

Was kann ich für meine Gesundheit tun?

Wer Vorsorgeuntersuchungen regelmäßig wahrnimmt, leistet einen wichtigen Beitrag für seine Gesundheit. Je früher eine Erkrankung diagnostiziert wird, desto höher sind meist die Heilungschancen.



Grundsätzlich gilt: Was in den Katalog der Gesundheitsvorsorgeleistungen kommt, wird vom Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) in Richtlinien festgelegt. Die PBeaKK übernimmt laut Satzung alle Leistungen zur Gesundheitsvorsorge, die vom G-BA festgelegt wurden.

Die wichtigsten Vorsorgemaßnahmen im Überblick

Versicherte von 18 bis 34 Jahren

Versicherte zwischen 18 und 34 Jahren haben Anspruch auf eine einmalige Gesundheitsuntersuchung (früher: „Check-up 35“). Den Zeitpunkt kann der Versicherte frei wählen. Schwerpunkte der Vorsorgemaßnahme: Früherkennung von Herz-, Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie Diabetes mellitus.

Versicherte ab 35 Jahren

Jedes dritte Jahr kann eine Gesundheitsuntersuchung bei Personen ab Vollendung des 35. Lebensjahres durchgeführt werden. Schwerpunkte der Vorsorgemaßnahme auch hier: Maßnahmen zur Früherkennung von Herz-, Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie Diabetes mellitus.

Früherkennung von Darmkrebs

Alter	Inhalt	Intervall
Ab 50 Jahren	Darmkrebsfrüherkennung für Männer und Frauen: Untersuchung auf verborgenes Blut im Stuhl	Jährlich bis einschließlich 54 Jahre
Ab 50 Jahren Ab 55 Jahren	Darmkrebsfrüherkennung für Männer: zwei Darmspiegelungen Darmkrebsfrüherkennung für Frauen: zwei Darmspiegelungen	Im Abstand von 10 Jahren
	Oder – jedoch nur, wenn das Angebot zur Darmspiegelung nicht in Anspruch genommen wird – Untersuchung auf verborgenes Blut im Stuhl	Alle zwei Jahre

Weitere Krebsfrüherkennungsuntersuchungen

Untersuchungen für Frauen zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs:

Alter	Inhalt	Intervall
Ab 20 Jahren	Klinische Untersuchung: <ul style="list-style-type: none"> • Anamnese • Inspektion der genitalen Hautregion • Untersuchung der Geschlechtsorgane • Befund und Beratung 	Jährlich
Ab 30 Jahren	Zusätzlich zur jährlichen klinischen Untersuchung (durch den Arzt): <ul style="list-style-type: none"> • Abtasten der Brustdrüsen und der regionären Lymphknoten • Anleitung zur Selbstuntersuchung • Inspektion der entsprechenden Hautregion 	Jährlich
20 bis 34 Jahre	Zusätzlich zur jährlichen klinischen Untersuchung: <ul style="list-style-type: none"> • Zytologische Untersuchung (Abstrich vom Gebärmutterhals) • Befund und Beratung 	Jährlich
Ab 35 Jahren	Zusätzlich zur jährlichen klinischen Untersuchung: Kombinationsuntersuchung <ul style="list-style-type: none"> • HPV-Test • Zytologische Untersuchung (Abstrich vom Gebärmutterhals) 	Alle drei Jahre

Untersuchungen für Frauen und Männer:

Alter	Inhalt	Intervall
Ab 35 Jahren	Frauen und Männer: Untersuchung der Haut auf Hautkrebs	Alle zwei Jahre
Ab 45 Jahren	Krebsfrüherkennung für Männer: Tastuntersuchung der Prostata und der äußeren Genitale	Jährlich
Ab 50 Jahren	Für Frauen: Brustkrebsfrüherkennung durch ein Mammografie-Screening Es erfolgt eine Einladung in eine zertifizierte medizinische Einrichtung: Röntgen der Brüste durch Mammografie	Alle zwei Jahre bis einschließlich 69 Jahre
Ab 65 Jahren	Screening auf Bauchortaaneurysmen für Männer	einmalig

Zahnärztliche Vorsorgeleistungen

Auch die regelmäßige Untersuchung beim Zahnarzt gehört zu den Vorsorgemaßnahmen. Das gilt für Erwachsene jeden Alters und auch für Kinder und Jugendliche. Grundsätzlich gilt: Für alle Maßnahmen im zahnärztlichen Bereich, wie zum Beispiel bei einer Vitalitätsprüfung der Zähne, sind für die Erstattung der Leistungen die Bestimmungen der Gebührenordnung für Zahnärzte (GOZ) maßgebend. Wir empfehlen Ihnen, Ihre Zähne bzw. Prothese ein- bis zweimal pro Jahr kontrollieren zu lassen, auch wenn Sie keine Beschwerden haben.

Tipp: Die professionelle Zahnreinigung wird von der PBeaKK erstattet. Auch hier sind die Bestimmungen der GOZ maßgeblich.



Illustrationen: iStockphoto/xu bing/Tera Vector

Mehr erfahren

Die gesamten Infos zu den von der PBeaKK angebotenen Vorsorgemaßnahmen finden Sie ausführlich unter www.pbeakk.de