

IKK-INFORMATIV



Krebsfrüherkennung und Gesundheits-Check-up

 **ikk** gesund
plus

Mehr Leistung. Mehr Service.

Vorwort

In Deutschland geht nur knapp die Hälfte der Anspruchsberechtigten (Frauen: 48,5 %/Männer: 45,4 %) regelmäßig zum Gesundheits-Check-up (2015, Quelle: Robert Koch-Institut). Ein großer Anteil der erwachsenen Bevölkerung (Frauen: 88,5 %/Männer: 75,7 %) gibt an, die Empfehlungen der Krankenkassen zur Teilnahme an Krebsfrüherkennungsuntersuchungen zu kennen; aber nur etwas mehr als zwei Drittel der Frauen (67,2 %) und zwei Fünftel der Männer (40 %) berichten, die Krebsfrüherkennungsuntersuchungen regelmäßig in Anspruch zu nehmen (2016, Quelle: Robert Koch-Institut).

Und dabei sind Vorsorge und Früherkennung doch so wichtig: Werden Krankheiten frühzeitig erkannt, können sie besser behandelt und in vielen Fällen geheilt werden. Jeder sollte daher für sich selbst und die Versicherungsgemeinschaft, die im Krankheitsfall für die Behandlungskosten aufzukommen hat, Verantwortung übernehmen.

Wir bieten eine ganze Reihe von Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen an. Welche das konkret sind, erfahren Sie auf den folgenden Seiten. Sie können nachlesen, wer ab welchem Alter Anspruch hat, was zum Umfang der von uns übernommenen ärztlichen Leistungen gehört und was es darüber hinaus zu wissen gibt. Nehmen Sie unsere Angebote bitte unbedingt in Anspruch und bleiben Sie gesund!

Ihre IKK gesund plus

Herausgeber:



14. Auflage

Stand: 1. Januar 2022 · GK100127

© PRESTO Gesundheits-

Kommunikation GmbH

www.presto-gk.de

Unsere Leistungen im Überblick

Wer etwas für seine Gesundheit tun will, begibt sich nicht erst dann zum Arzt, wenn sich erste Anzeichen einer Krankheit bzw. Beschwerden einstellen. Durch Früherkennungs- und Vorsorgeuntersuchungen werden Erkrankungen rechtzeitig erkannt und die Heilungschancen steigen. In der Prävention sehen wir einen Schwerpunkt unserer Tätigkeit, das weitreichende Spektrum unserer Leistungen umfasst im Wesentlichen:

- Gesundheits-Check-up,
- Krebsfrüherkennung bei Frauen und Männern,
- Früherkennungsuntersuchungen für Kinder und Jugendliche,
- Vor-/Nachsorgeuntersuchungen bei Schwangerschaft und Entbindung,
- Schutzimpfungen sowie
- Untersuchungen zur Verhütung von Zahnerkrankungen.

Hinweis

- *In diesem Faltblatt gehen wir ausführlich auf die beiden erstgenannten Präventionsmaßnahmen ein. Detaillierte Informationen zu unseren weiteren Vorsorgeangeboten stellen wir Ihnen selbstverständlich gern zur Verfügung.*

Der Gesundheits-Check-up

IKK-Versicherte haben ab Vollendung des 18. Lebensjahres bis zum Ende des 35. Lebensjahres einmalig Anspruch auf eine ärztliche Gesundheitsuntersuchung, auch Gesundheits-Check-up genannt. Ab dem vollendeten 35. Lebensjahr besteht alle drei Jahre Anspruch auf einen solchen Check-up – Vorlage der IKK-Versichertenkarte genügt. Gehen Sie dazu bitte nüchtern in die Arztpraxis, also ohne gefrühstückt zu haben.

Die relativ einfachen und wenig belastenden Untersuchungen nimmt Ihr Hausarzt vor, sie erstrecken sich insbesondere auf die Früherkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Nierenerkrankungen sowie der Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus). Die durchzuführenden ärztlichen Maßnahmen umfassen im Einzelnen die nachfolgend beschriebenen Leistungen:

1. **Anamnese** (Krankengeschichte)

Erhebung der Eigen-, Familien- und Sozialanamnese (z.B. Erfragen bestehender Beschwerden) und Erfassung des Risikoprofils (z.B. Rauchen, Übergewicht)

2. **Körperliche Untersuchung** (Ganzkörperstatus)

Untersuchung zur Erhebung des vollständigen Status

Beim Gesundheits-Check-up verschafft sich der Arzt also zunächst einen Gesamteindruck von Ihnen. Dabei geht es beispielsweise um Größe, Gewicht, medizinische Vorgeschichte, erblich bedingte Risikofaktoren, Ernährungsgewohnheiten, Alkohol- und Nikotinkonsum, Stress und sportliche Aktivitäten. Untersucht werden aber auch die Beweglichkeit der Gelenke, die Reflexe, der Puls und Blutdruck, das Herz, die Lunge und die Atemwege, der Bauch sowie die Lymphdrüsen.

Ultraschallscreening auf Bauchaortenaneurysmen: Männer haben ab Vollendung des 65. Lebensjahres einmalig Anspruch auf eine Ultraschalluntersuchung zur Früherkennung von krankhaften Ausbuchtungen der Bauchschlagader.

Screening auf Hepatitis-B- und Hepatitis-C-Virusinfektion: Für Frauen und Männer, die das 35. Lebensjahr vollendet haben, besteht seit dem 1. Oktober 2021 ein Anspruch auf eine Blutuntersuchung zur Früherkennung der Viruserkrankungen Hepatitis B und Hepatitis C (jeweils einmalig).

3. **Labor** (vor Vollendung 35. Lebensjahr nur eingeschränkt)

- Untersuchungen aus dem Blut einschließlich Blutentnahme, d.h. Cholesterinwerte und Glukose (Zucker)

- Urinuntersuchungen, d. h. Eiweiß, Glukose, rote und weiße Blutkörperchen und Nitrit (Harnstreifentest) – helfen u. a., Nierenerkrankungen, bakterielle Infektionen, Diabetes und Mangelernährung zu erkennen

4. Überprüfung des Impfstatus

Sind alle empfohlenen Impfungen und Auffrischungen erfolgt?

5. Auswertung und Beratung

Nach Abschluss der Maßnahmen informiert der Arzt Sie über die Untersuchungsergebnisse und erörtert etwaige Auswirkungen auf die weitere Lebensgestaltung. Dabei wird er insbesondere Ihr individuelles Risikoprofil ansprechen und Sie auf Möglichkeiten und Hilfen zur Vermeidung und zum Abbau gesundheitsschädigenden Verhaltens hinweisen.

Sofern medizinisch angezeigt, wird er eine Präventionsempfehlung für Leistungen zur verhaltensbezogenen Prävention ausstellen.

Unser Tipp

- *Hat es eine „Standpauke“ oder gar eine Präventionsempfehlung vom Arzt gegeben? Wir unterstützen Sie nach Kräften auf dem Weg zu einer gesünderen Lebensweise; beispielsweise mit fachkundigem Informationsmaterial und unseren zahlreichen Angeboten der Gesundheitsförderung.*

Ist ein Gesundheits-Check-up durchgeführt worden, muss in den auf das Untersuchungsjahr folgenden zwei Kalenderjahren ausgesetzt werden. Soweit möglich sollte die Inanspruchnahme zusammen mit Krebsfrüherkennungsuntersuchungen erfolgen.

Die Krebsfrüherkennung

In Deutschland starben im Jahr 2019 rund 231.000 Menschen an den Folgen einer Krebserkrankung – 106.000 Frauen und 125.000 Männer (Quelle: www.destatis.de). Damit war Krebs die Ursache für ein Viertel aller Todesfälle. Dieser Anteil hat sich binnen 20 Jahren kaum verändert, auch wenn die Zahl der Krebstoten seit 1999 um rund 10 Prozent gestiegen ist. Insgesamt fanden sich unter den 20 häufigsten Todesursachen 6 verschiedene Krebserkrankungen. Dabei gab es teilweise deutliche Unterschiede zwischen Männern und Frauen: War der Lungen- und Bronchialkrebs bei Männern die häufigste Todesursache (27.900), so dominierte bei Frauen der Brustkrebs (18.500).

Unser Krebsfrüherkennungsprogramm kann die Chancen auf Heilung oder langjähriges Überleben sowie auf Erhalt der Lebensqualität erhöhen, da es eine frühzeitige Behandlung ermöglicht:

Untersuchung	Alter	Turnus
Genitaluntersuchung für Frauen zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs	ab dem Alter von 20 Jahren	jährlich

Die Untersuchung umfasst im Alter von 20 bis 34 Jahren:

- gezielte Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/ Beschwerden)
- Krebsabstrich und zytologische Untersuchung (Pap-Test)
- gynäkologische Tastuntersuchung, Untersuchung der genitalen Hautregion
- auffällige Befunde werden weiter abgeklärt, je nach Befund mittels weiterer zytologischer Untersuchung, einem HPV-Test (Test auf genitale Infektionen mit Humanen Papillomviren) oder einer Kolposkopie (Spiegelung) des Gebärmutterhalses
- Befundmitteilung mit anschließender Beratung

Die Untersuchung umfasst ab dem Alter von 35 Jahren anstelle des Pap-Tests alle drei Jahre:

- Kombinationsuntersuchung aus zytologischem Abstrich vom Muttermund und einem HPV-Test (beim sog. Ko-Test wird ein vom Gebärmutterhals entnommener Abstrich sowohl auf HP-Viren als auch auf Zellveränderungen untersucht)
- auffällige Befunde werden weiter abgeklärt (durch einen weiteren Ko-Test oder einer Kolposkopie des Gebärmutterhalses)

Das Gebärmutterhalskrebs-Screening umfasst:

- schriftliche Einladung der IKK/zuständigen Krankenkasse alle fünf Jahre, d. h. mit 20, 25, 30, 35 etc. bis 65 Jahren
- Informationen (Merkblatt) mit der Einladung
- Gebärmutterhalskrebsfrüherkennung (siehe oben)

Brustuntersuchung	ab dem	jährlich
für Frauen zur Früherkennung	Alter von	
von Brustkrebs	30 Jahren	

Die Untersuchung umfasst:

- gezielte Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/ Beschwerden)
- Inspektion und Abtasten der Brust und der regionären Lymphknoten einschließlich der ärztlichen Anleitung zur Selbstuntersuchung
- Beratung über das Ergebnis

Hautkrebs-Screening	ab dem	alle
für Frauen und Männer zur	Alter von	zwei
Früherkennung von Hautkrebs	35 Jahren	Jahre

Das Screening umfasst:

- gezielte Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/ Beschwerden)
- visuelle (mit bloßem Auge), standardisierte Ganzkörperinspektion der gesamten Haut einschließlich des behaarten Kopfes und aller Körperhautfalten
- ggf. Auflichtmikroskopie/Dermatoskopie
- Befundmitteilung mit anschließender Beratung, im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt die weitere Abklärung durch Dermatologen (Fachärzte für Hautkrankheiten).

Untersuchung	Alter	Turnus
Prostatauntersuchung/ Genitaluntersuchung für Männer zur Früherkennung von Prostatakrebs	ab dem Alter von 45 Jahren	jährlich
Die Untersuchung umfasst: <ul style="list-style-type: none"> – Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/Beschwerden) – Inspektion und Abtasten des äußeren Genitales – Tastuntersuchung der Prostata (vom Enddarm aus) – Tastuntersuchung der regionären Lymphknoten – Befundmitteilung mit anschließender Beratung 		
Dickdarmuntersuchung/ Rektumuntersuchung für Frauen und Männer zur Früherkennung von Darmkrebs	im Alter von 50 bis 54 Jahren	jährlich
Die Untersuchung umfasst: <ul style="list-style-type: none"> – gezielte Beratung – Test auf occultes (verborgenes) Blut im Stuhl 		
Darmspiegelung für Frauen und Männer zur Früherkennung von Darmkrebs	ab dem Alter von 55 Jahren*	zwei Unter- suchungen im Abstand von zehn Jahren
Die Untersuchung umfasst: <ul style="list-style-type: none"> – gezielte Beratung – zwei Darmspiegelungen im Abstand von zehn Jahren – anstelle der Darmspiegelung sind auch Tests auf occultes (verborgenes) Blut im Stuhl alle zwei Jahre möglich Das Darmkrebs-Screening umfasst: <ul style="list-style-type: none"> – schriftliche Einladung der IKK/zuständigen Krankenkasse alle fünf Jahre, d. h. mit 50, 55, 60 und 65 Jahren – Informationen (Merkblatt) mit der Einladung – Darmkrebsfrüherkennung (siehe oben) 		

* für Männer bereits ab dem Alter von 50 Jahren anstelle der Tests auf occultes (verborgenes) Blut im Stuhl möglich

Untersuchung	Alter	Turnus
Mammographie-Screening für Frauen zur Früherkennung von Brustkrebs	im Alter von 50 bis 69 Jahren	alle zwei Jahre

Das Screening umfasst:

- schriftliche Einladung in eine zertifizierte Screening-Einheit
 - Informationen (Merkblatt) mit der Einladung
 - schriftliche Anamnese
 - Röntgen beider Brüste (Mammographie)
 - Doppelbefundung der Röntgenaufnahmen durch zwei unabhängige Untersucher
 - Befundmitteilung innerhalb von sieben Werktagen
- Im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt eine Einladung zur weiteren diagnostischen Abklärung. Dies veranlasst die jeweilige Screening-Einheit.

Immunologischer Stuhltest

Mit dem quantitativen immunologischen Test (iFOBT) wird Blut im Stuhl mithilfe von Antikörpern nachgewiesen. Studien haben gezeigt, dass immunologische Tests Darmkrebs besser erkennen können als der früher übliche Guajak-Test (gFOBT). Es hat sich aber auch gezeigt, dass nicht alle immunologischen Tests zur Früherkennung geeignet sind, sondern nur die, die nicht zu häufig „falschen Alarm“ geben. Daher hat der Gemeinsame Bundesausschuss Qualitätskriterien festgelegt.

Die entsprechenden Tests sind als Kassenleistung abrechenbar, werden durch die Arztpraxen ausgehändigt und enthalten eine verständliche Anleitung für die Stuhlabnahme. Die Probe soll möglichst nicht später als am Tag nach der Abnahme wieder beim Arzt abgegeben werden, die Untersuchung im Labor erfolgt in aller Regel am darauffolgenden Werktag.

Stichwort: IGeL

Häufig werden in der Arztpraxis über den Katalog der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) hinausgehende Untersuchungen angeboten. Diese sogenannten Individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL) müssen privat bezahlt werden. Rund 1,5 Mrd. Euro geben gesetzlich Versicherte Jahr für Jahr dafür aus. Die Entscheidung, ob solche Maßnahmen für Sie sinnvoll sind oder nicht, können wir Ihnen leider nicht abnehmen.

Einen Teil dieser Angebote hat der Medizinische Dienst Bund (MD Bund) medizinisch bewertet und stellt die Ergebnisse online auf einer nicht kommerziellen Internetplattform zur Verfügung: **www.igel-monitor.de**

Ausschließlich der Arzt, nicht aber einer seiner Mitarbeiter, sollte Ihnen IGeL empfehlen, weil nur er Ihre Situation und Ihre gesundheitliche Verfassung ausreichend kennt und Sie entsprechend beraten kann. Durch seine ausführliche, Nachfragen zulassende ärztliche Beratung muss Ihnen auch deutlich werden, warum die Kosten nicht von den Krankenkassen getragen werden. Im Idealfall sollten Sie die Gelegenheit bekommen, sich das Ganze bis zu einem weiteren Termin noch einmal in Ruhe zu überlegen.

Vor Beginn der Behandlung muss Ihr Arzt Sie über die voraussichtlichen Kosten der Behandlung in Textform informieren. Darüber hinaus ist ein schriftlicher Vertrag zu schließen, in dem die Leistung genau bezeichnet ist, die Sie in Anspruch nehmen möchten.

„Vorsorgemuffeln“ drohen Nachteile

Zuzahlungen zu Leistungen der GKV fallen immer nur bis zur individuellen Belastungsgrenze an. Diese beträgt zwei Prozent der jährlichen Bruttoeinnahmen zum Lebensunterhalt. Für

schwerwiegend chronisch Kranke in Dauerbehandlung reduziert sie sich auf ein Prozent.

Die einprozentige Belastungsgrenze kommt allerdings für nach dem 1. April 1972 geborene chronisch kranke Versicherte ggf. nicht in Betracht. Und zwar dann nicht, wenn sie die vorgesehenen Gesundheitsuntersuchungen (Gesundheits-Check-up) vor ihrer Erkrankung nicht regelmäßig in Anspruch genommen haben. Diese Regelung gilt für die Zeit seit dem 1. Januar 2008. Ausgenommen sind u.a. Versicherte mit schweren psychischen Erkrankungen.

Weitere Ausnahme: Für chronisch kranke Versicherte, die in ein für ihre Erkrankung bestehendes strukturiertes Behandlungsprogramm (DMP) eingeschrieben sind (z.B. bei Koronarer Herzkrankheit oder Diabetes), gilt ungeachtet des Vorsorgeverhaltens die niedrigere Belastungsgrenze.

Unser Tipp

- *Als Nachweis der zumindest ärztlichen Beratung dient entweder ein Präventionspass, ähnlich dem Bonusheft beim Zahnarzt, oder eine formlose Bescheinigung des Arztes. So oder so, den Nachweis sollten Sie sorgfältig aufbewahren. Die Ausstellung erfolgt für Sie kostenlos.*

Doppelt profitieren mit der IKK

Die Teilnahme an unseren Vorsorge- und Früherkennungsmaßnahmen dankt Ihnen zuallererst Ihre Gesundheit. Wir belohnen Sie aber ggf. zusätzlich auch finanziell im Rahmen unseres Bonusprogramms. Was dafür erforderlich ist, sagen wir Ihnen gern. – Sprechen Sie uns einfach darauf an bzw. besuchen Sie uns im Internet.

Wir beraten Sie gern!

Die Informationen dieses Faliblatts können Ihnen lediglich einen groben Überblick vermitteln. Für offen gebliebene Fragen und Probleme wenden Sie sich daher bitte vertrauensvoll an Ihren Arzt.

Darüber hinaus stehen selbstverständlich auch wir Ihnen jederzeit gern zur Verfügung. Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns in unseren Geschäftsräumen.

IKK-Servicetelefon

📞 **0800 8579840**

(täglich, 24 Stunden zum Nulltarif)

🌐 www.ikk-gesundplus.de



Mehr Leistung. Mehr Service.