BAYERISCHER HAUSÄRZTE VERBAND
Mitglied im DEUTSCHEN HAUSÄRZTEVERBAND

Informationen des Bayerischen Hausärzteverbandes für Patienten

Preisrätsel
Machen Sie mit!

Vorsorglich handeln: Check-up 35

Patienten im Hausarztprogramm steht diese Untersuchung alle zwei Jahre zu

Vertraulich: Intensive Arzt-Patienten-Gespräche sind unverzichtbar

Als gesetzlich Versicherte hatten Sie bisher alle zwei Jahre Anspruch auf eine kostenlose Vorsorgeuntersuchung – den „Check-up 35". Diese Regelung wird sich voraussichtlich im April 2019 ändern. Der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA), das wichtigste Entscheidungsgremium in der gesetzlichen Krankenversicherung, hat die Voraussetzung für den Check-up ordentlich umgekrempelt: Künftig können Patienten zwischen 18 und 35 Jahren die Untersuchung einmalig in Anspruch nehmen. Sind Sie älter als 35 Jahre, steht Ihnen der Check-up nur noch alle drei statt wie bisher alle zwei Jahre zu.

„Ein gründliches Durchchecken dient vor allem der Früherkennung von Krankheiten, die zunächst keine Beschwerden verursachen, aber gut behandelbar sind", erklärt Hausärztin Dr. Petra Reis-Berkowicz. „Für mich als Hausärztin ist es unverständlich, dass die Möglichkeit, einen Menschen gründlich zu untersuchen, reduziert wird."

HzV-Patienten profitieren

Sie wollen nicht auf eine regelmäßige Versorgung verzichten? Dann nehmen sie am kostenlosen Hausarztprogramm (HzV) teil. Dann können Sie den Check-up 35 weiterhin kostenlos alle zwei Jahre in Anspruch nehmen. Ein weiterer Pluspunkt in der HzV: Sie profitieren bei der Vorsorge von zusätzlichen Leistungen. So bieten die meisten Kassen in Bayern ihren HzV-Patienten einen immunologischen Stuhltest (iFOBT) an, der im Rahmen des Check-up 35 im Labor untersucht wird. Reis-Berkowicz sagt: „Dieser Test auf verstecktes Blut im Stuhl zählt zu den wichtigsten Früherkennungsuntersuchungen bei Darmkrebs." Nachgezogen hat die Regelversorgung bei der Untersuchung von Blutwerten: Patienten, die nicht an der HzV teilnehmen, konnten bisher nur den Gesamtcholesterinwert messen lassen – „der ist jedoch für sich genommen nicht aussagekräftig."

Genaue Blutuntersuchung

Mit dem neu geregelten Check-up 35 wurden wichtige Leistungen aus der HzV übernommen. So steht auch Patienten, die nicht am Hausarztprogramm teilnehmen, die Untersuchung aller Blutwerte zu. Dabei werden der HDL-Wert (das sogenannte „gute" Cholesterin), der LDL-Wert (das sogenannte „schlechte" Cholesterin) und der Blutfettwert Triglycerid gemessen.

Anhand dieser Befunde kann Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt erkennen, ob eine Fettstoffwechselstörung vorliegt. Ein entscheidender Nachteil bleibt allerdings das Untersuchungsintervall von drei Jahren.

Möchten Sie den Check-up 35 weiterhin alle zwei Jahre in Anspruch nehmen, dann sprechen Sie das bei Ihrem nächsten Hausarztbesuch an! □

Dr. Petra Reis-Berkowicz ist Vorstandsmitglied, Presse- und Medienreferentin des Bayerischen Hausärzteverbandes

Fotos: Getty Images/Eva-Katalin; W&B/Susanne Krauss

Entspannung in der Rupertus-Therme in Bad Reichenhall

Mit einer Badekur Krankheiten vorbeugen

Ein Kuraufenthalt spendet Kraft und hilft bei der Genesung

Oft bleibt im Alltag wenig Zeit, in sich hineinzuhorchen. Beschwerden wie Schmerzen, Schlafstörungen oder Niedergeschlagenheit werden gerne verdrängt. Wenn Sie aber monatelang Krankheitssymptome mit sich herumschleppen, besteht die Gefahr, dass diese sich verschlimmern.

Eine ambulante Kur – früher auch „offene Badekur“ genannt – ist ein bewährtes Mittel, um neue Kräfte zu tanken. Und das nicht nur im Krankheitsfall, sondern auch als medizinische Vorsorgeleistung.

Heilsame Anwendungen

Eine Präventionskur dauert in der Regel drei Wochen und wird in Bayern an 47 Heilbädern und Kurorten (siehe Karte) angeboten, die sich durch eine entsprechende medizinische Infrastruktur auszeichnen: Kliniken, Ärzte und Therapeuten arbeiten Hand in Hand mit Thermen und Wellness-Einrichtungen. Dort können Sie die seit der Antike bekannte lindernde Wirkung natürlicher Heilmittel wie Sole, Moor oder Heilwasser erfahren und Ihren Körper durch ganzheitliche Naturheilverfahren stärken – etwa bei einer Kneipp-Kur oder einer Schroth-Therapie.

Die Ärzte vor Ort stellen Ihnen dazu ein individuelles Programm zusammen. Neben Thermalbädern umfasst es unter anderem Bewegungsangebote, Ernährungs- und Gesundheits-Coachings, entspannende Massagen und weitere wohltuende Behandlungen.

Viele Patienten können nach einer solchen Kur ihre Medikamentendosis verringern oder gar ganz auf Tabletten verzichten: „Ich habe immer öfter junge Ingenieure oder Manager in der Praxis, die kurz vor dem Burn-out stehen“, berichtet Dr. Jakob Berger, Hausarzt aus Herbertshofen (Schwaben). „Gerade diesen Patienten hilft eine dreiwöchige Kur in einem Heilbad oder Kurort mit den einzigartigen ortsgebundenen Heilmitteln und der Kompetenz erfahrener Kurärzte in der Regel weit mehr als jede Tablette. Fernab vom Alltagsstress können die Patienten dort lernen, wieder auf ihre innere Stimme zu hören.“

Voraussetzung für die Kur

Sollten Sie eine ambulante Kur in Erwägung ziehen, ist Ihr erster Ansprechpartner Ihre Hausärztin/Ihr Hausarzt. In der Praxis können Sie besprechen, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, damit Ihre Krankenkasse die Kur bewilligt. Außerdem bekommen Sie Hilfe beim Ausfüllen des Antragsformulars.

Indikation für eine ambulante Kur kann ein akut geschwächter Gesundheitszustand sein, der in absehbarer Zeit zu einer Erkrankung führen kann. Oder auch das Bestehen einer Krankheit beziehungsweise von Beschwerden, die sich trotz Therapie verschlimmert haben. Prinzipiell haben Sie alle drei Jahre bei Vorliegen der entsprechenden Voraussetzungen Anspruch auf eine ambulante Kur.

Was Sie wissen sollten: Da eine ambulante Kur eine Präventionsmaßnahme und keine Krankenbehandlung ist, sind Sie während dieser Zeit als arbeitsfähig eingestuft, können also nicht vom Arzt krankgeschrieben werden.

Sind Sie berufstätig, müssen Sie deshalb für die ambulante Kur Ihren Urlaub einsetzen. Gerade bei psychosomatischen Erkrankungen gehen Sie so zudem sicher, dass Sie im Beruf keine Nachteile befürchten müssen.

Nachdem Sie Ihren Antrag auf eine ambulante Kur gestellt haben, prüft ihn Ihre Krankenkasse. Wird er genehmigt, steht der ambulanten Kur nichts mehr im Weg.

Welche Kosten fallen an?

Ihr Hausarzt wird Ihnen vor Antritt der Kur eine Überweisung zum Kur- oder Badearzt ausstellen, damit dieser Sie vor Ort weiterbehandeln und Ihnen Kurmittel verordnen kann. Bei ambulanten Kuren in anerkannten Kurorten werden 100 Prozent der Arztkosten und 90 Prozent der Kurmittel übernommen. Außerdem können die Kassen einen Zuschuss für Unterkunft und Verpflegung von bis zu 13 Euro pro Tag, für Kleinkinder von bis zu 21 Euro pro Tag gewähren. Dies ist jedoch von Krankenkasse zu Krankenkasse unterschiedlich geregelt. Bitte klären Sie vor Kurantritt, ob und in welcher Höhe ein Zuschuss bezahlt wird.

Ihren Kurort dürfen Sie frei auswählen. Auf **www.gesundes-bayern.de** können Sie sich über alle Angebote der bayerischen Heilbäder und Kurorte informieren. Dabei sollten Sie auch in Betracht ziehen, welche Behandlungsmethoden vor Ort angeboten werden und ob es spezifische Gesundheitsangebote wie zum Beispiel Heilquellen gibt, von denen Sie gesundheitlich besonders profitieren können. Je nach Beschwerden kann sich auch das Klima – beispielsweise im Hochgebirge – positiv auf Ihre Gesundheit auswirken. □

Alle 47 bayerischen Heilbäder und Kurorte im Überblick

Karte: Bayerischer Hausärzteverband/www.gesundes-bayern.de; Foto: Gerd Krautbauer/www.gesundes-bayern.de

Für Hausbesuche zahlen? Nicht nötig!

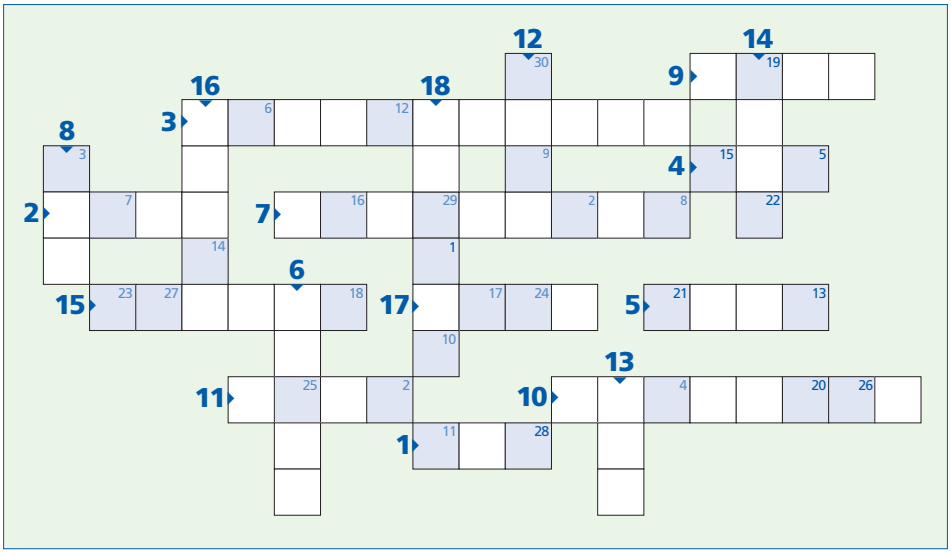
Die Firma „Alpha-Ärzte“ aus Frankfurt bietet Patienten Hausbesuche und Videosprechstunden an – gegen Geld. Patienten, die gesetzlich versichert sind, müssen aus eigener Tasche zahlen: bis zu 180 Euro pro Einsatz. Privatpatienten bekommen das Geld erstattet. Inzwischen bietet die Firma ihre Leistung auch in Bayern an. „Für Hausbesuche Geld zu verlangen – eine Leistung, die wir Hausärztinnen und Hausärzte für unsere Patienten ohne zusätzliche Kosten anbieten, – ist höchst unseriös“, sagt Dr. Markus Beier, Vorsitzender des Bayerischen Hausärzteverbandes. „Auch außerhalb der Praxisöffnungszeiten werden unsere Patienten versorgt. In Bayern haben wir 110 Bereitschaftspraxen eingerichtet, die auch an den Wochenenden und Feiertagen geöffnet sind. Außerdem gibt es einen Fahrdienst, der von uns niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten gestellt wird, um Patienten jederzeit auch zu Hause zu versorgen. Hierfür gibt es die einheitliche Rufnummer **116 117**. Ziel der ‚Alpha-Ärzte‘: Hier geht es nicht um das Wohl der Patientinnen und Patienten, sondern um ein lukratives Geschäftsmodell.“ □

IMPRESSUM
Herausgeber dieser Beilage:
Bayerischer Hausärzteverband,
Orleansstraße 6,
81669 München
Druck: Baumann Druck
GmbH & Co. KG, 95326 Kulmbach

Rätsel-Spaß

Mitmachen und einen von **20 anndora Picknickrucksäcken, 15-teilig,** im Wert von 49,95 € gewinnen!

Die fehlenden Wörter in den Sätzen 1 bis 17 ergänzen und ins Rätselgitter eintragen. Die Buchstaben in den farbig unterlegten Feldern ergeben in der richtigen Reihenfolge die Lösung. Wenn Sie den Text auf den vorherigen Seiten aufmerksam lesen, fällt es Ihnen sicher leicht, den Lösungssatz zu ergänzen.



Picknicken leicht gemacht!

Der praktische Rucksack von anndora hält alles bereit, was Sie für ein Picknick zu zweit im Freien benötigen: abnehmbarer Flaschenhalter, Teller, Servietten, Weingläser, Edelstahlbesteck, Flaschenöffner, Salz- und Pfefferstreuer

1 Abkürzung für Gemeinsamer Bundesausschuss
2 Sind Sie über 35, steht Ihnen der Check-up nur noch alle ….. Jahre zu.
3 Sie wollen nicht auf eine regelmäßige Vorsorge verzichten? Dann nehmen Sie am …. Hausarztprogramm teil.
4 Abkürzung für Hausarztzentrierte Versorgung
5 Als HZV-Patient können Sie den Check-up 35 weiterhin alle …. Jahre in Anspruch nehmen.
6 Abkürzung für Immunologischer Stuhltest
7 „Ein Test auf verstecktes Blut im Stuhl zählt zu den wichtigten Früherkennungsmaßnahmen bei …“
8 Das sogenannte „gute Cholesterin“: … - Cholesterin
9 Mit einer ….kur Krankheiten vorbeugen.
10 Und das nicht nur im Krankheitsfall, sondern auch als medizinische ….-leistung
11 und **12** Dort können Sie die seit der Antike bekannte Wirkung natürlicher Heilmittel wie …, …. oder Heilwasser erfahren.
13 Die Ärzte vor … stellen Ihnen dazu ein individuelles Programm zusammen.
14 Sollten Sie eine ambulante Kur in Erwägung ziehen, ist Ihr erster Ansprechpartner für den Kurantrag Ihre Hausärztin/ Ihr Haus-…
15 In der … können Sie besprechen, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, damit Ihre Krankenkasse die Kur bewilligt.
16 Je nach Beschwerden kann sich auch das … – beispielsweise ein Hochgebirgsklima – positiv auf Ihre Gesundheit auswirken.
17 Bei der Firma Alpha-Ärzte müssen Patienten, die gesetzlich versichert sind, 180 … pro Einsatz zahlen.
18 Für den Bereitschaftsdienst gibt es die einheitliche Ruf-…. 116 117.

Lösungssatz:

1	2	3	4		5	6	7	8	9	10	11	12		13	14

15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Bitte senden Sie das Lösungswort bis 30. Juni 2019 an
Bayerischer Hausärzteverband, Stichwort: Kreuzworträtsel, Orleansstr. 6, 81669 München

Oder teilen Sie uns das Lösungswort ganz einfach per Mausklick mit unter **www.hausaerzte-bayern.de/Patienten/Hausarzt-Patienten-Magazin**.
Dort finden Sie auch die Gewinnspiel-Richtlinie.

Wir gratulieren den Gewinnern des Kreuzworträtsels der Ausgabe I/2019 zu ihrem Gewinn, einer Telefunken Aufweckleuchte:

P. Mühlbauer, E. Schlegel, O. Wolketzetter, C. Metzner, F. Sperker, S. Loreck, I. Wieland, H. Rudolf, G. Engelhardt, G. Hirmer, S. Meinhardt, M. Hirtl, T. Siedl, G. Scheuermeyer, J. Reuter, T. Zellner, R. Harlander, S. Koch, M. Kelly, R. Friesenbichler

Rätsel: Bayerischer Hausärzteverband