

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 krebsverdächtigen 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 Messung des Cholesterinspiegels und des Blutdrucks. Ebenfalls wichtig ist eine Gewichtskontrolle und bei bereits bekannten Risikofaktoren ein Lipoprotein CRP- und/oder Homocystein Test.

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 Alltagsroutine für die Diagnostik einer Herzinsuffizienz hilfreich sein kann. Je nach Ausmaß der Herzinsuffizienz sind die Werte mäßig bis stark erhöht, während niedrig normale BNP oder 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 Knochendichtemessung 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 Nikotinkonsum, gehäufter Osteoporose in der Familie, Diabetikern oder Mangelernährung* • *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 Krankenkassen 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 Stuhlröhrchen 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 Befunden 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.

