der Regel 20 Behandlungstage (ambulant) bzw. drei Wochen (stationär). In Einzelfällen gibt es auch kürzere oder – bei medizinischer Notwendigkeit – längere Maßnahmen.

Verfahren

Ihrem Antrag für eine Vorsorge- bzw. Reha-Leistung muss grundsätzlich eine Bescheinigung des behandelnden Arztes über die medizinische Notwendigkeit beigefügt sein. Diese enthält Angaben zur Diagnose und Indikation.

Ihren Antrag nimmt Ihre BKK entgegen und sorgt für die Abwicklung über den Medizinischen Dienst der Krankenkassen – schnell und ohne große Formalitäten.

Für Reha-Maßnahmen bei Erwerbstätigen ist grundsätzlich Ihre Rentenversicherung zuständig. Auch hier helfen wir Ihnen gern, den Antrag auszufüllen und leiten ihn umgehend weiter.

Der Rentenversicherungsträger (z. B. die LVA oder die BfA) wird dann über den Antrag, die Einrichtung und den Zeitraum der Maßnahme entscheiden.

Eigenbeteiligungen

Die Kosten für eine stationäre Vorsorge- bzw. Rehabilitationsbehandlung sowie für ambulante Reha werden von der BKK grundsätzlich voll übernommen. Versicherte, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, müssen allerdings die gesetzlich vorgeschriebenen Eigenanteile zahlen = 10,00 € pro Tag. Das gilt auch für die Leistungen für Mütter oder Väter.

Folgt unmittelbar auf eine Krankenhausbehandlung eine Anschluss-Rehabilitation (z. B. nach einem Herzinfarkt), so hat der Versicherte 10,00 € pro Behandlungstag für längstens 28 Tage je Kalenderjahr zu zahlen, die Zeit der Krankenhausbehandlung eingerechnet. Diese „verminderte Zuzahlung“ gilt auch in ganz bestimmten Fällen, wie z. B. Alkohol-Entwöhnungsbehandlungen.

Wenn Sie die ambulante Vorsorge in Anspruch nehmen, übernimmt die BKK die Kosten der kurärztlichen Behandlung, für Arznei- und Heilmittel sowie Maßnahmen zur Gesundheitsförderung. Auch hier gelten für Versicherte über 18 Jahre die gesetzlichen Zuzahlungen (10 % der Kosten und 10,00 € je Verordnung). Zu den übrigen Kosten, wie Unterkunft und Verpflegung, zahlt die BKK einen Tageszuschuss von maximal 13,00 €, der bei Kleinkindern (1. – 6. Lebensjahr) auf maximal 21,00 € erhöht werden kann.

Im Rahmen der „Belastungsgrenzen“ ist die Befreiung von Eigenanteilen möglich. Sprechen Sie bitte Ihren BKK-Berater an.

Impressum
Herausgeber: BKK Bundesverband, Essen, www.bkk.de
Gestaltung: Typografischer Betrieb Lehmann, Essen
Verlag, Vertrieb und Druck: AGIS Verlag, Baden-Baden

Stand: Januar 2005



Früherkennungsuntersuchung für Kinder, Krebsfrüherkennung und Gesundheits-Check-up, Vorsorge- und Reha-Leistungen



Gemeinsam mit den Ärzten Krankheiten vorbeugen und durch Früherkennungsuntersuchungen mögliche Erkrankungen im Erststadium zu erkennen, das ist das wichtigste Ziel der BKK.

Das BKK-Angebot beginnt unmittelbar nach der Geburt des Kindes mit einem kompakten Untersuchungs-Programm für die ersten 15 Lebensjahre, die Zahnprophylaxe eingeschlossen, setzt sich fort durch den Gesundheits-Check-up ab „35“ und hat einen besonderen Akzent bei der Krebsfrüherkennung.

Zur Sicherung und Förderung der Gesundheit bieten die BKK die ambulanten und stationären Vorsorge- und Reha-Leistungen.

Auf den folgenden Seiten möchten wir Sie über Details dieser Angebote informieren.



Untersuchungsprogramm für Kinder

Besonders wichtig für die gesundheitliche Entwicklung eines Menschen sind die ersten Lebensjahre. Denn in der Kindheit werden die Weichen gestellt für das spätere körperliche und psychische Wohlbefinden.

Gemeinsam mit den Ärzten haben wir deshalb ein spezielles Untersuchungsprogramm für Kinder entwickelt. Es besteht aus zehn Untersuchungen, U1 – U9 + J1. Es dient dazu, Krankheiten und Fehlentwicklungen körperlicher und psychischer Art so früh wie möglich zu erkennen. Denn umso größer ist die Chance, dass Ihrem Kind geholfen werden kann.

Die Untersuchungen im Detail

U1 und U2 (unmittelbar nach der Geburt bzw. 3. – 10. Lebens- tag): Um diese beiden Neugeborenen-Untersuchungen, die Erstuntersuchung U1 und die Basisuntersuchung U2, brauchen Sie sich nicht selbst zu kümmern, wenn Sie in einer Klinik entbinden. Haben Sie sich jedoch für eine Haus- oder ambulante Entbindung entschieden, stellen Sie bitte sicher, dass diese beiden Untersuchungen termingerecht durchgeführt werden. Bei U1 wird u. a. die Vitalität Ihres Kindes kontrolliert; bei U2 wird der gesamte Entwicklungszustand genau diagnostiziert.

U3 (4. – 6. Lebenswoche): Es beginnen nun die Untersuchungen im Säuglingsalter. Der Arzt prüft u. a. erneut die Organfunktionen. Er achtet besonders auf:

- Ernährungszustand und Gewicht,
- Trinkverhalten,
- altersgerechte Bewegung,
- Zustand der Hüftgelenke,
- Augenreaktion und Hörvermögen,
- Schlafgewohnheiten,
- schwitzen, z. B. im Schlaf,
- Ernährungshinweise im Hinblick auf Mundgesundheit.

U4 (3. – 4. Lebensmonat): Bei dieser Untersuchung stehen Motorik, Skelett und Nervensystem im Vordergrund. U. a. geht es darum, ob Ihr Kind

- auf Zuwendung mit einem Lächeln reagiert,
- den Kopf schon kurze Zeit hochhalten kann, wenn es auf dem Bauch liegt,
- aufmerksam auf Geräusche reagiert,
- ein Spielzeug mit den Augen verfolgt,
- ein Spielzeug in der Hand halten kann,
- möglicherweise schielt.

Die U4 kann mit den ersten Schutzimpfungen verbunden werden: gegen Diphtherie/Keuchhusten/Wundstarrkrampf (zwei Impfungen im 4-Wochen-Abstand) sowie gegen schwere Hirnhautentzündung und Kinderlähmung.

U5 (6. – 7. Lebensmonat): Jetzt wird u. a. untersucht, ob Ihr Kind

- sich vom Rücken auf den Bauch dreht und sich in der Bauchlage mit geöffneten Händen abstützt,
- Blickkontakt zu anderen Personen aufnimmt,
- mit den Händen greifen kann,
- auf unterschiedliche Geräusche reagiert,
- Laute von sich gibt. Hinzu kommen
- Hinweise zu Mundhygiene und zahnschonender Ernährung.

Auch jetzt besteht ein Impfangebot: die dritte gegen Diphtherie/Keuchhusten/Wundstarrkrampf und jeweils die zweite gegen schwere Hirnhautentzündung und Kinderlähmung.

U6 (10. – 12. Lebensmonat): Diese Untersuchung richtet sich auf sämtliche körperliche und seelische Merkmale, insbesondere auf

- selbstständiges Essen und die Verdauung,
- das Gehör, die Augen, die Muskeln,
- die Bewegungsabläufe,
- die Feinmotorik,
- die Sprachentwicklung.

Zwischen U6 und U7 sind folgende Impfungen fällig: die vierte gegen Diphtherie/Keuchhusten/Wundstarrkrampf sowie die jeweils dritte gegen schwere Hirnhautentzündung und Kinderlähmung. Ab dem 15. Monat kann die Kombinationsimpfung gegen Masern, Mumps und Röteln erfolgen.

U7 (21. – 24. Lebensmonat): Mit U7 beginnen die Kleinkind-untersuchungen und die zeitlichen Abstände werden größer. Der Arzt prüft, ob Ihr Kind

- allein gehen, sich bücken und wieder aufrichten kann,
- richtig hören und sehen kann,
- Gesprochenes versteht und auf einfache Fragen reagiert,
- Zweiwortsätze bildet.

U8 (43. – 48. Lebensmonat): Diesmal wird der Arzt

- Augen und Ohren besonders kontrollieren,
- einen Zuckertest durchführen,
- die körperliche Geschicklichkeit testen,
- Sprachentwicklung, Kontaktfähigkeit, Sozialverhalten und Selbstständigkeit prüfen.

U9 (5. Lebensjahr): Ihr Kind wird nun bald zur Schule gehen; deshalb wird der Arzt auch die Schulfähigkeit beurteilen, vor allem

- das Seh- und Hörvermögen,
- die Konzentration,
- die Körperhaltung,
- das Sprachverhalten,
- das Sozialverhalten,
- die Selbstständigkeit.

J1 (13. – 15. Lebensjahr): Ihr Kind ist nun „den Kinderschuhen entwachsen“. Die Jugendgesundheitsuntersuchung J1 steht deshalb in Verbindung mit der beginnenden Pubertät. In einem ausführlichen Gespräch mit dem Jugendlichen geht der Arzt auf Themen ein wie

- Probleme im Elternhaus und mit Gleichaltrigen,
- Schulschwierigkeiten,
- Sozialverhalten,
- gesundheitsschädigendes Verhalten wie Rauchen und Alkohol- oder Drogenkonsum,
- chronische Erkrankungen.

Weiterhin untersucht der Arzt

- Skelett, Wachstum, Körperhaltung,
- Körpergewicht,
- Hals-, Brust- und Bauchorgane,
- Blutdruck,
- Pubertätsentwicklung.

Außerdem wird der Impfstatus Ihres Kindes überprüft.

Zahnärztliche Untersuchungen

Für Kinder, die nicht im Kindergarten oder in der Schule an Maßnahmen der zahnmedizinischen Gruppenprophylaxe teilnehmen können, bietet die BKK Maßnahmen der zahnmedizinischen Früherkennungsuntersuchungen sowie der Individualprophylaxe an.

Kinder zwischen dem 30. und 42. Lebensmonat können an der ersten, Kinder zwischen dem fünften und sechsten Lebensjahr an der zweiten zahnmedizinischen Früherkennungsmaßnahme teilnehmen. Die 6- bis 18-Jährigen können dann Leistungen der zahnmedizinischen Individualprophylaxe in Anspruch nehmen.

Das sollten Sie beachten

Die Untersuchungen U1 – U9+J1 sind kostenfrei. Für U1 ist kein Versicherungsausweis erforderlich, bei U2 – U9+J1 genügt die BKK-Versichertenkarte Ihres Kindes. Sie erhalten – meist in der Geburtsklinik im Anschluss an U1 – ein spezielles Untersuchungsheft. Hier werden alle Ergebnisse eingetragen. Bewahren Sie das Heft gut auf und nehmen Sie es zu jeder Untersuchung mit – dazu den Impfpass des Kindes und den Mutterpass.

Vor allem ist aber wichtig: Halten Sie bitte die Untersuchungstermine genau ein. Ihr Kind wird es Ihnen danken.

Gesundheits-Check-up

Der Gesundheits-Check-up ist ein spezielles Angebot ab 35 Jahre – egal ob Mann oder Frau. Nehmen Sie deshalb diese „Einladung“ an, auch dann, wenn Sie glauben, vollkommen gesund zu sein.

Wahrscheinlich sind Sie es auch, doch sicher ist sicher. Ihr Arzt kann vieles sehen, von dem Sie selbst noch gar nichts wissen. Bemerkt er erste Anzeichen für eine Krankheit, kann er sofort



reagieren und Schlimmeres verhüten. Und was genauso wichtig ist: Er kann Ihnen viele Tipps geben, wie Sie mit wenig Aufwand viel für Ihre Gesundheit erreichen können. Rechtzeitig erkannt, sind die meisten Volkskrankheiten kaum ein Problem.

Und eines ist sicher: Früherkennung steigert den Behandlungserfolg, z. B. bei Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen. Und rechtzeitig entdeckt, können Sie auch mit Diabetes heute in der Regel ein normales Leben führen. Die Suche nach diesen Krankheiten steht deshalb auch im Mittelpunkt des Gesundheits-Check-ups. Die Kosten übernimmt natürlich Ihre BKK. Sie brauchen sich lediglich alle zwei Jahre die Zeit für einen Arztbesuch zu nehmen.

Für Ihren Gesundheits-Check-up brauchen Sie nichts weiter zu tun, als einfach zum Arzt zu gehen. Zum Beispiel zu Ihrem Hausarzt, aber auch zu jedem anderen praktischen Arzt, Allgemeinmediziner oder Internisten. Sie legen nur Ihre Versichertenkarte vor – das ist alles. Ein spezieller Berechtigungsschein ist nicht notwendig, eine Praxisgebühr fällt nicht an.

Die Untersuchung dauert ca. eine halbe Stunde. Sie sollten deshalb vorher kurz anrufen und einen Termin ausmachen.

Inhalt und Ablauf

Ein ausführliches Gespräch zu aktuellen Beschwerden, Krankheiten und Lebensgewohnheiten leitet den Gesundheits-Check ein. Der Arzt wird Sie danach eingehend körperlich untersuchen. Sie werden gewogen, Blutdruck und Puls werden gemessen, die Lunge wird abgehört usw. Zusätzlich nimmt der Arzt eine Blutprobe fürs Labor, um sich so ein umfassendes Bild von Ihrer Gesundheit zu machen.

Durch die Blutuntersuchung lässt sich feststellen, ob Sie z. B. an Stoffwechselkrankheiten, wie Diabetes oder Herz-Kreislauf-Krankheiten, leiden. Gleichzeitig wird eine Urinprobe ins Labor geschickt. Sie gibt Aufschluss darüber, ob z. B. mit Ihren Nieren und ableitenden Harnwegen alles in Ordnung ist.