

## Weitere Krebsvorsorgeuntersuchungen

Darüber hinaus werden einige weitere Krebsvorsorgeuntersuchungen angeboten, die Versicherte zur Verringerung ihres Krebsrisikos ebenfalls in Anspruch nehmen sollten. Männer und Frauen ab 50 Jahren haben Anspruch auf eine jährliche Dickdarm- und Rektumuntersuchung mit gezielter Beratung, Tastuntersuchung des Enddarms, Test auf verborgenes Blut im Stuhl (bis 55 Jahren). Ab 55 Jahren können

Männer und Frauen im Abstand von 10 Jahren zweimal eine Darmspiegelung mit gezielter Beratung oder alle zwei Jahre einen Test auf verborgenes Blut im Stuhl in Anspruch nehmen. Ferner können Frauen zwischen 50 und 69 alle zwei Jahre ein Mammografiescreening durchführen lassen, mit einer Einladung in eine zertifizierte Screeningeinheit, Information und Röntgen der Brüste durch Mammografie.

## Beratungspflicht für Brust-, Darm- und Gebärmutterhalskrebs

Seit 01.01.2008 müssen sich Versicherte beim Arzt über Früherkennung von Brust- und Darmkrebs (jeweils ab 50 Jahren) sowie Gebärmutterhalskrebs (ab 20 Jahren) beraten lassen, wenn sie später im Fall einer Erkrankung nur 1 und nicht 2 % ihres Bruttoeinkommens für Zuzahlungen (z. B. zu Medikamenten, Heilmitteln usw.) aufbringen wollen. Die Beratung ist jeweils innerhalb von zwei Jahren nach Beginn des Anspruchs auf eine Krebsvorsorgeuntersuchung durchzuführen.

mens für Zuzahlungen (z. B. zu Medikamenten, Heilmitteln usw.) aufbringen wollen. Die Beratung ist jeweils innerhalb von zwei Jahren nach Beginn des Anspruchs auf eine Krebsvorsorgeuntersuchung durchzuführen.



## Keine Praxisgebühr

Früherkennungs- und Krebsvorsorgeuntersuchungen sind von der Praxisgebühr ausgenommen. Sie umfassen nicht nur die unmittelbare ärztliche Tätigkeit, sondern auch ein Informationsgespräch mit dem

Arzt einschließlich Beratung. Die BKK bezahlt diese Untersuchungen. Außerdem gewähren wir Ihnen einen Bonus, wenn Sie regelmäßig daran teilnehmen.

## Selbstbeobachtung und Vorbeugung

Beobachten Sie Ihren Körper auch zwischen den Untersuchungen aufmerksam. Bei folgenden Veränderungen sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen: starke Gewichtsabnahme, Appetitlosigkeit, Nachtschweiß, Veränderungen von Hautflecken in Farbe und Größe, Auftreten von Knoten – insbesondere an Hals, Achselhöhlen, Brust oder Genitalen. Verzichten Sie zu-

dem auf Nikotin und übermäßigem Alkoholkonsum. Treiben Sie regelmäßig Sport und vermeiden Sie Übergewicht. Auch eine ausgewogene Ernährung mit vielen Ballaststoffen, z. B. Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte und reichlich Gemüse, trägt zur Vorbeugung und natürlich zur allgemeinen Gesunderhaltung bei.



Ratgeber



## Gesundheits-Check-up und Früherkennung

Gut für  
Dich!

© 2009 FKM VERLAG GMBH, Ebertstr. 10, 76137 Karlsruhe, www.fkm-verlag.com, Idee und Konzept: FKM VERLAG GMBH, Fotos: Fotolia.com (2), MEV (2), Mellis, prodente, berwis



Nutzen Sie unser kostenloses Angebot!





*Gesund leben und bewusste Vorsorge sind die beste Medizin. Damit Erkrankungen schon möglichst früh erkannt werden können, bietet die BKK ihren Versicherten sogenannte Früherkennungsuntersuchungen an. Denn die Behandlungs- und Heilungsmöglichkeiten sind umso besser, je eher eine Krankheit erkannt wird.*

### Vor der Krankheit zum Arzt

Früherkennungsuntersuchungen sind ein wesentlicher Teil der Prävention. Denn für alle Versicherten gilt: Wer für seine Gesundheit etwas tun will,

geht nicht erst zum Arzt, wenn sich Beschwerden einstellen. Wichtig ist vielmehr, den eigenen Gesundheitszustand regelmäßig kontrollieren zu lassen.



### Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung

Zur Schwangerschaftsvorsorge gehören die Feststellung der Schwangerschaft sowie die Betreuung während der Schwangerschaft und nach der Entbindung. Dabei soll die Schwangere untersucht und beraten werden, z. B. über Gesundheitsrisiken oder Ernährung. Ärztinnen und Ärzte, Heb-

ammen und die BKK wirken zusammen. Zu den Vorsorgeleistungen gehören u. a. Erkennung und Überwachung von Risikoschwangerschaften, Ultraschalldiagnostik, serologische Untersuchungen auf Infektionen sowie Untersuchung und Beratung der Wöchnerin.

### Kinder- und Jugenduntersuchungen

Die BKK übernimmt eine Reihe von Früherkennungs- und Vorsorgemaßnahmen bei Kindern und Jugendlichen. Die Eltern erhalten gleich nach der Geburt des Kindes im Krankenhaus oder beim Kinderarzt ein Untersuchungsheft für Kinder, in dem genau aufgelistet wird, wann welche Untersuchung ansteht.

Die Früherkennungsmaßnahmen bei Mädchen und Jungen von der Geburt bis zum Alter von 5 Jahren umfassen zehn Untersuchungen (U1 bis U9, U7a) und erfassen die körperliche und geistige Entwicklung des Kindes. Die erste Untersuchung erfolgt unmittelbar nach der Geburt. Ärztinnen und Ärzte achten im Rahmen der Kinderfrüherkennungsuntersuchun-

gen auf Störungen in der Neugeborenenperiode, angeborene Stoffwechselstörungen, Entwicklungs- und Verhaltensstörungen, Sinnes-, Atmungs- und Verdauungsorgane, Zähne, Kiefer, Mund, Skelett und Muskulatur.

Die zusätzliche J-Untersuchung bei Mädchen und Jungen zwischen dem 13. und dem 14. Lebensjahr umfasst u. a. auffällige seelische Entwicklungen bzw. Verhaltensstörungen, gesundheitsgefährdendes Verhalten (Rauchen, Alkohol- und Drogenkonsum, Schulleistungsprobleme), Körpermaße, Wachstumsstörungen, allgemeine körperliche Entwicklung sowie Erkrankungen der Hals-, Brust- und Bauchorgane.

### Gesundheits-Check-up

Frauen und Männer ab 35 Jahren können alle zwei Jahre einen sogenannten Gesundheits-Check-up in Anspruch nehmen. Er dient vor allem zur Früherkennung häufig auftretender Krankheiten wie Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie Zuckerkrankheit

(Diabetes mellitus). Der Check-up umfasst u. a. eine Anamnese mit Erfassung des Risikoprofils, klinische Untersuchungen (körperliche Untersuchung einschließlich Blutdruckmessen), Blut- und Urinuntersuchungen sowie eine Beratung über das Ergebnis.



### Zahnvorsorgeuntersuchungen

Die Vorsorgeuntersuchungen auf Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten bei Mädchen und Jungen umfassen: Einschätzung des Kariesrisikos, Mundhygieneberatung, Inspektion der Mundhöhle, Motivation zur Prophylaxe. Ab 18 Jahren haben Frauen und Männer einmal je Kalenderhalbjahr Anspruch auf eine eingehende Unter-

suchung im Rahmen des Bonushefts. Hierbei wird keine Praxisgebühr erhoben. Dies gilt auch, wenn in derselben Sitzung eine Zahnsteinentfernung (die BKK übernimmt eine Behandlung), Röntgenuntersuchung, Sensibilitätsprüfung oder eine PSI-Code-Erhebung (Zahnfleischerkrankungen) durchgeführt werden.



### Kostenlose Krebsvorsorgeuntersuchung

Ihre BKK bietet Frauen ab 20 und Männern ab 45 Jahren einmal im Jahr eine spezielle und kostenlose Krebsvorsorgeuntersuchung an. Diese soll die Früherkennung von Krebs noch vor dem Auftreten von Symptomen oder Krankheitszeichen ermöglichen. Denn je frühzeitiger die Diagnose, desto erfolgreicher die Behandlung und damit auch die Heilungschancen. Doch leider gehen laut Statistik nur jede zweite Frau und jeder fünfte Mann regelmäßig zur Krebsvorsorge. Bei Frauen ist üblicherweise der Frauenarzt für die kostenlose Krebsvorsorgeuntersuchung zuständig, bei Männern der Urologe. Bei Personen mit hohem Risiko, besonders Raucher/innen, ist regelmäßige Krebsvorsorge besonders wichtig. Das gilt auch, wenn Krebserkrankungen in der Familie bekannt sind.

#### Jährliche Vorsorge bei Frauen

- **Ab 20 Jahren:** Genitaluntersuchung mit gezielter Anamnese (z. B. Fragen nach Blutungsstörungen, Ausfluss), Inspektion des Muttermundes, Abstrich und zytologische Untersuchung, gynäkologische Tastuntersuchung.
- **Ab 30 Jahren:** Brust- und Hautuntersuchung mit gezielter Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/Beschwerden der Haut und der Brust), Inspektion und Abtasten der Brust und der regionären Lymphknoten einschließlich der Anleitung zur Selbstuntersuchung.

#### Jährliche Vorsorge bei Männern

- **Ab 45 Jahren:** Prostata-, Genital- und Hautuntersuchung mit gezielter Anamnese, Inspektion und Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane, Abtasten der Prostata und regionären Lymphknoten.