

IKK-INFORMATIV



Krebsfrüherkennung und Gesundheits-Check-up

 **ikk** gesund
plus

Mehr Leistung. Mehr Service.

Vorwort

Über 80 Prozent der Bevölkerung kennen die Angebote der Krankenkassen zur Krebsfrüherkennung, aber nur 67 Prozent der Frauen und 40 Prozent der Männer nutzen diese regelmäßig (vgl. www.krebsdaten.de) – wobei die Teilnahmeraten je nach Früherkennungsuntersuchung stark variieren.

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 Versichertengemeinschaft, 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

PS: Zukünftig bestimmt nicht mehr der Gesetzgeber über Häufigkeit und Altersgrenzen, vielmehr soll der jeweilige Stand der medizinischen Wissenschaft entscheiden. Zudem soll es neben Brustkrebs auch Reihenuntersuchungen (Screenings) für Darm- und Gebärmutterhalskrebs geben.

Herausgeber:



10. Auflage
Stand: 1. Januar 2019 · 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 neuerdings bereits 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 haben sie jetzt alle drei Jahre Anspruch auf einen Check-up. Für die Inanspruchnahme genügt es, in der Arztpraxis einfach nur die IKK-Versichertenkarte vorzulegen.

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** (Erheben der Krankengeschichte)

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

2. **Klinische Untersuchung**

Untersuchung zur Erhebung des vollständigen Status (Ganzkörperstatus)

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.

Männer haben ab dem Alter von 65 Jahren einmalig Anspruch auf eine Ultraschalluntersuchung zur Früherkennung krankhafter Ausbuchtungen der Bauchschlagader (Bauchaortenaneurysma) und des lebensbedrohlichen Reißens derselben.

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

Wichtig

- *Gehen Sie morgens bitte nüchtern in die Arztpraxis, also ohne gefrühstückt zu haben.*

4. Impfstatus

Überprüfung des Impfstatus.

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

- *Gab es eine „Standpauke“ oder gar eine Präventionsempfehlung vom Arzt? Wir unterstützen Sie nach Kräften auf dem Weg zu einer gesünderen Lebensweise; beispielsweise mit 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 wurde nach Angaben des Statistischen Bundesamtes im Jahr 2015 bei annähernd jedem vierten Sterbefall

(24,5 Prozent) eine bösartige Neubildung als Todesursache festgestellt (Quelle: www.destatis.de). Krebs war damit die zweithäufigste Todesursache nach den Herz-/Kreislauferkrankungen. Bei Männern waren die bösartigen Neubildungen der Verdauungsorgane bzw. der Atmungsorgane (Lungen- und Bronchialkrebs) die am häufigsten diagnostizierten Krebsarten. Frauen waren ebenfalls am häufigsten von einer bösartigen Neubildung der Verdauungsorgane betroffen, die häufigste Einzeldiagnose bei den Krebserkrankungen war hier jedoch der Brustkrebs.

Wichtig

- *Die Früherkennung einer Krebserkrankung kann die Chancen auf Heilung oder langjähriges Überleben sowie auf Erhalt der Lebensqualität erhöhen, da sie eine frühzeitige Behandlung ermöglicht!*

Das Leistungsangebot Ihrer IKK

- Bei **Frauen** erfolgt ab dem Alter von 20 Jahren die ärztliche Untersuchung der Genitalien sowie zusätzlich ab dem Alter von 30 Jahren der Brust. Ab dem Alter von 35 Jahren wird die gesamte Haut untersucht (Hautkrebs-Screening). Eine Untersuchung des Rektums und des übrigen Dickdarms erfolgt ab dem Alter von 50 Jahren. Außerdem gibt es ab dem Alter von 50 Jahren bis zum Ende des 70. Lebensjahres die Möglichkeit, an einer Röntgenuntersuchung der Brust (Mammographie) teilzunehmen.
- Bei **Männern** werden ab dem Alter von 35 Jahren die Haut und ab dem Alter von 45 Jahren die Prostata und die äußeren Genitalien untersucht. Außerdem erfolgt eine Untersuchung des Rektums und des übrigen Dickdarms ab dem Alter von 50 Jahren.

Alles Weitere entnehmen Sie bitte der folgenden Übersicht:

Untersuchung**Alter****Turnus****Genitaluntersuchung**

für Frauen zur Früherkennung
von Gebärmutterhalskrebs

ab dem
Alter von
20 Jahren

jährlich

Die Untersuchung umfasst:

- gezielte Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/
Beschwerden)
- Inspektion des Muttermundes
- Krebsabstrich und zytologische Untersuchung (Pap-Test)
- gynäkologische Tastuntersuchung
- Befundmitteilung mit anschließender Beratung

Brustuntersuchung

für Frauen zur Früherkennung
von Brustkrebs

ab dem
Alter von
30 Jahren

jährlich

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

für Frauen und Männer zur
Früherkennung von Hautkrebs

ab dem
Alter von
35 Jahren

alle
zwei
Jahre

Das Screening umfasst:

- gezielte Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/
Beschwerden)
- visuelle (mit bloßem Auge), standardisierte Ganzkörper-
inspektion der gesamten Haut einschließlich des behaarten
Kopfes und aller Körperhautfalten
- Befundmitteilung mit anschließender Beratung
Im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt die weitere
Abklärung durch einen Dermatologen (Facharzt für Haut-
krankheiten).

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"> – gezielte 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 oder: – Test auf occultes (verborgenes) Blut im Stuhl alle zwei Jahre 		

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
 - Information (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 MDS (Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e.V.) 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, kann 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.