

# vitamin

DAS MAGAZIN DER POSTBEAMTENKRANKENKASSE

Ausgabe 94 | April 2022

## *Fokus gesunde Augen*

Wie Sie im Alltag Ihre Sehkraft stärken

*Vollstationäre Pflege*

So errechnet sich der Eigenanteil

*EinreichungsApp*

Voll digital durchstarten!



## *Liebe Leserin, lieber Leser,*

das Thema Pflege nimmt für viele von uns einen wichtigen Stellenwert ein. Deshalb haben wir uns entschlossen, in dieser Ausgabe mit einem ausführlichen Beispiel die Berechnung der monatlichen Erstattung darzustellen. So können Sie besser einschätzen, wie sich im Pflegefall alle wichtigen Beträge wie Beihilfezuschuss und Eigenanteile zusammensetzen. Der Artikel zum Serviceangebot „compass Pflegeberatung“ soll Sie außerdem bestärken, Hilfe von unserem erfahrenen Partner in Anspruch zu nehmen.

Wer sich für eine Behandlung in einer Privatklinik entscheidet, sollte sich frühzeitig über mögliche Selbstbehalte

informieren. Wir möchten Sie in dieser Ausgabe über Höchstbeträge und weitere Kostenfaktoren informieren – und sensibilisieren.

Die EinreichungsApp wird immer erfolgreicher. Mittlerweile werden viele Leistungsanträge digital eingereicht. Wir haben die wichtigsten Fragen, die Sie uns stellen, zusammengefasst und geben leicht verständliche Antworten darauf.

Übrigens: Wir haben nach vier Jahren das Layout von vitamin etwas modernisiert und frischer gemacht. Viel Spaß beim Lesen!

Für den Frühling und Frähsommer wünschen wir Ihnen beste Gesundheit und Optimismus!

Der Vorstand der PBeaKK

---

In vitamin finden Sie Beiträge und Texte, die auch über Maßnahmen berichten, deren Kosten wir nicht erstatten. Trotzdem möchten wir es nicht versäumen, Sie über diese Konzepte, beispielsweise hinsichtlich neuer oder alternativer Behandlungs- und Heilmethoden und aktueller Trends im Sportbereich, zu informieren. Falls Sie sich für eine der genannten Behandlungen interessieren und wissen möchten, ob wir die Kosten übernehmen, sprechen Sie bitte mit unserer Kundenberatung. Nicht alle in vitamin beworbenen Produkte und Dienstleistungen sind erstattungsfähig. Dieses Magazin ist nach aktuellen Erkenntnissen sorgfältig erarbeitet worden; trotzdem erfolgen alle Angaben ohne den Anspruch auf Vollständigkeit und Gewähr. Maßgebend ist die ärztliche beziehungsweise therapeutische Beratung.



## Fokus gesunde Augen

Die Sehkraft im Alltag stärken

Rund die Hälfte der Menschen in Deutschland gleicht Sehprobleme mit einer Brille oder Kontaktlinsen aus. Ein „augengerechter“ Alltag stärkt die Sehkraft auch bei Fehlsichtigkeiten und kann Augenerkrankungen vorbeugen.

# 10

### Privatkliniken

Wenn Sie sich für eine Behandlung in einer Privatklinik entscheiden, sollten Sie sich vorab über Selbstbehalte informieren.



## Ihre Gesundheit 04

**Fokus gesunde Augen**  
Im Alltag die Sehkraft stärken 04

## Ihre Versicherung 10

**Behandlungen in Privatkliniken**  
Informieren Sie sich vorab 10

**Auf einen Blick**  
Information rund um Ihre PBeaKK 14

**Jahresrückblick 2021**  
Viele Themen, viele Informationen 17

**Entlastung in der vollstationären Pflege**  
Leistungszuschlag und Eigenanteil 18

## Unser Service 21

**compass Pflegeberatung**  
Immer für Sie da 21

**EinreichungsApp**  
Das kleine Wie-Wo-Was der App 22

**Verwaltungsrat**  
Stabilität und zufriedene Kunden 26

**Kontakt zur PBeaKK**  
Adressen und Impressum 28

## Unser Plus für Sie 30

**Rezept**  
Avocado-Lachs-Tartar 30

**Preisrätsel**  
Mitmachen und gewinnen 31

# 18

### Vollstationäre Pflege

Ein Leistungszuschlag entlastet künftig pflegebedürftige Personen. Wir zeigen, wie sich die Erstattung zusammensetzt.



# 22

### EinreichungsApp

Nutzen Sie den digitalen Einreichungskanal zur PBeaKK! Haben Sie Fragen dazu? Wir geben Ihnen umfassende Antworten.





Wie Sie im Alltag Ihre Sehkraft stärken

# *Fokus gesunde Augen*

Um die Sehfähigkeit scheint es in Deutschland nicht allzu gut bestellt: Über 40 Millionen Menschen hierzulande sind Brillenträger. Über die Nutzung von Sehhilfen gerät jedoch oft aus dem Blick, dass es noch weitere Wege gibt, den Augen Gutes zu tun. Lesen Sie, wie man mit einem „augengerechten“ Alltag die Sehkraft erhalten und stärken kann.

**A**ngeborene Fehlsichtigkeit, altersbedingte Funktionsverluste, Erkrankungen des Auges: Es gibt viele mögliche Ursachen für Sehprobleme. Doch welche davon

führen die Deutschen am häufigsten zum Augenarzt oder Optiker? Auf einem der ersten Plätze steht die Kurzsichtigkeit. Rund ein Viertel der Bevölkerung ist von dieser Form der

Fehlsichtigkeit betroffen – mit steigender Tendenz, so der Berufsverband der Augenärzte Deutschlands.



## Augengerechter Alltag

Regelmäßige Pausen vom Sehen in der Nähe sind wichtig. Bewusstes Aufschauen von Buch oder Bildschirm und den Blick in die Ferne schweifen lassen: Das tut Ihren Augen gut! Noch besser ist es, diese „Augenpause“ im Freien zu verbringen, denn Tageslicht ist der Sehkraft ebenfalls förderlich.

Ob eine Kurzsichtigkeit entsteht oder sich verstärkt, ist jedoch nicht nur Schicksal. Verschiedene Risikofaktoren sind bekannt – und ihnen können Sie entgegenwirken. Zum Beispiel dem lang andauernden, konzentrierten Sehen in der Nähe, wie es beim Lesen oder bei der Arbeit am Bildschirm vorkommt: Vor allem im Kinder- und Jugendalter scheint häufiges Nahsehen das Wachstum des Augapfels zu fördern. Damit steigt die Gefahr der Kurzsichtigkeit.

Auch das Tageslicht hat einen wichtigen Einfluss. Etliche Studien haben gezeigt, dass Kinder, die sich viel im Freien aufhalten, seltener kurzsichtig sind als „Stubenhocker“.

## Weitsichtigkeit

Anders als Kurzsichtige nehmen weitsichtige Menschen den Augen nahe Gegenstände unscharf wahr, während sie weiter entfernte scharf sehen können. Handelt es sich um eine angeborene Weitsichtigkeit, haben die Betroffenen meist kleinere Augäpfel als Normalsichtige. Bei ihnen liegt also der Schnittpunkt der Lichtstrahlen und damit das scharfe Bild erst hinter der Netzhaut. Korrektur bieten Sehhilfen mit Sammellinsen, die ein Pluszeichen vor der Dioptrien-Zahl aufweisen.

Bei der sogenannten Altersweitsichtigkeit löst schließlich ein mechanisches Problem das optische aus. Die Linse des Auges ist mit steigendem Lebensalter weniger elastisch und kann nicht mehr genug gekrümmt werden, um

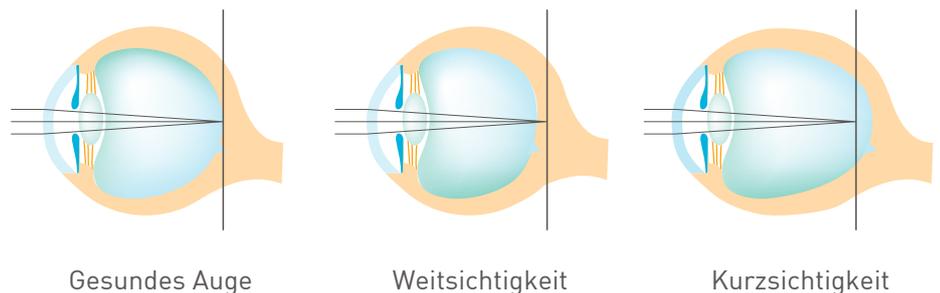
das Bild naher Gegenstände auf die Netzhaut zu projizieren. Auch hier sorgt eine Sehhilfe mit Sammellinsen für die Korrektur.

## Stabsichtigkeit

Eine weitere Form der Fehlsichtigkeit ist die Stabsichtigkeit. Ist die Hornhaut des Auges unregelmäßig geformt, kann das einfallende Licht nicht gleichmäßig gebrochen und auf einem Punkt der Netzhaut gebündelt werden. Vielmehr trifft das Licht auf der Netzhaut in einer Linie (oder einem „Stab“) auf. Die Folge: Die Betroffenen sehen sowohl nahe als auch ferne Gegenstände unscharf oder verzerrt. In den meisten Fällen ist die Stabsichtigkeit angeboren. Zur Korrektur kommen ebenfalls meist Brillen oder Kontaktlinsen infrage.

## Kurzsichtigkeit

Kurzsichtige können den Augen nahe Objekte scharf wahrnehmen, weiter entfernte dagegen nicht. Ursache dafür ist fast immer die Anatomie. Die meisten kurzsichtigen Menschen haben größere Augäpfel als Normalsichtige. Die Ursache ihrer unscharfen Sicht lässt sich mit den Gesetzen der Optik erklären. Ist der Augapfel vergrößert, liegt der Schnittpunkt der Lichtstrahlen und damit das scharfe Bild nicht auf, sondern vor der Netzhaut. Aus diesem Grund haben Brillen und Kontaktlinsen zur Korrektur der Kurzsichtigkeit Zerstreuungslinsen. Sie sorgen dafür, dass sich die Lichtstrahlen erst auf der Netzhaut schneiden, das scharfe Bild also an der richtigen Stelle entsteht. Zerstreuungslinsen tragen ein Minuszeichen vor der Dioptrien-Zahl.



Gesundes Auge

Weitsichtigkeit

Kurzsichtigkeit

## Entspannungsübungen für die Augen

Wenige Minuten am Tag ausgeführt, helfen Ihren Augen folgende Übungen:

### Das „Palmieren“

Legen Sie Ihre warmen Handflächen über Ihre geschlossenen Augen. Stellen Sie sich nun vor, dass Sie zu einem weit entfernten Horizont blicken.

### Der „Nah-Fern-Wechsel“

Halten Sie den Zeigefinger einer Hand etwa 15 Zentimeter vor Ihr Gesicht, den anderen Zeigefinger weitere 15 Zentimeter dahinter. Fixieren Sie mit Ihren Augen nun abwechselnd die beiden Finger.

### Die „Acht“

Lassen Sie Ihren Blick der gedachten Form einer liegenden Acht folgen. Bei dieser Bewegung lockert sich die Muskulatur, die die Augen bewegt.

### Das Blinzeln

Wer eine Minute lang schnell blinzelt, lockert die Muskulatur und sorgt für die Befeuchtung der Augen. Das ist besonders bei der Arbeit am Bildschirm eine willkommene Entspannung.

### Die Zeit-Regel

Planen Sie bei der Arbeit am Bildschirm oder beim Lesen bewusst Pausen ein. Zum Beispiel nach einer „20-20-Regel“: Auf 20 Minuten am Bildschirm folgen mindestens 20 Sekunden, in denen Sie in die Ferne blicken.

## Zum Arzt bei Erkrankungen

Weit mehr als bei Fehlsichtigkeiten spielt bei Augenerkrankungen die ärztliche Behandlung die Hauptrolle, wenn es darum geht, die Sehkraft zu erhalten oder wiederzuerlangen. Dennoch trägt auch hier ein augengerechter Alltag zur Vorsorge und zum Schutz der Sehkraft bei.

Zum Beispiel beim Grauen Star, auch Katarakt genannt: Bei dieser Augenerkrankung verursacht eine Trübung der Augenlinse einen fortschreitenden Verlust der Sehschärfe. Menschen, die an Grauem Star leiden, beschreiben, dass sie „wie durch Nebel“ sehen. Die Anpassung des Sehens an helle und dunkle Umgebungen bereitet ihnen Mühe, eventuell ist auch das räumliche Sehen beeinträchtigt. Der Graue Star kann durch eine Operation behandelt werden. Dabei wird die getrübbte Linse durch ein künstliches Implantat ersetzt. Diese OP wird zumeist ambulant durchgeführt und dauert nur wenige Minuten. Im Anschluss lässt sich die Genesungszeit zu Hause verbringen.

## Risiken vermeiden

Das Risiko, an Grauem Star zu erkranken, steigt mit dem Lebensalter. Zwar gilt der Katarakt als Alterskrankheit, jedoch gibt es auch angeborene Formen und solche, die mit beruflichen und Umweltbelastungen in Zusammenhang stehen. So sind zum Beispiel UV- und Infrarotstrahlung mögliche Auslöser für eine Trübung der Augenlinse. Ebenso schädlich sind das Rauchen, Drogenkonsum und Nebenwirkungen einiger Medikamente, etwa Cortison. Als ein weiterer Risikofaktor gilt die Diabetes-Erkrankung. Sinnvoll ist es also, genau diese Risiken so weit wie möglich zu vermeiden.

Der Grüne Star oder Glaukom steht hingegen oft mit einem erhöhten Augeninnendruck und einer gestörten Durchblutung des Sehnervenkopfs am Auge in Zusammenhang. Weltweit gesehen ist diese Erkrankung eine der häufigsten Ursachen für eine Erblindung. Glaukome können schleichend entstehen oder sich mit einem schmerzhaften Glaukomanfall bemerkbar machen.



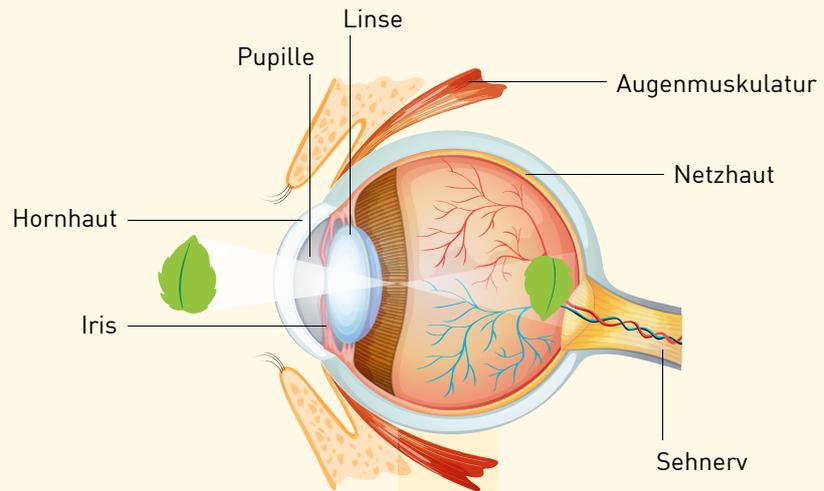
## Aus Licht wird ein Bild

Präzise Optik und filigrane Anatomie: Das menschliche Auge vereint beides. Von den Augen aufgenommenes Licht trifft zunächst auf die Hornhaut, die vordere Augenkammer und die Linse, wo es gebrochen wird und dann durch den Glaskörper auf den lichtempfindlichen Teil der Netzhaut fällt. Wo das Licht auf der Netzhaut auf die sogenannte Sehgrube, den Bereich des schärfsten Sehens, trifft, entsteht ein Bild der wahrgenommenen Dinge.

Die weitere Bildverarbeitung ist dann neurologische „Feinarbeit“. Durch den Lichteinfall werden in der Netzhaut eingelagerte Photorezeptorzellen angeregt. Über elektrochemische Prozesse leiten sie den Lichtreiz weiter. Die Sehnerven bei-

der Augen führen zur Sehnervenkreuzung im Zwischenhirn, wo die Nervenfasern auf die jeweils gegenüberliegende Hirnseite wechseln. Von dort leitet der sogenannte „Sehstrang“, eine Kette verschalteter

Nervenfasern, den optischen Reiz zu dem Teil der Großhirnrinde, der für die Bildverarbeitung zuständig ist. Dieser sogenannte „visuelle Kortex“ liegt den Augen denkbar weit entfernt am Hinterhaupt.



Als Risikofaktoren gelten insbesondere ein erhöhter Augeninnendruck, bestehende Blutdruck- und Durchblutungsprobleme sowie eine Diabetes-Erkrankung. Für Betroffene können augenärztliche Früherkennungsuntersuchungen sinnvoll sein, die jedoch als individuelle Gesundheitsleistung nicht erstattungsfähig sind. Bei dieser misst der Arzt den Augeninnendruck und untersucht den Augenhintergrund, besonders den Bereich des Sehnervenkopfes. Die Untersuchungen zur Glaukom-Früherkennung sind schmerzfrei.

Eine sogenannte Makuladegeneration tritt meist im höheren Lebensalter auf: Zellen der Netzhaut verlieren dabei ihre Funktionsfähigkeit. Wenn davon die Sehgrube, der sogenannte „Punkt des schärfsten Sehens“, betroffen ist, führt die Makuladegeneration zu starken Sehbehinderungen bis hin zur Erblindung. Rund 80 Prozent der Betroffenen leiden an einer

„trockenen Makuladegeneration“: Bei ihnen lagern sich Stoffwechselprodukte unterhalb der Netzhaut ab, die Durchblutung ist gestört. Hier ist Vorbeugung möglich: Zu vermeiden sind Alkohol und Nikotin, da sie die Durchblutung verschlechtern. Auch lang andauernder Stress gilt als Gift für die Augen. Schutz vor UV-Licht ist ebenso wichtig wie eine gesunde und die Durchblutung fördernde Ernährung.

## Eine gesunde Lebensweise

Was den gesamten Körper stärkt, stärkt auch die Sehkraft: So lassen sich die Tipps für den „augengerechten“ Alltag in kürzester Form zusammenfassen. Sie wirken sowohl Fehlsichtigkeit als auch Augenerkrankungen entgegen. Bewegung an frischer Luft, Entspannungspausen, gesunde Er-

nährung und Risikovermeidung sind Wohltaten für die Augen – über den Griff zur Brille hinaus.

## Wir informieren Sie

Wenn Sie Fragen rund um das Thema „gesunde Augen“ haben, steht Ihnen unser kompetenter Partner, die almeda GmbH, telefonisch zur Seite.

Unser Gesundheitstelefon ist für Sie kostenfrei zu erreichen:

➔ **0800 7232 553**

### SERVICEZEITEN:

Montag bis Donnerstag

7:30 bis 18:00 Uhr

Freitag 7:30 bis 16:00 Uhr

## Das hält die Augen gesund

Sie haben viele Möglichkeiten, Ihren Augen Gutes zu tun. Durchblutung fördern, Stress senken, gesunde Ernährung: All das trägt zur Stärkung der Sehkraft bei.

### Sorgen Sie für gute Durchblutung!

Das Gewebe und die Nervenzellen des Auges profitieren davon. Ausdauersport, aber auch entspannende Übungen wie zum Beispiel Yoga tragen zu einem gesunden Blutdruck bei. Auf der anderen Seite sind Bluthochdruck und Diabetes Risikofaktoren für Augenerkrankungen: Sie gilt es nach Möglichkeit zu vermeiden.



### Vorsicht vor Alkohol und Nikotin!

Starker Alkoholkonsum und Rauchen erhöhen das Risiko für Grauen Star und Makuladegeneration: Sie verschlechtern die Durchblutung und Nährstoffversorgung des Auges.



### Essen Sie gesund und ausgewogen!

Zu einer solchen Ernährung gehören natürlich Obst und Gemüse. Dass Möhren besonders wichtig für gesunde Augen seien, ist ein Mythos. Von einer ausreichenden Versorgung mit den Vitaminen C und E, Beta-Carotin und Zink profitieren die Augen jedoch: Enthalten sind sie unter anderem in Paprika, Zitrusfrüchten, Kiwis, Spinat, Sellerie und Milchprodukten.



## Gönnen Sie Ihren Augen Entspannung!

Tag für Tag sind die Augen stark gefordert und freuen sich über Entspannungsmomente. Den Blick vom Buch oder Bildschirm nehmen und in die Ferne schweifen lassen, bewusstes Blinzeln, eine sanfte Massage der Augenpartie: Das wirkt gegen einseitige Belastungen. Ideal ist eine Pause an frischer Luft: Hier kann das Auge weit schauen und Tageslicht ist für die Sehkraft förderlich.



## Schützen Sie Ihre Augen vor UV-Strahlung!

Tageslicht ist prinzipiell gut, starkes Sonnenlicht jedoch nicht: UV-Strahlung ist ein Risikofaktor für verschiedene Augenerkrankungen. Eine Sonnenbrille mit gutem UV-Schutz ist nicht nur im Hochsommer zu empfehlen.

## Reagieren Sie auf Warnzeichen!

Dass die Sehkraft mit steigendem Alter zurückgeht, ist normal. Bei folgenden Warnzeichen sollte man jedoch umgehend zum Augenarzt gehen: plötzlicher Verlust der Sehkraft, starke Augenschmerzen, Wahrnehmung von farbigen Ringen oder Lichtblitzen um Lichtquellen, Wahrnehmung von schwarzen Flocken, die von oben nach unten durch das Gesichtsfeld rieseln, plötzlich auftretendes Doppelsehen. ■



### *Mehr erfahren*

Weitere Informationen zum Thema „Gesunde Augen“ erhalten Sie unter anderem vom Berufsverband der Augenärzte Deutschlands (BVA) auf der Internetseite [cms.augeninfo.de](https://cms.augeninfo.de). Hinweise, wie besonders ältere Menschen ihre Sehkraft stärken können, finden sich auch in der Broschüre „Sehen im Alter“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unter [www.bzga.de](https://www.bzga.de).

# Behandlungen in Privatkliniken

Wenn Sie für eine stationäre Behandlung ins Krankenhaus müssen, steht Ihre Genesung immer an erster Stelle. Dabei haben Sie die Wahl zwischen zugelassenen Krankenhäusern und Privatkliniken. Entscheiden Sie sich für eine Behandlung in einer Privatklinik, sind die Leistungen der PBeaKK begrenzt. Deshalb: vorher informieren!

In zugelassenen Krankenhäusern erfolgen die Abrechnung und Erstattung der allgemeinen Krankenhausleistungen nach dem Krankenhausentgeltgesetz. Viele Krankenhäuser können diese Leistungen auch direkt mit uns abrechnen – zu Ihrem Vorteil. Bei einer Behandlung in einer Privatklinik hingegen sind unsere Leistungen innerhalb einer Vergleichsberechnung gemäß Bundes-

beihilfeverordnung und Satzung der PBeaKK begrenzt. Es können für Sie hohe Selbstbehalte entstehen. Prüfen Sie daher immer, ob Sie tatsächlich in einer Privatklinik behandelt werden möchten. Vor Behandlungsbeginn können Sie bei uns die voraussichtlich entstehenden Kosten und Selbstbehalte erfragen. So erhalten Sie Klarheit und können transparent entscheiden.

## Erstattungsbetrag in Privatkliniken im somatischen Bereich

Im Jahr 2020 wurden erstmals die Pflegepersonalkosten für die Patientenversorgung im Krankenhaus aus dem diagnoseorientierten Fallpauschalen-Entgeltsystem (= Diagnosis Related Groups = DRG) ausgegliedert. Infolge der Umstellung der Vergütung auf eine Kombination aus DRG-Fallpauschalen und tagesbezogenem Pflegeentgelt erfolgt die Vergleichsberechnung für Krankenhausleistungen in Privatkliniken, die den somatischen Behandlungsbereich betreffen, daher in Anlehnung an das DRG-Entgeltsystem. Mit den DRG-Fallpauschalen errechnen wir den Höchstbetrag, den wir Ihnen für eine Behandlung erstatten können.

Die Zuweisung zu einer DRG-Fallpauschale erfolgt über die Hauptdiagnose sowie gegebenenfalls über durchgeführte operative bzw. therapeutische Leistungen. Auch das Alter oder vorliegende Nebenerkrankungen können sich auf die Zuweisung in eine DRG-Fallpauschale auswirken. Sollte Ihr Aufenthalt kürzer oder länger nötig sein als die durch die DRG festgelegte Verweildauer, berücksichtigen wir auch dies im Rahmen unserer Vergleichsberechnung.

Der fallbezogenen Bewertungsrelation für die allgemeinen Krankenhausleistungen ist der derzeit gültige

Bundesbasisfallwert von 3.747,98 Euro zugeordnet. Die tagesbezogene Bewertungsrelation für die Pflegepersonalkosten ist dem derzeit gültigen Pflegeentgeltwert von 163,09 Euro zugewiesen. Die Summe beider Berechnungen ergibt den voraussichtlichen Erstattungsbetrag. Generell sind folgende Parameter relevant: die vorliegenden Diagnosen, die geplanten operativen und/oder therapeutischen Leistungen sowie die voraussichtliche Verweildauer im Krankenhaus. Hier brauchen wir die Hilfe der Klinik, die uns diese Informationen zur Verfügung stellen muss.



## Beispiel: Anfrage zur Kostenübernahme für eine Privatklinik

Diagnose Oberschenkelhalsbruch (ICD-Code S72.01), geplante Operation und geplante Verweildauer von 5 Tagen. Dies würde zur Anwendung der DRG-Fallpauschale I08G führen.

DRG-Fallpauschale	Bezeichnung der DRG-Fallpauschale	Fallbezogene DRG-Bewertungsrelation	Bundesbasisfallwert	Tagesbezogene Pflegeerlös-Bewertungsrelation	Pflegeentgeltwert
I08G	Andere Eingriffe an Hüftgelenk und Femur ohne komplexe Diagnose oder Prozedur, ohne äußerst schwere CC, mehr als ein Belegungstag, mit mäßig komplexem Eingriff	1,166	3.747,98 Euro	0,8176	163,09 Euro

## Erklärung:

			Tagesbezogene Pflegeerlös-Bewertungsrelation
Fallbezogene DRG-Bewertungsrelation		x	Pflegeentgeltwert
x Bundesbasisfallwert		x	Berechnungstage (Liededauer)
<b>Voraussichtlicher Erstattungsbetrag für allgemeine Krankenhausleistungen</b>		<b>+</b>	<b>Voraussichtlicher Erstattungsbetrag für Pflegepersonalkosten</b>

## Berechnung im Beispiel:

			0,8176 (Pflegeerlös-Bewertungsrelation)
1,166 (DRG-Bewertungsrelation)		x	163,09 Euro (Pflegeentgeltwert)
x 3.747,98 Euro (Bundesbasisfallwert)		x	5 (Berechnungstage)
<b>4.370,14 Euro</b>		<b>+</b>	<b>666,71 Euro</b>

Als voraussichtlichen Erstattungsbetrag können wir die Summe von 5.036,85 Euro nennen.

# Psychosomatische oder psychiatrische Behandlungen in Privatkliniken

Aufwendungen in Privatkliniken, die den psychiatrischen Behandlungsbereich betreffen, werden seit dem 1. Januar 2020 durch die jeweiligen Bewertungsrelationen des Pauschalierenden Entgeltsystems Psychiatrie und Psychosomatik (PEPP) ermittelt. Mit den PEPP-Fallpauschalen errechnen wir den Höchstbetrag, den wir für eine Behandlung erstatten können.

Die Zuweisung zu einer PEPP-Fallpauschale erfolgt über die Hauptdiagnose sowie gegebenenfalls über durchgeführte therapeutische Leistungen. Auch das Alter oder vorliegende Nebenerkrankungen können sich auf die Zuweisung in eine PEPP-Fallpauschale auswirken.

Die jeweilige PEPP ist mit einer Bewertungsrelation versehen. Ihr ist der derzeit gültige Basisentgeltwert von 300 Euro pro Tag zugeordnet. Für die Ermittlung des voraussichtlichen Erstattungsbetrages sind generell folgende Parameter relevant: die vorliegenden Diagnosen, die geplanten therapeutischen Leistungen sowie die voraussichtliche Verweildauer im Krankenhaus.

Wichtig: Bitte besprechen Sie vor der Aufnahme mit der Privatklinik, ob diese die Behandlung nach Diagnosen sowie Operationen- und Prozedurenschlüsseln aufgliedern kann.

Zudem benötigen wir einen Hinweis darauf, ob die Behandlung psychosomatisch oder psychiatrisch erfolgt. Um Ihnen vor Behandlungsbeginn die voraussichtlich entstehenden Kosten und Selbstbehalte mitteilen zu können, benötigen wir stets fol-

## Beispiel: Anfrage zur Kostenübernahme für eine Privatklinik

Diagnose Rezidivierende depressive Störung, gegenwärtig leichte Episode (ICD-Code F33.0), geplante Verweildauer von 19 Tagen. Dies würde zur Anwendung der PEPP-Fallpauschale PA04C führen.

PEPP-Fallpauschale	Bezeichnung der PEPP-Fallpauschale	Bewertungsrelation
PA04C	Affektive, neurotische, Belastungs-, somatoforme und Schlafstörungen, Alter < 65 Jahre, ohne komplizierende Konstellation, ohne komplizierende Diagnose, ohne erhebliche Pflegebedürftigkeit	0,8847

## Erklärung:

Bewertungsrelation	Preis für einen Behandlungstag
x Basisentgeltwert	x Berechnungstage (Liededauer)
= Preis für einen Behandlungstag	= <b>Voraussichtlicher Erstattungsbetrag</b>

## Berechnung im Beispiel:

0,8847 (Bewertungsrelation)	265,41 Euro
x 300,00 Euro (Basisentgeltwert)	x 19 (Berechnungstage)
= 265,41 Euro	= <b>5.042,79 Euro</b>

Als voraussichtlichen Erstattungsbetrag können wir einen Betrag von **5.042,79 Euro** nennen.

gende Informationen der gewählten Privatklinik: die vorliegenden Diagnosen, die geplanten Leistungen sowie die voraussichtliche Verweildauer

im Krankenhaus und die Angabe des Rechnungsbetrages, den Ihnen die Privatklinik voraussichtlich in Rechnung stellen wird.

## Abschlagszahlungen bei Zwischenrechnungen

Im psychiatrischen Behandlungsbereich werden aufgrund langer Liegedauern meist Zwischenrechnungen an Sie ausgestellt. Diese können Sie ebenfalls bei uns einreichen. Sie erhalten dann sogenannte Abschlagszahlungen. Da die Zuweisung zu einer PEPP-Fallpauschale erst nach Abschluss der Behandlung, also mit der Schlussrechnung, möglich ist, zahlen wir Ihnen bei vollstationären Behandlungen als Abschlag einen Tagesbetrag bis zur Höhe des derzeit gültigen Basisentgeltwertes (aktuell 300 Euro).

Mit der letzten Rechnung ermitteln wir schließlich die PEPP-Fallpauschale und damit die zugehörige Bewertungsrelation. Alle bisherigen Zahlungen werden mit dem ermittelten Erstattungsbetrag gegengerechnet. Liegt die ermittelte Bewertungsrelation der PEPP-Fallpauschale unter 1, kann es daher zu Rückforderungen kommen. Bitte beachten Sie dies, wenn Sie sich für eine Behandlung in einer Privatklinik entscheiden.

## Direktabrechnung

Eine Direktabrechnung ist bei Privatkliniken nicht möglich. Mit zahlreichen öffentlich zugelassenen Krankenhäusern haben wir hingegen eine Direktabrechnung über die allgemeinen

Krankenhausleistungen vereinbart. Das Direktabrechnungsverfahren hat den Vorteil, dass das Krankenhaus keine Vorauszahlungen von Ihnen verlangt und die Krankenhausrechnung direkt an uns sendet. Fragen Sie daher am besten bei Aufnahme im Krankenhaus nach, ob die Möglichkeit der Direktabrechnung mit uns besteht.

## Wahlleistungen im Krankenhaus

Bei der Aufnahme in ein Krankenhaus können Sie entscheiden, ob Sie neben den allgemeinen Krankenhausleistungen auch zusätzliche Wahlleistungen in Anspruch nehmen möchten. Zu den Wahlleistungen gehören eine „bessere Unterbringung“ (beispielsweise in einem Ein- oder Zweibettzimmer) und die wahlärztliche Behandlung („Chefarztbehandlung“). Die Wahlleistungen werden Ihnen in Rechnung gestellt und müssen mit einem Leistungsantrag eingereicht werden. Eine Direktabrechnung von Wahlleistungen ist nicht möglich. Das Krankenhaus darf Ihnen Wahlleistungen nur berechnen, wenn Sie diese vor Behandlungsbeginn schriftlich vereinbart haben. Hierfür unterschreiben Sie eine sogenannte Wahlleistungsvereinbarung.

Die besondere Unterbringung wird von der Beihilfe bis zur Höhe der Kosten eines Zweibettzimmers abzüglich eines Selbstbehalts von 14,50 Euro täglich

## Rechnungsprüfung

Jede Krankenhausrechnung wird von uns vor einer Erstattung auf Abrechnungsfehler geprüft. Bitte beachten Sie als Selbstzahler, dass wir Ihnen bei auffälligen Rechnungen zunächst nur den unstrittigen Betrag überweisen können und zur weiteren Prüfung Behandlungsunterlagen bei Ihnen anfordern. Wir empfehlen Ihnen in diesem Zusammenhang, ebenfalls nur den unstrittigen Betrag und nicht den Gesamtbetrag an die Klinik zu überweisen.

erstattet. In der Satzung der PBeaKK sind für die Wahlleistung Unterkunft keine Leistungen vorgesehen. Durch die Krankenhaustagegeldstufe der Zusatzversicherung können Sie dieses finanzielle Risiko mindern.

Bei wahlärztlichen Leistungen erhalten Sie als A-Mitglied ausschließlich Beihilfe, jedoch keine Versicherungsleistungen aus unserer Grundversicherung. Beachten Sie daher, dass erhebliche Selbstbehalte möglich sind.

## Und noch ein Wort zum Schluss

Empfehlungen für Kliniken dürfen wir nicht aussprechen. Bitte sprechen Sie diesbezüglich mit Ihrem ambulant behandelnden Arzt. Über das Internetportal [www.weisse-liste.de](http://www.weisse-liste.de) finden Sie gegebenenfalls ebenfalls ein passendes Krankenhaus. Das Portal bietet Ihnen Orientierung zu vielen Fragen rund um einen bevorstehenden Klinikaufenthalt. ■



# Auf einen Blick

## Worauf Sie achten sollten

### Unterlagen sicher einreichen

Wenn Sie uns einen Leistungsantrag oder personenbezogene Daten (zum Beispiel in einem Anhang) schicken möchten, verwenden Sie am besten unsere EinreichungsApp. Dies ist der schnellste, zuverlässigste und sicherste Weg zu uns. Ihre Daten können wir so am besten bearbeiten. Bitte achten Sie auf gute Lesbarkeit der fotografierten Dokumente. Damit vermeiden Sie Verzögerungen in der Erstattung. Die EinreichungsApp finden Sie im App Store sowie im Google Play Store. Natürlich können Sie auch – wie bisher – den herkömmlichen und ebenfalls sicheren, aber längeren Postweg nutzen.

Wenn Sie uns eine Nachricht oder Anfrage senden möchten, können Sie unser Kontaktformular auf [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de) verwenden. Auch hier ist eine sichere Übertragung gegeben. Wir empfehlen Ihnen jedoch dringend, per E-Mail keine persönlichen Daten, und vor allem keine Gesundheitsdaten zu senden, da dieser Kommunikationsweg nicht sicher ist und Daten ausgelesen werden können.

Falls Sie uns dennoch eine E-Mail senden möchten, ist es wichtig, dass Sie einige Hinweise beachten, die wir für Sie bei den „Fragen & Antworten“ unter [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de) zusammengefasst haben.



Bei Nachfragen oder Nachreichungen zu einer Erstattung: Bitte nennen Sie uns immer die Vorgangsnummer unseres Bescheides und um welche Belegnummer des Bescheides es geht. ■

## Ermäßigter Beitrag und Mitgliedergruppenwechsel

### Neue Bezugsgrößen

Seit dem 1. April 2022 gelten wegen der Änderung des Bundesbesoldungs-

gesetzes neue Bezugsgrößen beim ermäßigten Beitrag. Diese betragen

- bei vollem Familienzuschlag  
1.901,49 Euro
- bei halbem Familienzuschlag  
1.852,73 Euro
- ohne Familienzuschlag  
1.803,96 Euro

Ein ermäßigter Monatsbeitrag wird auf Antrag gewährt, wenn die Gesamteinkünfte eines Mitglieds der Gruppe A oder der Gruppe B1 die Bezugsgröße unterschreiten.

Für den Wechsel der Mitgliedergruppe B1 in die Mitgliedergruppe A gilt seit dem 1. April 2022 ebenfalls eine neue Bezugsgröße. Sie beträgt 2.614,79 Euro. ■



## Neue Leistungen und geänderte Höchstbeträge

# Änderungen im Heilmittelbereich

Im Vorgriff auf eine beabsichtigte Änderung in der Bundesbeihilfeverordnung wurden zum 1. Januar 2022 vereinzelt beihilfefähige Höchstbeträge für ärztlich oder zahnärztlich verordnete Heilmittel angepasst. Zudem wurden neue Leistungen ergänzt, wie zum Beispiel ein logopädischer und physiotherapeutischer Bericht, der auf schriftliche Anforderung der verordnenden Person vom Heilmittelerbringer erstellt wird. Außerdem wurden ernährungstherapeutische Einzel- und Gruppenbehandlungen von 12 auf maximal 16 Einheiten pro Jahr erhöht sowie podologische Leistungen zur Vereinfachung von sechs auf zwei

Behandlungsarten – Podologische Behandlung klein (35 Minuten) und groß (50 Minuten) – reduziert. Das aktuelle Leistungsverzeichnis mit den neuen

Leistungen und Höchstbeträgen (Anlage 9 der Bundesbeihilfeverordnung) finden Sie auf unserer Internetseite [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de). ■



## Amtliche Bekanntmachung

# Satzung der PBeaKK geändert

Im November 2021 wurde vom Verwaltungsrat die Satzung der PBeaKK geändert. Die Bekanntmachung fand am 1. Dezember 2021 statt. Inhalt der 104. Satzungsänderung, die zum 1. November 2021 bzw. zum 1. Januar 2022 in Kraft getreten ist, sind im Wesentlichen die Anpassung der Beiträge in der Grund- und der Zusatzversicherung so-

wie das Einfügen einer Regelung mit dem Titel „Beschluss 2.4 Klinisches Krebsregister“. Dieser Beschluss regelt die Beteiligung der PBeaKK an den Kosten der Krebsregistrierung. Daneben kam es zu Anpassungen bei den Eigenbehalten/Zuzahlungen und bei der Berechnung der Belastungsgrenze. Die Satzungsänderung sowie das aktuelle Satzungsdocument stehen unter [www.pbeakk.de/satzung](http://www.pbeakk.de/satzung) zur Verfügung.

Satzungsänderungen und Ausführungsbestimmungen werden vom Verwaltungsrat der PBeaKK beschlossen und bedürfen der Ge-

nehmigung durch die Bundesanstalt für Post und Telekommunikation Deutsche Bundespost (BAnst PT) als Rechtsaufsichtsbehörde. Damit die genehmigten Satzungsänderungen und Ausführungsbestimmungen wirksam werden können, müssen diese bekannt gemacht werden.

Die amtliche Bekanntmachung von Satzungsänderungen und Ausführungsbestimmungen erfolgt gemäß § 87 Absatz 5 der Satzung der PBeaKK durch Veröffentlichung auf der Internetseite [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de) als amtliche Verkündungsplattform und nachrichtlich im Gemeinsamen Ministerialblatt. ■

# Auf einen Blick

So vermeiden Sie unnötige Selbstbehalte

## Anfragen zur Kostenübernahme

Häufig benötigen Sie für Leistungen – wie bei Hilfsmitteln, Rehabilitationsmaßnahmen oder kieferorthopädischen Behandlungen – vor der Inanspruchnahme eine Genehmigung von uns. Bei solchen genehmigungspflichtigen Leistungen senden Sie uns die ärztliche Verordnung sowie ggf. einen Kostenvoranschlag zu.



Darüber hinaus gibt es Leistungen, wie z. B. geplante Krankenhausaufenthalte in Privatkliniken oder geplante Versorgung mit Zahnersatz, bei denen es sinnvoll ist, vor der Inanspruchnahme der Leistung zunächst eine Kostenzusage bei uns einzuholen.

In allen Fällen, in denen Sie eine Anfrage zur Kostenübernahme bei uns stellen, gilt: Um unnötige Selbstbehalte zu vermeiden, empfehlen wir Ihnen, unsere Mitteilung abzuwarten, bevor Sie eine vertragliche Verpflichtung eingehen. So haben Sie Sicherheit und vermeiden unangenehme Überraschungen.

Informieren Sie sich bezüglich einer Kostenübernahme am besten unter [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de) über alle entsprechenden Regelungen. ■

Erstattung bei Kassenleistungen

## Mieten von Hilfsmitteln

Hilfsmittel wie Lifter oder Sauerstoffgeräte erleichtern den Alltag oft enorm. Nicht immer muss ein solches – häufig teures – Gerät gekauft werden. Es gibt bei Kassenleistungen in vielen Fällen auch die Möglichkeit, technische Hilfsmittel zu mieten. Wichtig für Sie: Die Kosten dafür sind erstattungsfähig, soweit sie nicht höher als die Aufwendungen für deren Anschaffung sind.

Um sich die Mietkosten erstatten zu lassen, reichen Sie uns einen Kostenvoranschlag über die Miete eines Hilfsmittels ein. Sie kann bis zur Höhe des Kaufpreises eines vergleichbaren Gerätes anerkannt werden. Bitte beachten Sie: Die Erstattung Ihrer Mietaufwendungen kann nur für bereits in Anspruch genommene Mietzeiträume erfolgen. Eine Erstattung für zukünftige Mietzeiträume ist nicht möglich.

Wenn Sie zum Beispiel im Rahmen einer bevorstehenden Entlassung aus dem Krankenhaus, einer Rehabilitationseinrichtung oder aus einem anderen Grund eilig auf die Versorgung

mit Hilfsmitteln angewiesen sind (sogenannte Eilversorgung), wenden Sie sich bitte direkt an unsere Kundenberatung. So können wir uns zügig um die für Sie optimale Versorgung kümmern. ■



Viele Themen, viele Informationen

## Jahresrückblick 2021

Wir blicken wieder auf ein bewegtes Jahr zurück. Entsprechend viele Themen haben wir in vitamin im vergangenen Jahr behandelt. Möchten Sie noch einmal etwas nachlesen? Dann nichts wie rein in Ihr persönliches vitamin-Archiv!

### vitamin 89 | Januar 2021

- Gut hören: Das Gehör als Verbindung zur Welt
- Grundversicherung: Nachhaltiger Versicherungsschutz
- Zusatzversicherung: Beitrags-senkungen und Verbesserung
- Private Pflegeversicherung: Stabile Beiträge 2021
- novego: Online-Unterstützung für die seelische Gesundheit
- Ihre Beitragsinformation 2020
- 9. Änderungsverordnung der BBhV
- Kundenbefragung 2020: Danke, dass Sie teilgenommen haben!
- Bescheinigung der Vorsorgeaufwendungen
- Kundenservice: Der neue Erstattungsbescheid
- Neues Serviceangebot: Hörgeräte-Begutachtung



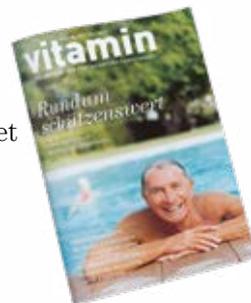
### vitamin 90 | April 2021

- Gesunder Darm: Das A und O für ein gutes Bauchgefühl
- Grundversicherung: Verbesserte Leistungen von A-Z
- Schutzimpfungen: Jetzt an alle Impfungen denken
- Zusatzversicherung: Ergänzungs- und ISH-Stufe
- EinreichungsApp wird erweitert
- Satzung der PBeaKK: Amtliche Bekanntmachung
- So profitieren Sie von der Belastungsgrenze
- Das neue IT-Kernsystem
- Jahresüberblick vitamin-Themen 2020



### vitamin 91 | Juli 2021

- Unsere Haut: Was der Haut schadet und wie wir sie gesund halten
- Stationäre Leistungen: Tipps für den Krankenhausaufenthalt
- Pflegepflichtversicherung: Welche Beiträge sich ändern
- Volljährige Kinder richtig mitversichern
- GOGREEN: Engagement fürs Klima
- Kinder und Beihilfeanspruch
- Getrennte Anträge für Versicherungs- und Pflegeleistungen
- Organspende: Den eigenen Willen dokumentieren
- Gesundheitstelefon: Persönliche Beratung durch Experten
- EinreichungsApp: Mit neuen Funktionen



### vitamin 92 | Oktober 2021

- Gesunde Blase: Ein sicheres Gefühl im Alltag
- Pflegeversicherung: So behalten Sie den Überblick
- Angebote zur Vorsorge: Die Gesundheit schützen
- Inkontinenz und Verbrauchshilfsmittel
- eRezept für Mitglieder der PBeaKK
- EinreichungsApp: Die neuen Statusmeldungen
- Beitragssenkung in der Zusatzversicherung
- Vorsorglicher Corona-Test im Krankenhaus
- Mitgliederwechsel und ermäßigter Beitrag
- Wintersemester 2021/2022: Immatrikulationsbescheinigung und Befreiungsantrag bei mitversicherten Kindern
- Längerfristiger Heilmittelbedarf ohne Genehmigung
- Leistungsantrag und Bankverbindung
- Erstattungsfähige Gesundheits-Apps





Der neue Leistungszuschlag für Pflegebedürftige

# *Entlastung in der vollstationären Pflege*

Seit 1. Januar 2022 gibt es einen Leistungszuschlag in der vollstationären Pflege, der pflegebedürftige Personen und ihre Angehörigen finanziell entlasten soll. Diesen haben wir Ihnen in unserer Januarausgabe bereits vorgestellt. In dieser Ausgabe möchten wir Ihnen anhand eines Berechnungsbeispiels zeigen, wie sich die gesamte Erstattung zusammensetzt.

## *Beihilfezuschuss und Leistungszuschlag*

**W**er beihilfeberechtigt und pflegebedürftig ist, erhält schon immer den sogenannten Beihilfezuschuss. Dieser ist abhängig vom persönlichen Einkommen und wird immer individuell be-

rechnet. Seit 1. Januar 2022 gibt es zusätzlich den Leistungszuschlag. Dieser richtet sich nach der Dauer des Leistungsbezugs in der vollstationären Pflege. Er ist für alle gleich und staffelt sich entsprechend der

Übersicht. Als dritter Faktor in der Berechnung Ihrer monatlichen Erstattung ist der Mindestbehalt ausschlaggebend, der ebenfalls individuell berechnet wird.

Dauerleistungsbezug der vollstationären Pflege	Höhe Leistungszuschlag
Leistungsbezug ≤ 12 Monate	5 % des pflegebedingten Eigenanteils
Leistungsbezug > 12 Monate	25 % des pflegebedingten Eigenanteils
Leistungsbezug > 24 Monate	45 % des pflegebedingten Eigenanteils
Leistungsbezug > 36 Monate	70 % des pflegebedingten Eigenanteils

Übersicht: Leistungszuschlag nach Dauer des Leistungsbezugs

## So setzt sich die monatliche Erstattung zusammen

### Berechnung des Mindestbehalts

Mathilde Schuster ist beihilfeberechtigt, hat Pflegegrad 5 und lebt seit 30 Monaten im Pflegeheim. Ihr berücksichtigungsfähiger Ehemann lebt zu Hause. Insgesamt verbleibt beiden gemeinsam ein Mindestbehalt von 2.317,97 Euro monatlich.

Nr.	Für wen?	Mindestbehalt seit Juni 2021
1	Jeden Beihilfeberechtigten, jeden berücksichtigungsfähigen Angehörigen, jeden Ehepartner und jeden Lebenspartner <b>mit Anspruch</b> auf Beihilfe nach § 39 Abs. 1 BBhV oder Leistungen nach § 43 SGB XI (= im Pflegeheim mit vollstationärer Pflege)	464,00 Euro
2	Einen Beihilfeberechtigten, einen Ehepartner, einen Lebenspartner <b>ohne Anspruch</b> auf Beihilfe nach § 39 Abs. 1 BBhV oder Leistungen nach § 43 SGB XI (= zu Hause)	1.739,99 Euro
3	Jedes berücksichtigungsfähige <b>Kind ohne Anspruch</b> auf Beihilfe nach § 39 Abs. 1 BBhV oder Leistungen nach § 43 SGB XI (= zu Hause)	174,00 Euro
4	Zusätzlich für den Beihilfeberechtigten	3% des Grundgehalts der letzten Besoldungsgruppe/-stufe

### Berechnung Leistungszuschlag

Frau Schuster wird seit 30 Monaten mit Pflegegrad 5 im Heim vollstationär gepflegt. Sie bekommt monatlich Leistungen für diese vollstationäre Pflege erstattet. Seit 1. Januar 2022 erhält sie aufgrund ihres Dauerleistungsbezugs (länger als 24 Monate) einen Leistungszuschlag in Höhe von 45%. Dieser errechnet sich wie folgt:

Pflegekosten + Ausbildungsumlage	3.155,00 Euro
abzüglich Pauschale (Pflegegrad 5)	- 2.005,00 Euro
Pflegebedingter Eigenanteil (EEE)	= 1.150,00 Euro
<b>davon 45% Leistungszuschlag</b>	<b>= 517,50 Euro</b>

### Berechnung Beihilfezuschuss

Der Beihilfezuschuss (inkl. Leistungszuschlag ab 1. Januar 2022) errechnet sich folgendermaßen:

Einnahmen (1/12 des Vorjahreseinkommens)	2.760,00 Euro
individueller Mindestbehalt (siehe Mindestbehalt aus Beispiel)	- 2.317,97 Euro
<b>einzusetzende Einnahmen (Eigenanteil)</b>	<b>= 442,03 Euro</b>

monatliches Heimentgelt	4.225,00 Euro
Pflegepauschale nach Pflegegrad (hier: 5)	- 2.005,00 Euro
Leistungszuschlag (hier: 45%)	- 517,50 Euro
Eigenanteil	- 442,03 Euro
<b>Beihilfezuschuss</b>	<b>= 1.260,47 Euro</b>

## Fazit

Auf die Heimrechnung in Höhe von 4.225,00 Euro erhält Frau Schuster eine Erstattung in Höhe von insgesamt 3.782,97 Euro. Darin enthalten sind die Pflegepauschale von 2.005,00 Euro, der neue Leistungszuschlag von 517,50 Euro und ein Beihilfezuschuss von 1.260,47 Euro. Der Betrag von 442,03 Euro muss vom Ehepaar Schuster selbst erbracht werden. Dies ist ihr monatlicher Eigenanteil.

## Zu guter Letzt

### Automatische Auszahlung in der vollstationären Pflege

Seit Ende 2021 können Sie unseren Service nutzen und sich die Leistungen der vollstationären Pflege am An-

fang eines jeden Monats ohne Rechnungsvorlage automatisch auszahlen lassen.

Der Vorteil ist, die Leistungen werden automatisch in den ersten Tagen des Leistungsmonats ausgezahlt. Diese Auszahlung erfolgt auf die bei uns hinterlegte Bankverbindung für Erstattungen. Die Berücksichtigung eines abweichenden Zahlungsempfängers, zum Beispiel Ihres Pflegeheims, ist nicht möglich. Der Leistungsbescheid wird Ihnen weiterhin monatlich zugesandt.

### Sie möchten diesen Service nutzen?

Den Antrag finden Sie auf unserer Internetseite [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de) im Bereich Formulare in unserem Service-Center. ■

## Wir informieren Sie

An der Pflegepauschale und dem Leistungszuschlag beteiligen sich sowohl die Pflegeversicherung wie auch die Beihilfe an der Finanzierung. Sie sind vorrangig zu leisten. Erst daran anschließend erfolgt die Betrachtung des Beihilfezuschusses. Im Vergleich zum Vorjahr kommt es daher zu einer Verschiebung der Leistungsbeträge. Das bedeutet, dass sich aufgrund des neuen Leistungszuschlages die Höhe des Beihilfezuschusses reduziert.

## Gut zu wissen

Bei der automatischen Auszahlung benötigen wir nur im Ausnahmefall Rechnungen – wenn sich z. B. die Tagessätze Ihrer Pflegeeinrichtung ändern oder Sie Gutschriften aufgrund von Abwesenheiten erhalten. Dann reichen Sie uns diese Rechnungen mit einem Leistungsantrag nach. Diese Korrekturrechnungen bearbeiten wir im Anschluss und berücksichtigen die Angaben für zukünftige Zahlungen.



## compass Pflegeberatung

# Immer für Sie da

Die compass Pflegeberatung ist für Sie da, wenn Sie sie brauchen – zum Beispiel, wenn ein Angehöriger pflegebedürftig wird oder eine neue Pflegesituation eintritt. So erhalten Sie Unterstützung in häufig herausfordernden Lebenssituationen. Informieren Sie sich, was compass für Sie leistet.

**D**ie compass Pflegeberatung berät Sie und hilft Ihnen rund um das Thema Pflege – unabhängig und kostenfrei. Der Service richtet sich an alle pflegebedürftigen Versicherten der PBeaKK sowie an deren Angehörige und betreuende Personen. Aber auch allgemein Inte-

ressierte können sich gerne bei compass im Vorfeld einer möglichen Pflegesituation informieren.

Wichtig zu wissen: Sie haben einen Anspruch auf kostenfreie und neutrale Pflegeberatung. Die Beraterinnen und Berater von compass stellen sicher,

## Themen eines Beratungsgesprächs

Während einer Pflegeberatung können Sie alle wichtigen Themen bezüglich der Pflege behandeln:

- Verfahren zur Feststellung von Pflegebedürftigkeit
- Leistungen aus der Pflegeversicherung
- Entlassung aus dem Krankenhaus in die häusliche Pflege
- Stationäre, teilstationäre sowie ambulante Betreuung und Versorgung
- Finanzielle Aspekte einer Pflegesituation
- Weitergehende sozialrechtliche Ansprüche

Das Beratungsspektrum umfasst viele verschiedene Beratungsangebote und thematische Schwerpunkte zu wichtigen Themen, wie Demenz, letzte Lebensphase, die Pflege von Kindern und Jugendlichen oder Prävention. Die Online-Angebote von compass ermöglichen es Ihnen häufig, sich einen ersten Eindruck zu verschaffen und sich in der mitunter komplizierten Materie zu orientieren.

Ob es um die Einführung in das Thema Pflege, das Leistungsspektrum oder die Vorbereitung auf den Besuch des Medizinischen Dienstes geht: compass informiert und unterstützt Sie in allen Fragen rund um die Pflege.



### Wichtig: Beratungseinsatz

Für Personen, die zu Hause gepflegt werden und Pflegegeld erhalten, ist eine Beratung vor Ort verpflichtend – in Pflegegrad 2 und 3 einmal halbjährlich, und in Pflegegrad 4 und 5 einmal vierteljährlich. Im Vordergrund steht dabei unsere Unterstützung für Pflegebedürftige und die Qualitätssicherung der häuslichen Pflege. Darüber hinaus empfehlen wir, dass die Pflegeperson(en) während des Beratungseinsatzes anwesend ist.

dass Sie innerhalb von 14 Tagen einen Termin erhalten – ob vor Ort, am Telefon oder per Videogespräch.

## Mehr erfahren

Sie erreichen die compass Pflegeberatung bundesweit unter der kostenfreien Telefonnummer

➔ **0800 10 18 800**

### SERVICEZEITEN:

Montag bis Freitag

8:00 bis 19:00 Uhr

Samstag 10:00 bis 16:00 Uhr

➔ [www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de)

compass Pflegeberatung bietet einen Rückrufservice an und stellt im Internet umfassendes Informationsmaterial zur Verfügung.

# Das kleine Wie-Wo-Was der App

Seit über drei Jahren steht Ihnen die EinreichungsApp als alternativer Einreichungskanal zur Verfügung. Eine stetig steigende Zahl von Ihnen verzichtet zwischenzeitlich auf einen Briefumschlag, den Weg zum Briefkasten und die Frankierung. Mit der App können Sie uns jederzeit und von überall sämtliche Unterlagen digital senden. Wie das geht, wo Unterschiede liegen und was zu beachten ist, erklären wir Ihnen hier.

## Registrierung und Geräteverwaltung

### Wer kann die EinreichungsApp nutzen?

Alle, die ein mobiles Endgerät besitzen, damit online sind und Android oder iOS als Betriebssystem haben. Die App wird über den jeweiligen App-Store heruntergeladen und installiert. Im Anschluss erfolgt die Registrierung über die Mitgliederdaten: Name, Geburtsdatum und zehnstellige Versicherungsnummer. Wir prüfen die Angaben und geben das Gerät frei – eine sogenannte 1-Faktor-Authenti-

fizierung mit dem Vorteil, dass Sie sofort starten können und z. B. nicht auf einen Freischaltungs-PIN per Post warten müssen.

### Ist die 1-Faktor-Authentifizierung sicher?

Ja, die Übertragung Ihrer Daten an uns ist durch ein Verschlüsselungssystem gesichert. Grundsätzlich empfehlen wir Ihnen regelmäßige Sicherheits-Updates und die Verwendung einer aktuellen Betriebsversion.

### Warum synchronisieren Sie die Daten nicht bei einem Gerätewechsel oder bei mehreren parallel genutzten Geräten?

Wir möchten, dass die App für alle Versicherten nutzbar ist, unabhängig davon, wie z. B. der Familienstand ist, oder ob eine Bevollmächtigung vorliegt. Auf jedem Gerät sieht man nur die Daten, die mit diesem registrierten Gerät eingereicht wurden. Dies kann z. B. bei getrennt lebenden Ehepartnern oder auch mitversicherten Kindern relevant sein.

### Warum gibt es keinen Abmelde-Button in der App?

Wir haben uns dafür entschieden, die App durch eine Passwort- bzw. Biometrieabfrage zu sichern. Bedeutet, wenn Sie die App auf dem Gerät schließen oder in den Hintergrund schieben, müssen Sie sich danach erneut einloggen. Eine zusätzliche Abmeldung in der App ist damit nicht nötig. Die Login-Abfrage erfolgt automatisch, wenn die App länger als zehn Sekunden geschlossen ist.



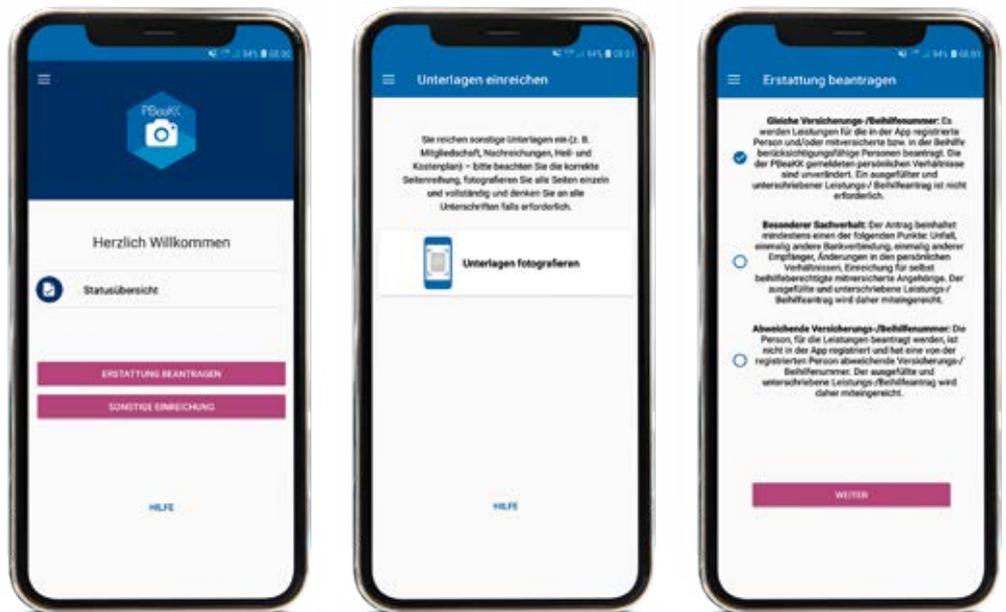
## Leistungsanträge und andere Unterlagen

### Kann ich tatsächlich sämtliche Unterlagen per App einreichen?

Grundsätzlich ja. Ausnahmen sind in den Nutzungsbedingungen genannt – zum Beispiel persönlich adressierte Schreiben an Funktionsträger der PBeaKK (z. B. Datenschutzbeauftragter) oder auch Widersprüche und deren Rücknahme.

### Warum wird in der App zwischen „Erstattung beantragen“ und „Sonstige Einreichung“ unterschieden?

Der Unterschied ist wichtig, da Sie über die App nicht ausschließlich Leistungsanträge (Erstattung) einreichen können, sondern auch sämtliche Unterlagen, die nicht mit einer Erstattung zusammenhängen. Daher müssen Sie vor dem Fotografieren auswählen, um welche Art der Einreichung es sich handelt. Dank dieser Trennung können wir Ihnen die antragsfreie Erstattung über die App anbieten.



### Warum wird mir bei „Erstattung beantragen“ keine Options-Auswahl angezeigt?

Dies ist der Fall, wenn in der App Fotos vorhanden sind, die noch nicht an uns gesendet, also eingereicht wurden. Erst wenn alle Fotos eingereicht oder bei Bedarf auch gelöscht wurden, können Sie wieder die Grundausswahl und danach eine Options-Auswahl treffen.

### Ich reiche meine Unterlagen per App ein. Wieso melden Sie zeitversetzt, wenn es Probleme gibt?

Wenn wir Ihre Unterlagen erhalten, prüfen wir diese technisch u. a. auf Vollständigkeit, Seitenreihung und Lesbarkeit. Wenn Probleme bestehen, erhalten Sie zeitnah eine Mitteilung in der Statusübersicht der App. Dennoch kann es vorkommen, dass bei der späteren konkreten Bearbeitung trotz vor-

heriger Prüfung Detailangaben (z. B. GOÄ-Ziffern, Diagnosen, Folgeseiten) fehlen. In diesen Fällen erhalten Sie zeitversetzt bspw. eine Bitte um Nachreichung von Unterlagen per Post.

### Wenn die PBeaKK mich auffordert, Unterlagen nachzureichen, welche Auswahl muss ich treffen?

Eine Nachreichung – auch wenn es um Belege geht – ist keine neue Erstattung, die Sie beantragen. Denn Sie haben bereits einen Antrag gestellt. Wählen Sie daher „Sonstige Einreichung“ und fotografieren unbedingt auch unser Schreiben, damit wir die Nachreichung korrekt zuordnen können. Oder Sie notieren die Vorgangs- und Belegnummer, um die es geht, und fotografieren diese mit.

## Notizen und Hinweise

Wenn Sie uns zu Unterlagen kurze Hinweise geben möchten, machen Sie dies bitte direkt in der App. Entweder Sie fügen eine kurze Notiz auf der Unterlage hinzu oder fotografieren Ihre Hinweise als Extraseite bei der jeweiligen Einreichung.

# Fotografieren und prüfen

Kann ich meine Fotos nochmals ansehen und evtl. löschen?



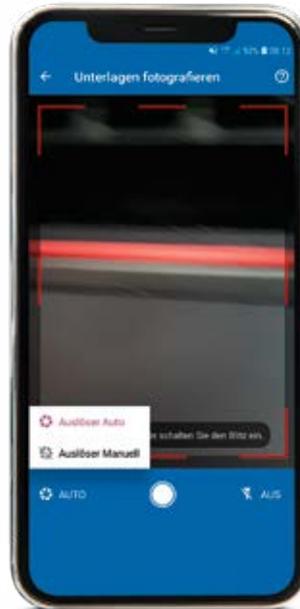
Ja. Im Bereich „Unterlagen einreichen“ können Sie alle Dokumente einzeln ansehen und bei Bedarf auch einzeln löschen. Klicken Sie einfach auf das entsprechende Foto. Sobald Sie eingereicht haben, können Sie keine Unterlagen mehr löschen. Alle durchgeführten Einreichungen inklusive Fotos und Statusmeldungen können Sie im Bereich Statusübersicht einsehen.



Kann ich die Funktion „automatische Aufnahme“ selbst steuern?



Ja, Sie können die Funktion an- oder ausschalten, wie es Ihnen lieber ist. Dies geht entweder bei jeder Fotografie einzeln oder grundsätzlich über das Menü (Einstellungen – Erweiterte Einstellungen). Einigen Kunden empfehlen wir eine Abschaltung, wenn beispielsweise motorische Beeinträchtigungen vorliegen oder auch sehr neue Mobilgeräte eingesetzt werden. Hier berichten Kunden, dass die Gerätekamera teilweise schneller auslöst als gewünscht. In diesen Fällen ist die manuelle Steuerung besser.



Warum ist die Reihenfolge der Unterlagen so wichtig?

Ihre Einreichung wird technisch geprüft. Das bedeutet, dass alle Fotos genau in der Reihenfolge durch unsere Prüfung laufen, wie Sie diese fotografiert haben. Das Prüfprogramm erkennt bestimmte Inhalte und achtet auf Seitenangaben, gruppiert die Unterlagen als Vorgang und leitet diesen an die richtige Bearbeitungsstelle weiter. Wenn hier Seitenreihungen falsch sind, kann das Programm keine individuelle Umsortierung vornehmen. Dann müssen wir Sie bitten, Ihre Unterlagen komplett neu einzureichen.

Warum fragen Sie in der App immer, ob alle Rückseiten fotografiert sind?

Wir benötigen alle Seiten, die Inhalte haben und die in der Seitennummerierung (z. B. 4 von 4) genannt sind. Und wir möchten durch den Hinweis dabei helfen, dass Sie a) keine Seite vergessen und b) diese an der richtigen Stelle (Reihung) fotografiert werden. Eine komplett leere Rückseite ohne Inhalte und Nummerierung benötigen wir natürlich nicht.



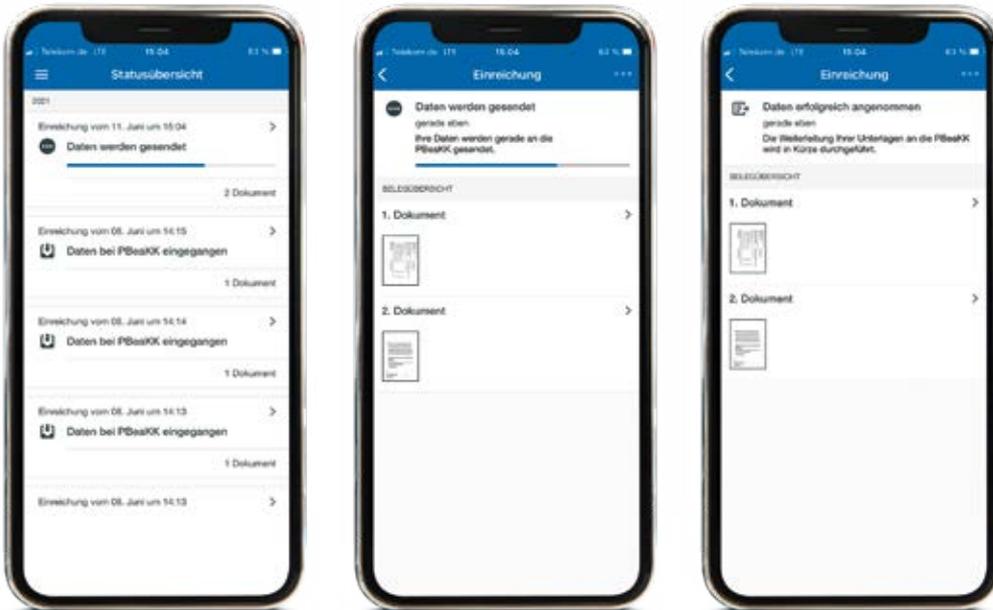
## Statusübersicht und Meldungen

In der Statusübersicht sehen Sie nach Kalenderjahr sortiert eine Liste Ihrer Einreichungen mit Datum, die vom jeweils verwendeten Gerät eingereicht wurden. Dort ist auch für jede Einreichung ein Status angegeben, in Form einer Textmitteilung. Wenn Sie eine Einreichung anklicken, sehen Sie alle eingereichten Fotos und alle Textmitteilungen, die wir Ihnen zu dieser Einreichung gesendet haben, in voller Länge (Klick auf „Alle Nachrichten“). Jede Einreichung durchläuft drei technische Schritte, bevor die Bearbeitung startet.

- **Meldung 1:** Daten erfolgreich angenommen – die Weiterleitung Ihrer Unterlagen an die PBeaKK wird in Kürze durchgeführt.
- **Meldung 2:** Daten bei PBeaKK eingegangen – die PBeaKK hat Ihre Unterlagen erhalten und prüft diese auf Vollständigkeit.
- **Meldung 3:** Einreichung erfolgreich geprüft – nach der Bearbeitung Ihrer Unterlagen erhalten Sie einen schriftlichen Bescheid per Post von uns.

- **Alternative Meldung 3:** Wenn unsere Prüfung auf Vollständigkeit nicht erfolgreich war, teilen wir Ihnen alternativ mit, welches Problem vorliegt, und bitten Sie, uns die Unterlagen der betroffenen Einreichung nochmals komplett neu einzureichen.

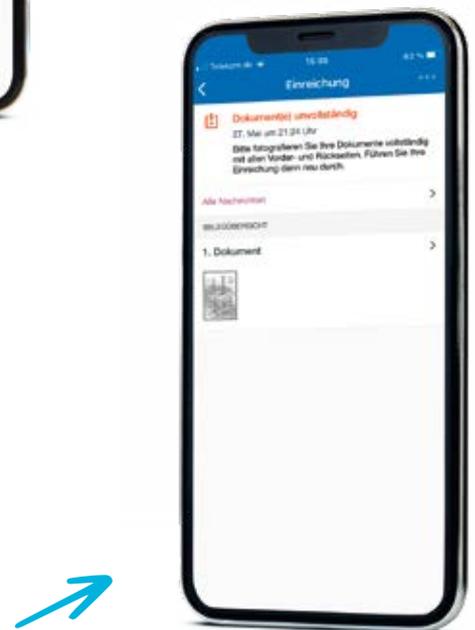
Nach der dritten Meldung erscheinen in der App keine weiteren Informationen zu der jeweiligen Einreichung. Entweder Sie erhalten im Anschluss die entsprechenden Unterlagen bzw. Bescheide per Post von uns, oder wir hatten Sie um eine neue Einreichung gebeten.



### Warum muss ich alles neu einreichen, wenn nur ein Foto nicht passt?

Alle eingereichten Unterlagen zusammen sind der Antrag, den Sie gestellt haben. Wenn innerhalb dieses Antrags etwas nicht funktioniert, benötigen wir alle Unterlagen neu. Wir können keine Trennung der Unterlagen vornehmen und einen Teil zur Seite legen. Wir

leiten nur vollständige Unterlagen in das Bearbeitungssystem weiter. Selbstverständlich können Sie sich überlegen, ob Sie bestimmte Unterlagen getrennt voneinander einreichen möchten. Gerade mit der antragsfreien Erstattung ist dies in der App häufig sehr gut möglich. Wir empfehlen, z. B. Krankenkassen- und Pflegeleistungen getrennt voneinander an uns zu senden. ■



# Unsere Aufgabe: Stabilität und zufriedene Kunden

Am 2. Dezember 2021 fand die konstituierende Sitzung des Verwaltungsrats statt. Sie läutete seine VII. Amtsperiode ein. Als Selbstverwaltungsorgan und wichtigstes Gremium der PBeaKK erfüllt der Verwaltungsrat unter anderem Aufgaben wie die Festsetzung der Beiträge und die strategische Ausrichtung der PBeaKK.

Nachdem die VI. Amtsperiode des Verwaltungsrats nach vierjähriger Dauer am 30. November 2021 endete, wurden die Mitglieder des Verwaltungsrats durch die Bundesanstalt für Post und Telekommunikation Deutsche Bundespost (BANst PT) für die VII. Amtsperiode zum 1. Dezember 2021 bestellt. Im Rahmen der konstituierenden Sitzung entschied der neu bestellte Verwaltungsrat durch interne Wahlen und Benennungen über die Ämterbesetzung des Verwaltungsrats für die anstehende Amtsperiode. Die beiden alternierenden Vorsitzenden, Holger Eisenhardt (Gruppe Mitgliedervertreter) und Andreas Mauerer (Gruppe Unternehmen/Verwaltung), wurden erneut in ihr Amt gewählt. Der Verwaltungsrat ist paritätisch besetzt und besteht aus 16 Mitgliedern. Acht Vertreter der Mitglieder werden aktuell von der Vereinten Dienstleistungsgewerkschaft ver.di benannt, je drei Vertreter von der Deutsche Post AG und der Deutsche Telekom AG und je ein Vertreter von der Deutsche Bank AG (ehemals als Deutsche Postbank AG bzw. DB Privat- und Firmenkundenbank AG) und der BANst PT.

### Dank und Ausblick

Herr Eisenhardt begrüßte als Vorsitzender alle Teilnehmenden und resümierte vor allem über die beiden vergangenen Jahre 2020 und 2021, die auch das Gremium des Verwaltungsrats herausgefordert haben. Die Corona-Pandemie, Veränderungen im Vorstand sowie die Einführung des neuen IT-Systems nannte er als bestimmende Themen. Hierbei sei es immer von besonderer Bedeutung gewesen, sowohl Stabilität als auch Kundenservice zu gewährleisten.

Die Einführung des neuen IT-Systems Ende November 2020 habe die PBeaKK auch im Verlauf 2021 noch vor große Herausforderungen gestellt, die auch dank des unermüdlichen Einsatzes der Beschäftigten sowie organisatorischer Maßnahmen gemeistert werden konnten. Dadurch seien grundsätzliche Ziele, wie die Durchlaufzeiten und die telefonische Erreichbarkeit, wieder optimiert worden. Und auch Themen, wie der moderate Beitragstrend in der Grundversicherung sowie immer weitere Verbesserungen in der Zusatzversicherung, bewiesen, dass die PBeaKK

insgesamt auf einem sehr guten Weg in die Zukunft ist und ein verlässlicher Partner für alle Versicherten bleibt.

### Nachgefragt: Welche Aufgaben hat der Verwaltungsrat?

- Strategische Ausrichtung der PBeaKK
- Bestellung der Mitglieder des Vorstands
- Beratung und Überwachung des Vorstands
- Änderungen der Satzung und der Ausführungsbestimmungen
- Festsetzung der Höhe der Beiträge
- Feststellung des Wirtschaftsplanes und des Jahresabschlusses
- Wahl der Mitglieder der Widerspruchsausschüsse

Herr Eisenhardt betonte, dass er und Herr Mauerer sowie das gesamte Gremium besonderen Wert auf Kundenzufriedenheit und Kundenservice legten

und dass dies Ziel allen Handelns sei. Hierfür, so Herr Eisenhardt, danke er – auch im Namen von Herrn Mauerer – sowohl den aktuellen als auch allen

ausgeschiedenen Mitgliedern des Verwaltungsrats herzlich. ■

## Die neue Zusammensetzung des Verwaltungsrats

Die VII. Amtsperiode dauert vom 1. Dezember 2021 bis 30. November 2025. Die 16 paritätisch besetzten Mitglieder des Verwaltungsrats sind:

### Gruppe Mitglieder

Holger Eisenhardt (altern. Vorsitzender)	ver.di
Sandra Anhorn	ver.di
Susanne Bleidt	ver.di
Horst Glissmann	ver.di
Susanne Krey	ver.di
Ernst-August Rekaté	ver.di
Angelika Scharnagl	ver.di
Antje Schindzielorz	ver.di

### Gruppe Unternehmen/Verwaltung

Andreas Mauerer (altern. stellv. Vorsitzender)	Deutsche Telekom AG
Frank Heßling	Deutsche Post AG
Christian von Hopffgarten	Deutsche Post AG
Thomas Kruck-Paulussen	Deutsche Post AG
Barbara Neckenig	BAnst PT
Dr. Andrea Nicolai	Deutsche Bank AG
Martin Ostermann	Deutsche Telekom AG
Sandra Windgätter	Deutsche Telekom AG

Anzeige



SANATORIUM & GESUNDHEITZENTRUM

Stilvolles Wohlfühlambiente mit persönlicher Betreuung. Moderne, medizinische Fachkompetenz mit gezielter Therapie fördern Ihr gesundheitliches Wohlbefinden.

### Medizinische Behandlungen für Ihre Gesundheit

- Original Bad Kissinger Natursolebad
- Krankengymnastik (Einzel und Gruppe)
- Kneipp-Guss
- Heiße Moorpackung
- 2 Schwimmbäder (30°C) u.v.m.

### Salzgrotte direkt im Haus

Entspannen Sie bei Meeresklima in der Salzgrotte direkt in unserem Haus.

Unser Angebot für Sie:

### PRIVATE PAUSCHALKUR

Ihr „alles inklusive“ Gesundheitsurlaub

Ärztliche Untersuchungen einschließlich aller verordneten Therapieanwendungen (wie z. B. Massagen, Bäder), Vollpension (inkl. Tischgetränke), Nachmittagskaffee, Mineralwasser und Obst für das Zimmer.

Für genehmigte Rehabilitationsmaßnahmen pauschalierte Direktabrechnung mit der PBeaKK möglich.

Für beihilfeberechtigte Selbstzahler niedrigster Tagessatz EZ oder DZ € 75,- p. P. / Tag inkl. Vollpension zzgl. Arzt- und Anwendungskosten.

Informationen & Beratung unter:

☎ 0971 918-0

Unser Zusatzangebot:

### KRAMPFADER-BEHANDLUNG

ohne OP und Narkose!\*

Fordern Sie Informationsmaterial an!

\*Bei entsprechender Diagnose. Aufschlüsselung nach GOÄ möglich.

*Bewegung ist Leben*

Prinzregentenstr. 15  
97688 Bad Kissingen

Fax 0971 - 918-100  
www.uibeleisen.com

Nutzen Sie unseren  
FAHRDIENST  
ab Ihrer Haustür!



# Ihr Kontakt zu uns

## Telefon, Fax und Post

Die Servicezeiten unserer telefonischen Kundenberatung:

Montag bis Donnerstag 7:30 bis 18:00 Uhr und Freitag 7:30 bis 16:00 Uhr

Telefon: 0711 346 529 96 oder 0180 2 346 529 96 (Je Anruf 6 Cent aus dem deutschen Festnetz)

Fax: 0711 346 529 98

Post: Postbeamtenkrankenkasse, 70467 Stuttgart

## E-Mail und Internet

E-Mail: [service@pbeakk.de](mailto:service@pbeakk.de), Internet: [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de)

## EinreichungsApp

Wenn Sie Fragen zur EinreichungsApp haben, können Sie sich per Telefon an [0711 9744 97100](tel:0711974497100) wenden.

Wir sind für Sie erreichbar von Montag bis Donnerstag 7:30 bis 18:00 Uhr und Freitag 7:30 bis 16:00 Uhr.

Wenn Sie uns eine E-Mail schreiben möchten, geben Sie bitte Ihre Versicherungsnummer und möglichst eine Rückrufnummer an: [app@pbeakk.de](mailto:app@pbeakk.de)

**Wichtig: Fragen zur Erstattung eingereicherter Unterlagen sowie allgemeine Fragen zu Leistungen, Pflege und Mitgliedschaft beantwortet Ihnen ausschließlich unsere Kundenberatung (siehe oben).**

## Impressum

vitamin – Das Magazin der Postbeamtenkrankenkasse (PBeaKK) erscheint viermal jährlich. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte oder Fotos übernehmen wir keine Gewähr. © Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Einwilligung der PBeaKK.

**HERAUSGEBER:** Postbeamtenkrankenkasse, Maybachstraße 54/56, 70469 Stuttgart, [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de), [uk@pbeakk.de](mailto:uk@pbeakk.de)

**VERANTWORTLICH:** Kirsten Hufeland (Leitung), Christoph Heisig (stellv. Leitung);  
Mitarbeit: Nadine Fritsche, Eileen Gnad, Günter Haag, Michaela Hahmeyer

**VERLAG:** Satztechnik Meißen GmbH, Geschäftsführung: Polo Palmen, Am Sand 1c, 01665 Nieschütz, [info@satztechnik-meissen.de](mailto:info@satztechnik-meissen.de), [www.satztechnik-meissen.de](http://www.satztechnik-meissen.de)

**KOORDINATION UND GESUNDHEITSTEXT:**

„Fokus gesunde Augen“ Toralf Grau

**MEDIZINISCHES LEKTORAT:**

Dr. Tommy Marschke

**ANZEIGENLEITUNG:** Satztechnik Meißen GmbH, Yvonne Joestel, Tel.: 03525 718-624

**DRUCK:** Stark Druck GmbH + Co. KG, Im Altgefäll 9, 75181 Pforzheim, [www.stark-gruppe.de](http://www.stark-gruppe.de)



Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite: [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de)



## Persönlich

Aufgrund der Corona-Pandemie bleiben unsere Kundenberatungen bis auf Weiteres geschlossen. Sehr gerne sind wir telefonisch für Sie da. Oder Sie nutzen unsere Internetseite [www.pbeakk.de](http://www.pbeakk.de). Dort informieren wir Sie auch, sobald persönliche Beratungen wieder möglich sind.

**BREMEN**  
Hermann-Köhl-Str. 3  
28199 Bremen

**FREIBURG**  
Jechtinger Str. 9  
79111 Freiburg

**KIEL**  
Eckernförder Str. 150  
24116 Kiel

**MÜNSTER**  
Roddestr. 12  
48153 Münster

**DORTMUND**  
Voßkuhle 38  
44141 Dortmund

**HAMBURG**  
Sachsenstr. 8  
20097 Hamburg

**KOBLENZ**  
Am Wöllershof 12  
56068 Koblenz

**NÜRNBERG**  
Willy-Brandt-Platz 16  
90402 Nürnberg

**DÜSSELDORF**  
Grafenberger Allee 297  
40237 Düsseldorf

**HANNOVER**  
Großer Kolonnenweg 23  
30163 Hannover

**KÖLN**  
Innere Kanalstr. 15  
50823 Köln

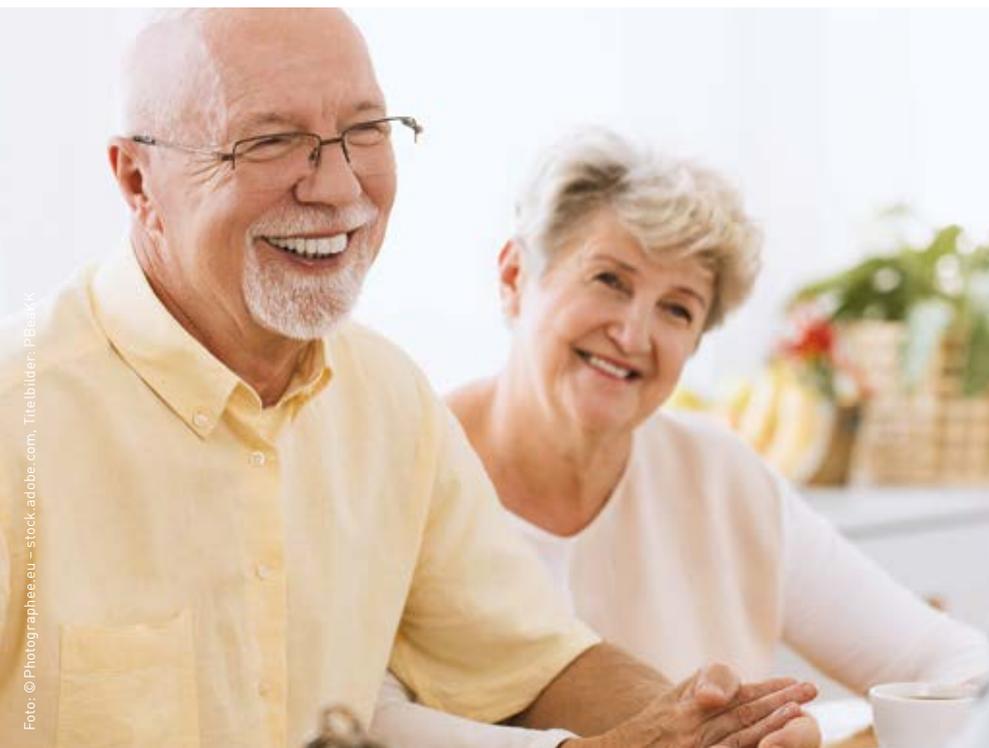
**REGENSBURG**  
Friedenstr. 28  
93053 Regensburg

**FRANKFURT**  
Trakehner Str. 5  
60487 Frankfurt

**KARLSRUHE**  
Rüppurrer Str. 1 A  
76137 Karlsruhe

**MÜNCHEN**  
Landsberger Str. 314  
80687 München

**STUTTGART**  
Maybachstr. 54  
70469 Stuttgart



## Informationen zur Satzung der PBeaKK

Die vom Verwaltungsrat der PBeaKK beschlossenen Satzungsänderungen und Ausführungsbestimmungen werden nach Genehmigung durch die Bundesanstalt für Post und Telekommunikation Deutsche Bundespost (BAnst PT) auf der Internetseite der PBeaKK amtlich bekannt gemacht.

Unter [www.pbeakk.de/Satzung](http://www.pbeakk.de/Satzung) finden Sie die Satzungsänderungen und die aktuelle Satzung als PDF-Datei auch zum Download.

Frühlingserwachen

# Avocado- Lachs- Tartar

Wenn die Sonne wärmer wird und die Erde beginnt nach Frühling zu duften, haben wir Lust auf frisches knackiges Grün auf unseren Tellern. Die gesunden Fette und Mineralstoffe von Avocado und Lachs helfen unserem Organismus, in Form zu kommen.

## Zutaten

150 g	Quinoa (z. B. Quinoa tricolore)
2 EL	Essig
50 ml	warme Gemüsebrühe
1 EL	mittelscharfer Senf
	Salz
	Pfeffer
½ TL	Zucker
3–4	Dill-Stiele
2	Frühlingszwiebeln
8 EL	Olivenöl
3	reife Avocados
6	Scheiben Räucherlachs
750 g	grüner Spargel
150 g	gemischter Frühlingsalat
1 Beet	Kresse
	Erdbeeren zum Garnieren nach Belieben

Für 4 Personen  
Zubereitung: etwa 45 Minuten



## Zubereitung

1. Quinoa in ein feines Sieb geben, heiß abspülen und nach Packungsangabe garen. Essig, Brühe, Senf, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren.
2. Dill waschen und trocken tupfen. Dillfähnchen abzupfen und hacken. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und längs vierteln. Geviertelte Zwiebeln fein hacken.
3. In die Vinaigrette 6 EL Öl zuerst tropfenweise, dann in einem dünnen Strahl einrühren. Avocados in kleine Würfel schneiden und mit der Hälfte Vinaigrette vorsichtig vermengen. Vier Scheiben Lachs in kleine Stückchen schneiden und mit Dill und Frühlingszwiebeln zur Avocado geben und sorgfältig unterheben. Tartar mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Spargel waschen und die Enden abschneiden. Das untere Drittel der Stangen schälen. In einer großen Pfanne 2 EL Öl erhitzen und den Spargel darin rundherum kräftig anbraten und mit Salz würzen. 150 ml Wasser angießen und den Spargel geschlossen 2 bis 3 Minuten garen. Vom Herd nehmen.
5. Salat waschen und trockenschleudern. Salat und übrige Vinaigrette vermengen. Tartar mithilfe eines Desserttringes auf einem Teller zum Törtchen formen oder in ein Schälchen füllen. Salat, Spargel und Quinoa um das Törtchen anrichten. Kresse vom Beet schneiden und über das Gericht streuen. Übrige Lachsscheiben halbieren und auf das Törtchen setzen. Salat evtl. mit Erdbeeren garnieren.

Mitmachen und mit etwas Glück gewinnen

# Preisrätsel

Alle Antworten auf die gestellten Fragen finden Sie in den Artikeln dieser Ausgabe. Wir wünschen Ihnen viel Spaß und gratulieren den Gewinnern schon jetzt recht herzlich.

Welches Sehproblem steht auf einem der ersten Plätze?

1    □    □    □    4    □    □    □    □    □    □    □    □    □    □

Was haben wir mit vielen öffentlich zugelassenen Krankenhäusern vereinbart?

□    □    □    □    □    □    □    7    □    □    □    □    6    □    □    □    □

Was gibt es seit 1. Januar 2022 in der vollstationären Pflege?

□    □    □    2    □    □    □    □    □    □    □    □    □    □    5    □    □    □    □

Welche Pflegeberatung ist für Sie da, wenn Sie sie brauchen?

□    □    □    10    □    □    8    □    □    □

Welches Gremium hatte am 2. Dezember 2021 seine konstituierende Sitzung?

□    □    □    3    □    □    □    □    □    9    □    □    □    □    □    □    □

Unser Lösungswort:

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

Schicken Sie uns das Lösungswort und Ihre Adresse bis zum 27. Mai 2022 (Einsendeschluss) an: Postbeamtenkrankenkasse Hauptverwaltung, 70460 Stuttgart (diese Anschrift bitte nur für das Preisausschreiben verwenden) oder an [uk@pbeakk.de](mailto:uk@pbeakk.de).

Mitmachen können alle Mitglieder und mitversicherten Angehörigen der PBeaKK. Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir die Preise.

Beschäftigte der PBeaKK und deren Angehörige dürfen leider nicht teilnehmen. Die Gewinne können nicht ausbezahlt werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Lösung des Preisrätsels aus vitamin 93 lautet: „Bratapfel“.

Das sind die Gewinner:  
1. Preis: H. Schwenker  
2. Preis: U. Stiller  
3. Preis: F. Wiedemer

## Zu gewinnen

### 1. Preis

Bose SoundSport kabellose Sport-Earbuds

### 2. Preis

Zwilling Spargel- und Pastatopf

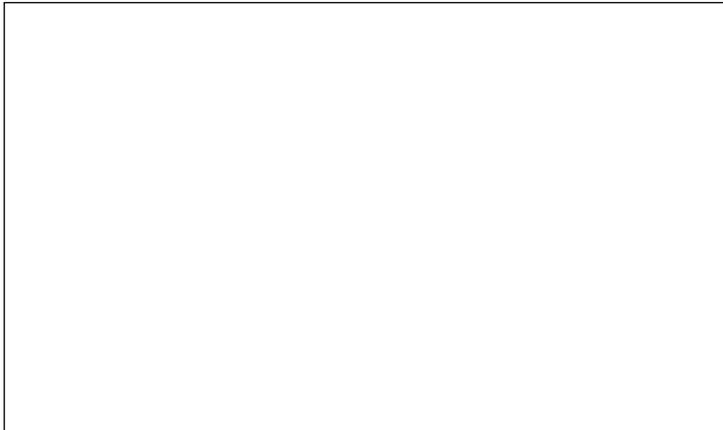
### 3. Preis

Gardena Kleingeräte Grundausrüstung

**Informationen zum Datenschutz:** Damit wir den verlostten Preis dem Gewinner zusenden können, ist die Speicherung Ihrer postalischen Anschrift beziehungsweise Ihrer E-Mail-Anschrift wichtig. Wir speichern diese jedoch nur zum Zwecke der Verlosung und löschen sie vollständig zum 24. Juni 2022. Sie können jederzeit dieser Speicherung widersprechen und die sofortige Löschung verlangen. Geschieht dies vor der Verlosung, können Sie an dieser nicht mehr teilnehmen. Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich gerne an [datenschutz@pbeakk.de](mailto:datenschutz@pbeakk.de).

Ausgabe 94 | April 2022

**PBeaKK**  
Gesund versichert.



## Pflege

# *So erhalten Sie Unterstützung*

Wenn Pflege ein Thema wird, hilft Ihnen die compass Pflegeberatung, diese neue und häufig herausfordernde Lebenssituation zu meistern. Mit compass können Sie alle wichtigen Themen bezüglich der Pflege besprechen: compass zeigt Lösungen auf und verschafft Ihnen Orientierung. Was die compass Pflegeberatung für Sie leistet, erfahren Sie auf Seite 21.

