

## Leistungen (alle Klassen)

- Blutdruckmessung u. Langzeitblutdruckmessung
- Blutentnahme und Laboruntersuchung
- Check up 35 (alle 3 Jahre)
- Check up unter 35 (vom 18-35.Lebensjahr einmalig)
- Diabetiker-Betreuung
- DMP-Programme z.B.CuraPlan der AOK
- EKG, Belastungs-EKG, Langzeit-EKG
- Geriatriische Betreuung
- Hausärztliche Versorgung
- Hausbesuche
- Hautkrebsvorsorge (Screening)
- Impfberatung und Impfung
- Jugend-Gesundheits-Untersuchung (12-14 Jahre)
- Jugend-Arbeitschutz-Untersuchung (beim Berufstart)
- kleine Chirurgie
- Lungenfunktion
- palliative Behandlung
- Pflanzenheilkunde / Phytotherapie
- Psychosomatische Grundversorgung
- Quick-/INR-Kontrollen in der Praxis
- Reha-Anträge / Kuranträge
- Schlafapnoe-Screening
- Schmerztherapie
- Stuhluntersuchungen
- Ultraschall / Sonographie von Bauchraum, Schilddrüse und Aorta (Ausschluß Aneurysma)
- Vorsorge-Untersuchungen
- Wundversorgung / chronische Wunden



## **Zusatzangebote außerhalb des Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen. Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL)**

- Akupunktur
- Chirurgische Kleineingriffe
- Naturheilkunde
- Reiseberatung und Reiseimpfung
- Stuhluntersuchungen und Symbioselenkung
- Untersuchung Sportbootführerschein
- Tauchtauglichkeitsuntersuchung
- Vorsorge-Untersuchungen
- Wundversorgung / chronische Wunden



# Vorsorgeuntersuchungen

Vorsorge kann Leben retten. Da sind sich Experten einig. Dennoch wissen viele Menschen nicht, welche Untersuchungen zur Vorsorge ihnen gesetzlich zustehen.

Die Vorsorgeuntersuchungen sind darauf ausgerichtet, häufige in der Bevölkerung auftretende und volkswirtschaftlich relevante Krankheiten frühzeitig aufzudecken, um durch rechtzeitige Behandlung eine Heilung zu erreichen (z. B. Darmkrebs) bzw. die Folgeschäden zu lindern (z. B. Zuckerkrankheit, Bluthochdruck). Dadurch sollen den Krankenkassen die Kosten für die Behandlung der Folgeschäden erspart werden. Bei der Erstellung von Vorsorgeprogrammen wird nicht das medizinisch Machbare, sondern die (auch ökonomische) Abwägung des Nutzens und des Schadens eines sinnvollen Screenings zugrunde gelegt.



## **Empfehlung der gesetzlichen Krankenversicherung:**

### **Ab 35 Jahren - Check-up**

Alle drei Jahre haben Männer und Frauen das Anrecht auf eine Vorsorgeuntersuchung, bei dem Blut, Urin, Puls, Blutdruck, Herz, Lunge, Atemwege, Beweglichkeit der Gelenke, Reflexe, Bauch und Lymphdrüsen untersucht werden. Dabei kommt der Arzt vor allem Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Nierenerkrankungen auf die Spur und überprüft vorhandene Risikofaktoren. Gegebenenfalls wird auch noch ein EKG angefertigt (welches manchmal selbst bezahlt werden muss), mit dessen Hilfe sich die Herz-Kreislauf-Funktionen kontrollieren lassen.

### **Ab 35 Jahren - Hautkrebsvorsorge**

Das Hautkrebs-Screening können Frauen und Männer wie bisher alle zwei Jahre in Anspruch nehmen. Der Arzt prüft den ganzen Körper dabei auf Hautveränderungen wie Ekzeme, Geschwüre oder Pigment-Male. Bei krebserdächtigen Stellen nimmt dann der Hautarzt eine Gewebeprobe, welche im Labor untersucht wird. Hautkrebs kann schon in sehr frühem Stadium erkannt und erfolgreich behandelt werden (z. B. durch eine kleine OP)

### **Ab 45 Jahren Früherkennung Prostatakrebs (Männer)**

Eine Früherkennung von bösartigen Krebserkrankungen sollte noch vor dem Auftreten von Symptomen oder Krankheitszeichen ermöglicht werden. Bei Männern ab dem 45. Lebensjahr sollte eine Untersuchung der äußeren Geschlechtsorgane und der Prostata vorgenommen werden.

### **Ab 50 Jahren - Mammographie (Frauen)**

Frauen zwischen 50 und 70 Jahren haben das Anrecht alle zwei Jahre ein Mammographie-Screening durchführen zu lassen. Bei dieser Brustkrebsvorsorge werden die Brüste geröntgt, um gegebenenfalls frühzeitig Veränderungen im Brustgewebe festzustellen. Für Frauen unter 50 Jahren besteht nur bei konkretem medizinischem Verdacht auf eine Tumorerkrankung, ein Anspruch auf eine Röntgenuntersuchung.

### **Ab 50 Jahren - Früherkennung Darmkrebs**

Die Krankenkassen stellen für beide Geschlechter, wahlweise entweder alle zwei Jahre einen Stuhltest auf verborgenes Blut oder zweimal im Leben eine Darmspiegelung als Vorsorge zur Verfügung. Dazu gehört ein Schnelltest auf verstecktes (okkultes) Blut im Stuhl. Denn dieses kann nämlich ein Hinweis auf Geschwülste (Wucherungen) im Darm sein und damit auch auf Darmkrebs hindeuten.



## **Empfehlung der gesetzlichen Krankenversicherung:**

### **Ab 50 Jahren - Darmspiegelungsvorsorge**

Ab dem 50ten Lebensjahr wird von den Kassen eine Darmspiegelung (Koloskopie) im Abstand von 10 Jahren übernommen. Dabei untersucht der Arzt mittels einer Kamera (welche in einem Schlauch montiert ist), den zuvor gereinigten End- und Dickdarm auf Polypen und Polypenknospen. Diese sind zwar zunächst noch harmlos, können sich aber zu bösartigen Tumoren (Dickdarmkrebs) entwickeln. Deshalb werden sie auch bei der Untersuchung direkt mit einer Drahtschlinge entfernt. Eine Darmspiegelung ist völlig schmerzfrei und wird in Kurzbetäubung durchgeführt.

### **Ab 65 Jahren (Männer) - Ultraschall der Aorta**

Dies dient zum Ausschluss einer Erweiterung der Hauptschlagader



**Zusätzlich empfehlen wir folgende Vorsorge - untersuchungen die leider meist nicht im Leistungsumfang der Kassen enthalten sind und als individuelle Gesundheitsleistung (IGELLeistungen) selbst bezahlt werden müssen:**

#### **Ab 40 Jahren - Herzinfaktvorsorge**

Zu den Untersuchungen, die Sie Ihrer Herzgesundheit zuliebe regelmäßig durchführen lassen sollten, gehören die Mes - sung des Cholesterinspiegels und des Blutdrucks. Ebenfalls wichtig ist eine Gewichtskontrolle und bei bereits bekannten Risikofaktoren ein Lipoprotein CRP- und/oder HomocysteinTest.

#### **Ab 40 Jahren - Herzinsuffizienzuntersuchung**

Seit Anfang des 21. Jahrhunderts steht mit der Bestimmung der Plasmakonzentration des brain natriuretic peptide (BNP bzw. NTproBNP) ein Test zur Verfügung, der auch in der All - tagsroutine für die Diagnostik einer Herzinsuffizienz hilfreich sein kann. Je nach Ausmaß der Herzinsuffizienz sind die Werte mäßig bis stark erhöht, während niedrig normale BNPoder NTproBNP-Spiegel bei einem unbehandelten Patienten eine Herzinsuffizienz weitgehend ausschließen.

Ab 60 Jahren - Osteoporoseuntersuchung (nicht in der Praxis durchführbar)

Die Knochendichtemessung wird vor allem bei Verdacht auf Osteoporose (Knochenschwund) durchgeführt. Bei Osteoporose verliert der Knochen an Masse und Stabilität. Besonders in folgenden Fällen kann eine Knochendich - temessung sinnvoll sein:

- *Bei deutlichen Osteoporose-Beschwerden, wie Knochenschmerzen, Rundrücken, gehäuften Knochenbrüchen*
- *Bei deutlichen Beschwerden von Männern mit erhöhtem Osteoporoserisiko: Ein solches besteht z.B. bei erhöhten Alkohol- und / oder Nikotin - konsum, gehäufter Osteoporose in der Familie, Diabetikern oder Mangel - ernährung*
- *Bei Frauen nach den Wechseljahren mit erhöhtem Osteoporose-Risiko • Zur Verlaufskontrolle der Osteoporose und/oder zur Therapiekontrolle*
- *Bei Verdacht auf Osteomalazie: Dabei handelt es sich um eine Verminderung der Knochendichte aufgrund eines mangelhaften Einbaus von Mineralstoffen in die Knochen.*
- *Bei Knochenbrüchen ohne adäquates Trauma.*

Derzeit wird die Knochendichtemessung von den gesetzlichen Kranken - kassen erst dann vergütet, wenn mindestens ein osteoporotisch bedingter Knochenbruch vorliegt.



## Check-up 35+ Vorsorgeuntersuchung

Vorsorgen ist besser als heilen. Dies gilt gerade für die großen Zivilisationskrankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Nierenleiden, Stoffwechselstörungen und Zuckerkrankheit (Diabetes). Die Früherkennung von Gesundheitsstörungen lohnt sich und erspart den Menschen Leid und Schmerzen. Deshalb haben die Krankenkassen und die Kassenärztlichen Vereinigungen vereinbart, dass sich Versicherte ab dem 35. Lebensjahr alle drei Jahre von Kopf bis Fuß untersuchen lassen können. Das Angebot der Gesundheitsuntersuchung Gesundheits-Check-up 35+ gilt für Frauen und Männer in gleicher Weise.

In der Regel vereinbaren wir für den geplanten Check up zwei Termine:

**Termin 1:** Bitte kommen sie hierzu nüchtern. Wir führen eine Blutabnahme (Blutfette, Blutzucker) durch und einmalig im Leben zahlt die Kasse eine Hepatitis Serologie. Dabei handelt es sich um eine Screening Untersuchung auf gefährliche Leberentzündungen, welche jedoch- rechtzeitig erkannt - sehr gut behandelbar sind. Ebenso erfolgt eine Untersuchung des Urins. Wir messen Ihren Blutdruck. Alle 2 Jahre können Sie auch eine Stuhlprobe auf verborgenes Blut im Stuhl durchführen, sie erhalten dann das entsprechende Stuhlbriefchen und können es zum Folgetermin mitbringen. Bei chronischen Erkrankungen erweitern wir selbstverständlich die Blutuntersuchung um alle medizinisch notwendigen Werte. Bei vorbestehenden Erkrankungen, wie z.B Bluthochdruck, Diabetes, Herzerkrankungen etc. schreiben wir heute auch ein EKG. Falls sie -was wir Ihnen natürlich wünschen- bis dato gesund sind, können wir Ihnen auch folgende Leistungen (außerhalb der gesetzlichen Krankenversicherungen ) anbieten:

- Wunschblut : großes Blutbild, Leberwerte ,Nierenwerte ,Entzündungswerte
- Gefäßcheck: Lipoprotein a, Homocystein und weitere Parameter
- Untersuchung auf Herzschwäche: pro NT BNP -Krebsvorsorge Mann: PSA (Prostatakrebs)
- Hormonspiegel
- Vitaminspiegel, z.B Vit D und B 12

Ebenso ist ein EKG als Privatleistung möglich.



## Check-up 35+ Vorsorgeuntersuchung

**Termin 2:** Planen sie hierfür bitte ausreichend Zeit (circa 30 Minuten) ein. Sie brauchen nicht nüchtern zu kommen. Wir besprechen heute die Laborergebnisse und erhobenen Befunde von Termin 1. Im Anschluß erfolgt eine gründliche körperliche Untersuchung sowie eine Gesundheitsberatung. Falls gewünscht können wir heute ab dem 35. Lebensjahr auch ein Hautkrebsscreening durchführen (alle 2 Jahre). Bei Männern ist ab dem 60. Lebensjahr auch einmalig eine Untersuchung der Hauptschlagader (Aorta) mit Ultraschall möglich. Bei auffälligen Befinden aus Labor, Urin oder der Untersuchung sowie bei chronischen Erkrankungen schliessen wir noch eine Abdomen Sonographie (Ultraschall der Bauchorgane) und/oder einen Ultraschall der Schilddrüse an. Auch hier bieten wir gesunden Patienten ohne Auffälligkeiten als Selbstzahler Leistung einen Ultraschall der Bauchorgane und/oder der Schilddrüse an.





# Naturheilverfahren

Im antiken, hippokratischen Verständnis wurde die Natur als Lebenskraft und als Heilkraft aufgefasst. Die Gesundung des Patienten wurde durch die Natur bewirkt, der Arzt war nur Behandler: Medicus curat, natura sanat.

Bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts war die Naturheilkunde von der damaligen wissenschaftlichen Medizin nicht zu trennen. Natürliche Heilweisen waren Grundbestand ärztlicher Erfahrung und Grundgerüst jeder Therapie. Hierauf zog man sich auch zurück, wenn andere Theorien oder therapeutische Konzepte (z.B. aus der sogenannten Heroischen Medizin) versagten

Zur „klassischen“ Naturheilkunde zählen im Allgemeinen die folgenden Naturheilverfahren:

- Hydrotherapie und Balneotherapie (Wassermanwendungen)
- Bewegungstherapie
- Diätetik (Unterstützung der Behandlungen durch eine gesunde Kost und eine dem Krankheitsbild angepasste Diät)
- Ordnungstherapie (ausgewogene Lebensführung im regelmäßigen Rhythmus und im Einklang mit der Natur)
- Phytotherapie (Einsatz von Pflanzenwirkstoffen)
- Heilfasten (vorübergehende völlige oder teilweise Enthaltung von Nahrungsaufnahme)

Auf Wunsch greifen wir in der Behandlung meiner Patienten auf die Jahrhunderte alten Erkenntnisse der Naturheilkunde zurück und beziehe selbstverständlich die Erkenntnisse der modernen wissenschaftlichen Medizin mit ein.



## Naturheilverfahren

Es werden in unserer Praxis folgende Therapien durchgeführt:

- Aderlass
- Eigenbluttherapie
- Enzymtherapie
- Misteltherapie
- Phytotherapie
- Infusionen auf homöopathischer oder pflanzlichen Basis zur Stärkung des Immunsystems, zur Leberreinigung oder weiteren Indikationen
- mikrobiologische Stuhluntersuchung

Diese Leistungen sind nicht im Leistungsumfang der Kassen enthalten und müssen als individuelle Gesundheitsleistung (IGEL-Leistungen) privat bezahlt werden müssen.



## Reiseberatung und Reiseimpfung

Das Thema Reiseimpfungen und -beratung ist vor allem aktuell bei Reisen in tropische und subtropische Länder; aber auch ein Urlaub innerhalb Europas kann bereits Fragen nach Hepatitis-Impfschutz oder Thrombosevorbeugung bei Flugreisen aufwerfen. Ebenso sind Reise in großen Höhen ein Thema.

Neben einer Überprüfung Ihres Impfschutzes und der Empfehlung eines persönlichen Impfplans für Ihre individuelle Reiseroute erhalten Sie von uns je nach Zielgebiet auch Informationen zu Themen wie Schutz vor Insektenstichen, Malaria und anderen möglichen Infektionen. Daraus ergibt sich ein Vorschlag für die Zusammenstellung Ihrer Reiseapotheke. Gerade beim Thema Malaria reicht die Information des Reisebüros oft nicht aus! Nicht zu vergessen sind vorbestehende, relevante Erkrankungen in die Reiseplanung einzubeziehen.

Ein Teil der empfohlenen Impfungen kann zu Lasten der Gesetzlichen Krankenkassen durchgeführt werden wie zum Beispiel die TetanusDiphtherie-Polio-Impfung. Das überprüfen wir für Sie.

Eine reisemedizinische Beratung, reine Reise-Impfungen und vorbeugende Medikamente gehören nicht zum Leistungskatalog der Krankenkassen. Wir rechnen unsere diesbezügliche Tätigkeit als IGELLEistungen ab. Für Impfstoffe und Medikamente entstehen zusätzliche Kosten.

Bitte sagen Sie gleich bei der telefonischen Terminvereinbarung, dass Sie zu einer Reiseberatung und/oder -impfung kommen möchten! Bringen Sie Ihren Impfpass sowie genaue Informationen über Reiseziel, -route und -termine mit! Planen Sie die Beratung möglichst 8-10 Wochen vor Reiseantritt ein, damit die bei manchen Impfungen fälligen Zeitabstände eingehalten werden können!

Länderinformationen (Centrum für Reisemedizin)

