



Vorsorgeuntersuchungen

Verhütung und Früherkennung von Krankheiten

pronova BKK
WIR VERSICHERN GESUNDHEIT

Inhalt	
Einleitung	3
Die Gesundheitsuntersuchung	4
Früherkennung von Krebserkrankungen	7
Schwangerschaftsvorsorge	13
Kinderuntersuchungen	15
Jugendgesundheitsuntersuchung	18
Impfen nützt – Impfen schützt	19
Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchungen	21
Auf einen Blick/Übersicht über unsere Vorsorgeangebote	22

Einleitung

Die Gesundheit ist das wertvollste Gut eines jeden Menschen. Daher werden Sie sich selbst bemühen, das in Ihren Kräften Stehende für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlergehen zu tun – vor allem durch eine gesunde Lebensweise.

Gesundheitsvorsorge bedeutet jedoch auch, sich in bestimmten Abständen ärztlichen Kontrolluntersuchungen zu unterziehen. Denn oft bereiten beginnende Krankheiten gar keine Schmerzen oder sonstigen Beschwerden. Der Check beim Arzt – beispielsweise eine Blutdruckmessung, eine Laboruntersuchung des Blutes oder des Urins, das Abtasten von Organen oder eine Röntgenaufnahme – bringt an den Tag, was im Verborgenen schlummert und sich schlimmstenfalls zu einer Krankheit mit einschneidenden Folgen für die Lebensqualität auswachsen kann. Rechtzeitig erkannt und konsequent behandelt, kann ein solcher Verlauf in den meisten Fällen vermieden werden.

Daher bietet Ihnen Ihre Krankenkasse eine Reihe von Vorsorgeuntersuchungen an, die Sie Ihr Leben lang begleiten. Auf den folgenden Seiten finden Sie eine umfassende Übersicht über unsere Angebote und wir laden Sie ein, diese im Interesse Ihrer Gesunderhaltung unbedingt wahrzunehmen. Das gilt auch für eine Reihe von Schutzimpfungen für Ihre Kinder und auch für Sie selbst.

Übrigens: Für alle Vorsorgeuntersuchungen müssen Sie bei Ihrem Arzt keine Praxisgebühr entrichten, sondern nur Ihre Krankenversichertenkarte vorlegen.

Ihre BKK

Die Gesundheitsuntersuchung

Vielleicht gehören auch Sie zu jenen glücklichen Menschen, die sich wohlfühlen, nie krank sind und deshalb die Arztpraxis nicht von innen kennen. An Sie vor allem richtet sich unser Angebot für einen „Gesundheits-Check-up“. Denn auch wenn Sie sich pudelwohl fühlen, können in Ihrem Körper von Ihnen unbemerkt Störungen ablaufen, die – unbehandelt – zu mitunter folgenschweren Erkrankungen führen.



Bei einer Gesundheitsstudie meinten beispielsweise rund zwei Drittel der 8.500 Teilnehmer, kerngesund zu sein. Die ärztliche Untersuchung ergab dann jedoch ein ganz anderes Bild: Bei 45 % wurde Bluthochdruck festgestellt und 44 % hatten zu hohe Blutfettwerte. 11 % litten an Diabetes mellitus und 6 % an Krebs. 6 % hatten einen Herzinfarkt erlitten, ohne ihn bemerkt zu haben.

Dies zeigt, wie wichtig ein „Check-up“ auch für – vermeintlich – Gesunde sein kann. Die Gesundheitsuntersuchungen können Sie bei Ihrem Hausarzt in Anspruch nehmen. Sie verfolgen das **Ziel**,

- Funktionsstörungen zu erkennen,
- Verdachtsfälle eingehend zu diagnostizieren,
- erkannte Erkrankungen (rechtzeitig) zu behandeln und
- eine Änderung gesundheitsschädlicher Verhaltensweisen zu bewirken.

Die Kosten für diese Untersuchungen trägt Ihre Krankenkasse. Eine Praxisgebühr wird nicht erhoben. Für den „Check-up“ legen Sie Ihrem Arzt Ihre Krankenversichertenkarte vor, damit er seine Leistungen mit uns abrechnen kann.

Wie läuft die Gesundheitsuntersuchung ab?

Zuerst wird der Arzt mit Ihnen ein Gespräch führen, in dem er auch Ihre Krankengeschichte und die Ihrer Familie erfragt. Aus dieser sogenannten **Anamnese** kann er in der Regel mehr über Ihren Gesundheitszustand und bestehende Risiken erfahren als aus der unmittelbaren Untersuchung.

Es ist deshalb gut, wenn Sie sich auf dieses **Arzt-Patienten-Gespräch** vorbereiten:

- Haben bzw. hatten Sie in letzter Zeit irgendwelche Beschwerden?
- Wurden bei Ihnen oder Ihren Familienangehörigen Bluthochdruck, Erkrankungen der Herzkranzgefäße, Gefäßkrankheiten, Zuckerkrankheit, erhöhte Blutfettwerte, Nierenkrankheiten und Lungenerkrankungen festgestellt?
- Auch andere frühere Erkrankungen, Krankenhausaufenthalte, allergische Reaktionen, Impfungen, Kuraufenthalte, vorhandene Rentenbescheide u. a. können für den Arzt von Bedeutung sein.
- Auffälligkeiten, die Appetit, Durst, Wasserlassen, Verdauung, Genitalfunktionen, Körpertemperatur, Schlaf u. Ä. betreffen, sollten Sie dem Arzt mitteilen.
- Befragen wird er Sie nach Medikamenteneinnahme, Rauchverhalten, Alkoholkonsum, dauerhaften emotionalen Belastungsfaktoren (Stress), Bewegungsmangel und Ernährungsgewohnheiten.

Im Anschluss an dieses Gespräch wird Sie der Arzt einer gründlichen **körperlichen Untersuchung** unterziehen.

- Durch Abhorchen, Abklopfen und Abtasten erhebt er erste Befunde über den Zustand von Brustkorb, Herz, Lunge, Bauch, Bewegungsapparat, Haut, Sinnesorganen und Nervensystem.
- Er misst Blutdruck, Herzfrequenz, Größe und Gewicht.

Einen wichtigen Part bei der objektiven Befunderhebung spielen die **Laboruntersuchungen**. Liegen die Werte außerhalb des Normbereiches, müssen die Tests wiederholt werden, um Fehler bei der Bestimmung oder tageszeitliche bzw. ernährungsbedingte Schwankungen auszuschließen. Um dem vorzubeugen, sollten die Werte im nüchternen Zustand bestimmt werden.

- Zunächst erfolgt eine **Blutuntersuchung**: Dabei werden der Cholesterinwert und der Blutzucker bestimmt. Der Arzt erhält anhand der Werte Aufschluss über mögliche Stoffwechselstörungen.
- Mit der **Urinuntersuchung** können Nierenfunktionsstörungen festgestellt werden: Wenn rote Blutkörperchen nachgewiesen werden, kann eine Niereninfektion vorliegen; Nitrit im Harn deutet auf Nitrit bildende Keime hin; weiße Blutkörperchen bestätigen eine Entzündung der ableitenden Harnwege. Wird Blutzucker festgestellt, zeigt das eine Zuckerkrankheit an.

Welche Konsequenzen hat die Gesundheitsuntersuchung?

Werden Gesundheitsrisiken oder bereits manifeste Erkrankungen festgestellt, wird der Arzt mit Ihnen gemeinsam das weitere Vorgehen beraten.

Die entscheidende „Therapie“ wird in jedem Fall eine **Verhaltensveränderung** sein, Ihre individuelle Leistung wird also zuerst gefordert. Je nach Ihren konkreten Befunden wird Ihnen der Arzt zu Ernährungsumstellung, Nikotin- und/oder Alkoholentwöhnung, Bewegungstraining oder Entspannungstechniken raten.

Häufig sind auch **weitere ärztliche Behandlungen** angezeigt. Gegebenenfalls wird Ihr Hausarzt hierzu einen Facharzt einschalten, der die Befunde noch weiter abklärt und/oder eine spezielle Therapie durchführt. In der Regel werden festgestellte Erkrankungen mit Medikamenten, physikalischen Therapien (Massagen, Bäder, spezielle Gymnastik, Inhalationen usw.), Verhaltenstherapien, manchmal auch mit chirurgischen Eingriffen bekämpft.

In jedem Fall wird dafür gesorgt werden, dass Ihre Gesundheit erhalten bleibt bzw. wiederhergestellt wird.

Früherkennung von Krebserkrankungen

Jährlich erkranken in Deutschland fast 400.000 Menschen neu an Krebs. Trotz verbesserter Behandlungsmethoden und Heilungsfortschritte liegen Geschwulsterkrankungen bei den Todesursachen mit ca. 220.000 Sterbefällen pro Jahr nach den Herz-Kreislauf-Erkrankungen an zweiter Stelle. Dennoch sind wir diesen heimtückischen Krankheiten nicht völlig hilflos ausgeliefert:

- Durch eine gesundheitsbewusste Lebensweise können viele krebsauslösende Faktoren ausgeschlossen werden.
- Erkranken Sie dennoch an Krebs, werden sich Ihre Überlebensaussichten vor allem dann erhöhen, wenn die Geschwulst zu einem möglichst frühen Zeitpunkt festgestellt wurde und Krebszellen noch nicht in anderes gesundes Gewebe streuen konnte.

Dies haben europäische Krebspezialisten – darunter die Deutsche Krebshilfe, die Deutsche Krebsgesellschaft und das Deutsche Krebsforschungszentrum – im „Europäischen Kodex zur Krebsbekämpfung“ berücksichtigt und **zehn Regeln zur Krebsprophylaxe** aufgestellt:

- Ich rauche nicht.
- Ich vermeide Übergewicht.
- Ich bewege mich.
- Ich esse mehr frisches Obst und Gemüse.
- Ich trinke nur wenig Alkohol.
- Ich schütze meine Kinder und mich vor Sonne.
- Ich schütze mich vor krebserregenden Stoffen.
- Ich gehe jährlich zur Krebs-Früherkennungsuntersuchung.
- Ich nutze die Darmkrebs-Vorsorge.
- Ich lasse mich gegen Hepatitis B impfen.



Früherkennung hilft Leben retten

Krebs kann geheilt werden, wenn er früh genug erkannt wird. Die Heilungschancen liegen dann ungleich höher.

Auch der Gesetzgeber misst der Früherkennung große Bedeutung bei. Daher sollen alle nach dem 1. April 1987 geborenen weiblichen und alle nach dem 1. April 1962 geborenen männlichen Versicherten zu **Beratungsgesprächen**

- über das Mammographie-Screening zur Früherkennung von Brustkrebs,
- über die Untersuchungen zur Darmkrebsvorsorge (Schnelltest auf okkultes Blut im Stuhl und Darmkrebsspiegelung) sowie
- über die Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs

motiviert werden. Können Sie diese Beratungsgespräche nachweisen, wenn Sie einmal eine dieser Krankheiten erleiden sollten, verringern sich Ihre Zuzahlungen bei den Leistungen Ihrer Krankenkasse von 2 auf 1 % Ihrer Einkünfte.

Frauen ab 20 jährlich zum Gynäkologen

Frauen können Krebsvorsorgeuntersuchungen **ab dem Alter von 20 Jahren einmal jährlich** bei einem Frauenarzt in Anspruch nehmen:

- Zunächst werden Sie auf **Krebserkrankungen des Genitals** untersucht. Mittels Tastuntersuchung wird die Gebärmutter inspiziert und ein Abstrich von der Gebärmutter Schleimhaut entnommen. Auf diese Weise können größere, aber auch kleinzellige Veränderungen frühzeitig festgestellt werden.
- **Ab dem Alter von 30 Jahren** wird der Arzt auch die **Brust** kontrollieren. Er tastet sie ab, um eventuelle knotige Veränderungen oder Verformungen festzustellen. Dabei wird er Ihnen eine Anleitung zur Selbstuntersuchung der Brust geben, die Sie monatlich etwa drei bis fünf Tage nach Ende der Regelblutung vornehmen sollten.

Mammographie – Brustkrebs-Früherkennung für über 50-Jährige

Im Rahmen eines bundesweiten, qualitätsgesicherten Mammographie-Screenings können sich **Frauen zwischen 50 und 69 Jahren alle zwei Jahre** einer Vorsorgeuntersuchung gegen Brustkrebs unterziehen – und zwar ohne einen Anfangsverdacht.

Mit dieser speziellen Röntgenuntersuchung können Tumore in einem sehr frühen Stadium – bei einer Tumorgöße von 10 bis 12 mm – entdeckt werden. Würden alle Frauen über 50 an dieser Untersuchung teilnehmen, könnte die Sterblichkeit durch diese Tumorerkrankung um 40 % gesenkt werden, besagen Expertenschätzungen, die auf Erfahrungen aus Nachbarländern beruhen.



Die Untersuchungen erfolgen in nur wenigen hochspezialisierten Zentren, sogenannten **Screening-Einheiten**. Sie sind auf Screening-Mammographien spezialisiert und unterliegen strengen Qualitätsanforderungen. Wenn Sie sich informieren wollen, wo in Ihrer Region ein Mammographie-Screening möglich ist, können Sie im Internet unter www.mammo-programm.de nachschauen.

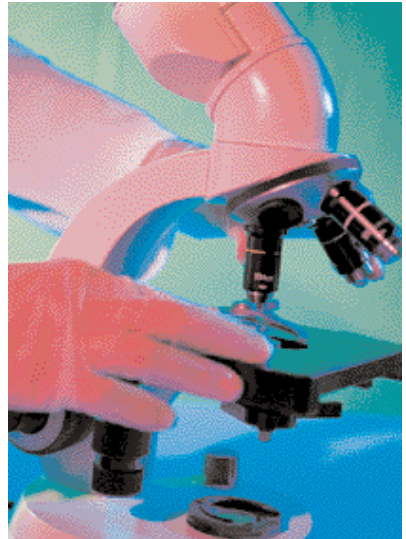
Gehören Sie zum Kreis der anspruchsberechtigten Frauen, erhalten Sie eine persönliche schriftliche Einladung zu dieser Untersuchung.

Wenn Sie in den letzten 12 Monaten vor der Einladung mammographiert wurden oder aufgrund einer Brustkrebserkrankung bereits behandelt werden, sollten Sie sich an die einladende Stelle wenden und das weitere Vorgehen besprechen. Haben Sie zum Zeitpunkt der Einladung verdächtige Veränderungen an Ihrer Brust wie Knoten, Dellen, Verformungen, Hautveränderungen oder flüssige Absonderungen aus der Brust festgestellt, dann wenden Sie sich bitte direkt an Ihren Frauenarzt.

Krebsfrüherkennung für Männer

Männer können die Früherkennungsuntersuchung **ab dem Alter von 45 Jahren jährlich** wahrnehmen. Hier werden Prostata, äußere Genitale, Haut und – ab 50 – der Mastdarm inspiziert. Wenden Sie sich dazu an einen Urologen.

Die **Prostata** oder Vorsteherdrüse ist nur kastaniengroß. Sie liegt im männlichen Becken direkt unter der Harnblase. In ihrem Inneren laufen Samenleiter und Harnröhre zusammen. Um die Prostata herum liegt sehr empfindliches Nervengewebe, das die Erektion steuert.



Eine gesunde Prostata ist prall und elastisch und von einer festen Kapsel umgeben. Mit steigendem Lebensalter kann es zu Wucherungen in dem Organ kommen: Zuerst wächst der Tumor nur im Inneren der Kapsel. Hat er eine gewisse Größe erreicht, drückt er auf die Harnröhre und verursacht beim Wasserlassen typische Beschwerden.

Die Prostata wird bei der Krebs-Früherkennungsuntersuchung vom After her abgetastet. Bei auffälligem Tastbefund wird der Arzt weitere Untersuchungen (Blutuntersuchung und Gewebeproben) veranlassen und ggf. erforderliche Therapien einleiten.

Darmkrebsprophylaxe

Zu den häufigsten Krebserkrankungen in den Industrieländern gehört der Dickdarmkrebs. Jährlich erkranken in Deutschland etwa 66.000 Menschen neu an diesem Tumorleiden und rund 29.000 sterben daran. Im Laufe seines Lebens ereilt der Darmkrebs statistisch gesehen jeden 20. Bundesbürger.

Darmkrebs kann jeden treffen – auch Sie. Denn die Risikofaktoren für diese Erkrankung liegen neben einer familiären Veranlagung vor allem in den

Lebens- und Ernährungsgewohnheiten: in mangelnder Bewegung, ballaststoffarmer sowie fleisch- und fettreicher Kost, Rauchen und übermäßigem Alkoholkonsum. Auch das steigende Lebensalter spielt eine Rolle: Jenseits des 50. Lebensjahres erhöht sich das Erkrankungsrisiko rapide.

Darmkrebs ist aber auch die einzige Tumorerkrankung, deren Ausbruch sich zu fast 100 % verhindern lässt, wenn die Vorstufen rechtzeitig erkannt werden.

Allerdings machen sich Darmtumore erst bemerkbar, wenn sie schon relativ weit fortgeschritten sind. Die Verhinderung von Dickdarmkrebs (Kolonkarzinom) ist nur durch regelmäßige ärztliche Vorsorgeuntersuchungen möglich – hier unsere Angebote:

■ **Im Alter von 50 bis 55 Jahren ist eine Stuhluntersuchung auf**

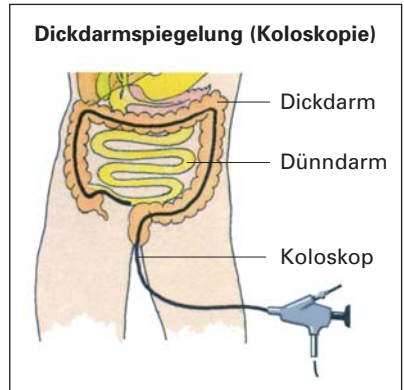
okkultes Blut Bestandteil der Krebs-Früherkennungsuntersuchung beim Gynäkologen bzw. Urologen. Darmtumore, aber auch Darmpolypen – das sind Wucherungen der Darmschleimhaut, aus denen sich auch Krebsgeschwüre entwickeln können – sondern oft Blut ab. Dieses ist allerdings mit bloßem Auge meist nicht zu erkennen. Daher ist es erforderlich, Stuhlproben im Labor auf unsichtbares (okkultes) Blut zu untersuchen. Bei jedem zehnten positiven Test ist ein bösartiger Tumor Verursacher des okkulten Bluts – allerdings oft in einem frühen Stadium, sodass die Therapiechancen sehr gut sind.

■ Die **Dickdarmspiegelung oder Koloskopie** ist die effektivste und sicherste Methode zur Früherkennung von bösartigen Tumoren und möglichen Vorstufen, den sogenannten Polypen, im gesamten Dick- und Mastdarm. Der Arzt kontrolliert bei dieser Untersuchung mit einem dünnen, flexiblen Rohr die gesamte Darmschleimhaut nach Auffälligkeiten. Zudem kann er sofort an verdächtigen Stellen Gewebeproben entnehmen und Wucherungen der Darmschleimhaut, die Polypen, entfernen.

Wir bieten Ihnen diese Untersuchung **ab dem vollendeten 55. Lebensjahr** an. **Zehn Jahre nach dieser ersten** können Sie **eine zweite Koloskopie** durchführen lassen.

Wollen Sie keine Darmspiegelung, haben Sie nun alle zwei Jahre Anspruch auf einen Stuhlbluttest.

Die Dickdarmspiegelung wird in der Regel ambulant von Ärzten für Magen-Darm-Krankheiten (Gastroenterologen) oder Viszeralchirurgen, die dafür eine spezielle Genehmigung besitzen, durchgeführt. Der Arzt wird Sie vorher individuell über die Untersuchung aufklären.



Werden bei der Untersuchung bösartige Veränderungen vermutet oder festgestellt, ist in der Regel unverzüglich eine Weiterbehandlung in einer spezialisierten Klinik erforderlich.

Hautkrebs-Screening

Ab dem vollendeten 35. Lebensjahr bietet Ihnen Ihre Krankenkasse **alle zwei Jahre** eine standardisierte Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs (Hautkrebs-Screening) an. Diese können Sie bei einem Dermatologen oder beim Hausarzt durchführen lassen, sofern diese Mediziner eine entsprechende Fortbildung nachweisen können.

Der Arzt führt eine standardisierte Ganzkörperinspektion der Haut einschließlich des behaarten Kopfes durch, bei der er bestehende Haueränderungen begutachtet. Besteht ein Verdacht auf Hautkrebs, wird dieser dann immer von einem Dermatologen abgeklärt – zunächst durch eine visuelle Untersuchung, anschließend ggf. durch eine Gewebeentnahme.

Durch das Screening soll Hautkrebs – insbesondere das maligne Melanom, aber auch das Basalzellkarzinom und das spinuzelluläre Karzinom – in einem so frühen Stadium erkannt werden, in dem er noch geheilt werden kann.

Schwangerschaftsvorsorge

Für einen guten Verlauf Ihrer Schwangerschaft wollen wir mit unseren Angeboten für Vorsorgeuntersuchungen beitragen. Nehmen Sie sie bitte – auch im Interesse Ihres ungeborenen Kindes – regelmäßig bei Ihrem Gynäkologen wahr: bis zum 8. Schwangerschaftsmonat alle vier Wochen, danach 14-täglich.



Zur **ersten Vorsorgeuntersuchung** sollten Sie sich vorstellen, sobald Sie eine Schwangerschaft vermuten. Sie umfasst folgende Schritte:

- **Vorgeschichte** (Anamnese), u.a. zur Feststellung möglicher Erbkrankheiten
- **Gynäkologische Untersuchung:** Bestimmung von Größe und Lage der Gebärmutter, Zellabstrich vom Gebärmutterhals (Ausschluss einer Chlamydien-Infektion*, die u.a. zu einer Fehlgeburt führen kann)
- **Gewichtskontrolle**
- **Blutdruckmessung**
- **Blutanalyse** zur Feststellung eines möglichen Eisenmangels und zur Bestimmung der Blutgruppe und des Rhesusfaktors der Mutter
- **Antikörper-Suchtest**, um schwere Schädigungen des Embryos auszuschließen
- **Urinkontrolle** auf Eiweiß (Nierenprobleme oder behandlungsbedürftige Schwangerschaftsvergiftung/Gestose), Zucker (Diabetes), Bakterien, Nitrit und Blut (Harnwegs- oder Nierenbeckenentzündung)
- **Röteln-Test** (Nachweis der Immunität der Mutter gegen Rötelnviren)
- **Lues-Test** (Ausschluss einer Syphilis-Infektion, die das Kind schwer schädigen könnte)
- **HIV-Test** (AIDS-Erreger könnte während der Schwangerschaft, der Geburt oder beim Stillen auf das Kind übertragen werden)

* **Chlamydien-Screening:** Frauen bis zum vollendeten 25. Lebensjahr haben einmal pro Jahr Anspruch auf einen Test, auch wenn sie nicht schwanger sind.

Die Ergebnisse der Untersuchung (ausgenommen Lues- und HIV-Test) werden in Ihrem Mutterpass dokumentiert, den Sie immer bei sich tragen sollten. Im Notfall ist der behandelnde Arzt sofort über den Verlauf Ihrer Schwangerschaft informiert.

Bei **allen folgenden Untersuchungen** wird sich der Arzt Zeit für all Ihre Fragen nehmen und folgende Kontrollen durchführen:

- Gewichtszunahme
- Lage der Gebärmutter
- Lage des Kindes
- Herztöne des Kindes
- Blutdruckmessung
- Blutuntersuchung (insbesondere auf Hämoglobin zum Ausschluss eines Eisenmangels)
- Urinuntersuchung



Im Rahmen der Schwangerschaftsvorsorge sind drei **Ultraschall-Untersuchungen** (im 3., 6. und 8. Schwangerschaftsmonat) vorgesehen, bei denen Lage und Bewegungen des Kindes und die Entwicklung der inneren Organe kontrolliert werden. Auch Mehrlingsschwangerschaften können so frühzeitig festgestellt werden, auf Wunsch auch das Geschlecht des Kindes.

Im 7. Schwangerschaftsmonat wird ein **zweiter Antikörper-Suchtest** durchgeführt, nahe vor dem Entbindungstermin ein **Hepatitis-B-Test** (bei positivem Befund muss das Kind gleich nach der Geburt geimpft werden).

Zahnärztliche Beratung

Bei der Beratung zur Bedeutung der Mundgesundheit für Mutter und Kind werden Sie von Ihrem Zahnarzt über Übertragungswege der Keime aufgeklärt, die Karies auslösen können. Durch einen bakteriologischen Speicheltest bei der Mutter wird das Übertragungsrisiko auf das Kleinkind bestimmt.

Kinderuntersuchungen

Mit den Kinderuntersuchungen von der Geburt bis zum vollendeten 6. Lebensjahr wollen wir Ihnen dabei helfen, Ihrem Kind optimale Bedingungen zum Heranwachsen zu schaffen. Nehmen Sie diese Angebote bitte im Interesse der gesunden Entwicklung Ihres Kindes wahr.

Lassen Sie Ihr Kind möglichst von einem **Kinderarzt** untersuchen. Bringen Sie die Krankenversichertenkarte, das Untersuchungsheft und – soweit vorhanden – den Impfpass Ihres Kindes sowie den Mutterpass mit.

Der Arzt hat für jede Untersuchung eine gesonderte Checkliste, nach der er Ihr Kind untersuchen wird. Die Fragen sind so angelegt, dass neben den weniger dramatischen gesundheitlichen Störungen auch Fehlentwicklungen, Krankheiten und Schädigungen zu einem möglichst frühen Zeitpunkt festgestellt werden können: Augenfehler, Gehirnschädigungen, Zuckerkrankheit, Fehlbildungen der Gliedmaßen und Gelenke, Herzfehler, Schilddrüsenerkrankungen, Hörfehler u.a. Auch die anstehenden Schutzimpfungen (s. S. 20) können im Rahmen der Kinderuntersuchung erfolgen.

Die Neugeborenen-Untersuchungen

Sie werden in der Regel in der Entbindungsklinik durchgeführt. Bei der **Neugeborenen-Erstuntersuchung U1** werden unmittelbar nach der Geburt die Vitalität des Neugeborenen überprüft und äußere Fehlbildungen festgestellt.

Bei der **Neugeborenen-Untersuchung U2** zwischen dem 3. und 10. Lebenstag werden eventuelle angeborene Fehlbildungen und Funktionsstörungen des Bewegungsapparates, der Organe und des Nervensystems diagnostiziert.

Dem Säugling wird für das Neugeborenen-Screening Fersenblut entnommen und mit einem speziellen Verfahren (TMS) auf bis zu 34 angeborene Stoffwechselstörungen untersucht (u.a. Phenylketonurie, Galaktosämie, Schilddrüsenunterfunktion), die dann ggf. unverzüglich behandelt werden können.

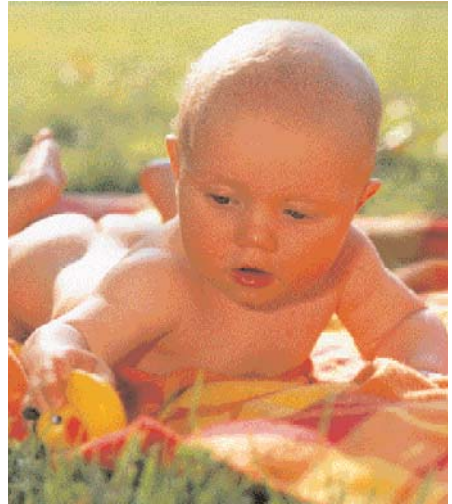


Untersuchungen im Säuglingsalter

Bei der **U3 zwischen der 4. und 6. Lebenswoche** wird der Arzt die Organfunktionen überprüfen und kontrollieren, welchen Erfolg die eventuell verordneten Maßnahmen der vorhergehenden Kontrollen bereits gebracht haben. Sie erhalten Ernährungshinweise, um Mundgesundheit und Zahntwicklung Ihres Kindes fördern zu können. Um Fehlentwicklungen der Hüftgelenke möglichst frühzeitig ausschalten bzw. behandeln zu können, wird eine spezielle Ultraschalluntersuchung (Sonographie) der Hüften durchgeführt. Besonders achten wird der Arzt auch auf Ernährungszustand und Gewicht, altersgerechte Bewegung, Augenreaktionen und Hörvermögen.

Bei der **U 4 zwischen dem 3. und 4. Lebensmonat** werden besonders die Entwicklung von Motorik, Skelett und Nervensystem begutachtet.

Bei der **U 5 zwischen dem 6. und 7. Lebensmonat** sollten Bewegungsmöglichkeiten und Geschicklichkeit Ihres Kindes enorme Fortschritte gemacht haben und stehen deshalb jetzt im Mittelpunkt der Untersuchung. Auch diesmal erhalten Sie wieder Hinweise zu Mundhygiene und zahnschonender Ernährung Ihres Kindes.



Die **U 6 zwischen dem 10. und 12. Lebensmonat** ist auf alle körperlichen und seelischen Merkmale gerichtet, besonders auf selbstständiges Sitzen, Krabbeln und Essen, auf das Hören und die Sprachentwicklung sowie auf Zahnpflege. Die Entwicklung der äußeren Geschlechtsorgane wird überprüft.

Gesund durchs Kleinkindalter

Die **U 7 ist zwischen dem 21. und 24. Lebensmonat** angesagt. Der Arzt prüft nun insbesondere,

- ob Ihr Kind allein gehen, sich bücken und wieder aufrichten kann,
- ob es richtig sehen und hören kann,
- wie es spricht und Gesprochenes versteht.

Die **U 7a zwischen dem 34. und 36. Lebensmonat** dient vor allem dazu,

- Sehstörungen (Schwachsichtigkeit),
- Verhaltensauffälligkeiten und
- Sprachentwicklungsstörungen

frühzeitig zu erkennen, um sie ggf. rechtzeitig behandeln zu können.

Bei der **U 8 zwischen dem 46. und 48. Lebensmonat** sollte Ihr Kind seit der letzten Untersuchung viele wichtige Entwicklungsschritte getan haben. Deshalb ist eine ärztliche Kontrolle jetzt besonders wichtig. Neben der allgemeinen Körperuntersuchung wird der Arzt diesmal

- Gehör und Augen besonders prüfen,
- einen Zuckertest durchführen,
- die körperliche Geschicklichkeit testen,
- Selbstständigkeit, Sprachentwicklung und Kontaktfähigkeit prüfen.

Untersuchung für das Vorschulkind

Mit der **U 9 in der ersten Hälfte des 6. Lebensjahrs** werden die Früherkennungsuntersuchungen abgeschlossen. Der Arzt wird die Schulfähigkeit beurteilen und Ihnen Ratschläge geben, wie Sie die körperliche und geistige Entwicklung bis zur Schuleinführung gezielt fördern können. Dazu werden Haltings-, Hör- und Sehfehler ausgeschlossen sowie das Sozial- und Sprachverhalten überprüft.



Jugendgesundheitsuntersuchung

Versicherte Jugendliche haben **zwischen 12 und 14 Jahren** einen gesetzlich verbrieften Anspruch auf die Jugendgesundheitsuntersuchung.

Bei dieser Untersuchung sollen **Gesundheits- und Entwicklungsstörungen** erkannt werden. Vor allem geht es dabei um die Aufdeckung von Funktionsstörungen der Schilddrüse, die mit Jodpräparaten gut behandelt werden können, sowie von Wachstumsstörungen, Fehlentwicklungen des Skelettsystems (z. B. Skoliose), eine verfrühte oder verzögerte Pubertätsentwicklung, Unter- oder Übergewicht, Bluthochdruck und Organerkrankungen.



Der Arzt wird die Jugendlichen über **Schulprobleme und gesundheitsgefährdendes Verhalten** befragen und chronische Erkrankungen registrieren und sie dann über ihre individuellen Gesundheitsrisiken – also über Rauchen, Drogen, Alkohol- und Medikamentenmissbrauch, gesundheitschädigendes Ernährungs- und Bewegungsverhalten – sowie über Fragen der Sexualität und Probleme der Pubertät kompetent aufklären.

Auch der Impfstatus wird bei der Jugendgesundheitsuntersuchung überprüft. Anstehende Auffrischimpfungen gegen Kinderlähmung, Tetanus und Diphtherie sowie gegen Keuchhusten können erfolgen und eventuell noch nicht verabreichte Grundimmunisierungen, beispielsweise gegen Hepatitis B und – wenn sie nicht daran erkrankt waren – auch gegen Windpocken, nachgeholt werden.

Impfen nützt – Impfen schützt

Durch jahrzehntelange Impfungen konnten in Deutschland dramatisch verlaufende Erkrankungen wie die Kinderlähmung ausgerottet werden.



Die Immunisierung gegen diese wie gegen andere Erreger ist heute nicht überflüssig geworden: Zum einen können sie sehr schnell aus anderen Ländern eingeschleppt werden, sich hier ausbreiten und bei unzureichendem Impfschutz der Bevölkerung erneut zu (Klein-)Epidemien führen. Zum anderen hat sich aufgrund der geringen Kinderzahl in den Familien die Wahrscheinlichkeit der Infektion mit den Erregern in der Kindheit verringert. Kinderkrankheiten werden ins höhere Alter verschoben, in dem sie komplikationsreicher verlaufen.

Die aktuellen **Impfempfehlungen** werden von der Ständigen Impfkommission (STIKO) am Robert-Koch-Institut herausgegeben und regelmäßig auf den neuesten Stand der wissenschaftlichen Forschung gebracht. Der Tabelle auf Seite 20 können Sie die Empfehlungen zur **Grundimmunisierung von Kindern und Jugendlichen** entnehmen. Die Kosten dafür werden von Ihrer Krankenkasse in der Regel übernommen.

Um den **Impfschutz im Erwachsenenalter** aufrechtzuerhalten, müssen Impfungen gegen Tetanus und Diphtherie alle 10 Jahre wieder aufgefrischt werden. Bei der nächsten fälligen Td-Impfung soll einmalig mit einem Kombinationsimpfstoff auch gegen Keuchhusten (Tdap) und bei entsprechender Indikation auch gegen Kinderlähmung (Tdap-IPV) geimpft werden. Bei besonderen epidemiologischen Ereignissen oder gegen spezielle Risiken – z. B. Virusgrippe, Pneumokokken-Infektion, Tollwut, Leberentzündung (Hepatitis), Frühsommer-Meningoenzephalitis – sowie vor Reisen in Infektionsgebiete sind Impfungen mitunter erforderlich. Ob und in welchen Fällen bei diesen Impfungen eine Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse erfolgt, erfragen Sie bitte direkt bei uns.

Impfkalender für Säuglinge, Kinder und Jugendliche (STIKO)

Alter	Impfung
3. Lebensmonat	Diphtherie-Tetanus-Pertussis (DTaP) Poliomyelitis (IPV) Haemophilus influenzae b (Hib) Hepatitis B (HB) Pneumokokken Auch: Kombinationsimpfung
4. Lebensmonat	Diphtherie-Tetanus-Pertussis (DTaP) – 2. Impfung Pneumokokken – 2. Impfung Oder: Kombinationsimpfung wie 3. Monat
5. Lebensmonat	Diphtherie-Tetanus-Pertussis (DTaP) – 3. Impfung Poliomyelitis (IPV) – 2. Impfung Haemophilus influenzae b (Hib) – 2. Impfung Hepatitis B (HB) – 2. Impfung Pneumokokken – 3. Impfung Auch: Kombinationsimpfung
12.–14. Lebensmonat	Diphtherie-Tetanus-Pertussis (DTaP) – 4. Impfung Poliomyelitis (IPV) – 3. Impfung Haemophilus influenzae b (Hib) – 3. Impfung Hepatitis B (HB) – 3. Impfung Pneumokokken – 4. Impfung Auch: Kombinationsimpfung Masern-Mumps-Röteln (MMR) Varizellen (mit MMR als MMRV o. frühestens 4 Wo. danach) Meningokokken – ab 13. Lebensmonat
16.–23. Lebensmonat	Masern-Mumps-Röteln (MMR) – 2. Impfung Varizellen (mit MMR als MMRV o. frühestens 4 Wo. danach) – 2. Impfung
6. Lebensjahr	Tetanus-Diphtherie-Pertussis (Tdap) – Auffrischimpfung mit verringerter Diphtherie-Dosis
10.–17. Lebensjahr	Poliomyelitis (IPV) – Auffrischimpfung Tetanus-Diphtherie (Td) – Auffrischimpfung mit verringerter Diphtherie-Dosis Pertussis (aP) – Auffrischimpfung Auch: Kombinationsimpfung Hepatitis B (HB) – für ungeimpfte Kinder und Jugendliche Varizellen – für ungeimpfte Kinder und Jugendliche, die nie an Windpocken erkrankt waren Humane Papillomaviren (HPV) für Mädchen zwischen 12 u. 17 Jahren 3 Impfungen innerhalb von 3 Monaten

Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchungen

Regelmäßiges Zähneputzen bereits von Kindheit an ist neben einer richtigen Ernährung die wichtigste Voraussetzung dafür, dass Ihnen die Zähne möglichst lange erhalten bleiben. Deshalb informieren wir mit einem speziellen Programm bereits im Kindergarten bzw. in der Schule hierüber ausführlich.

Darüber hinaus begleiten Sie unsere zahnärztlichen Vorsorge- und Kontrolluntersuchungen Ihr Leben lang:

- **Versicherte Kinder zwischen dem 3. und 6. Lebensjahr** bieten wir **drei Maßnahmen zur Früherkennung von Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten** an: die erste im 3. Lebensjahr, die zweite und dritte bis zur Vollendung des 6. Lebensjahres (Abstand zwischen den Untersuchungen mindestens 12 Monate). Bei diesem Zahn-TÜV für Kinder werden die Kieferhöhle inspiert, das Kariesrisiko bestimmt, eine Ernährungs- und Mundhygieneberatung vorgenommen und ggf. Maßnahmen zur Schmelzhärtung der Zähne und zur Keimzahlsenkung getroffen. Kinder mit einem erhöhten Kariesrisiko erhalten ab dem 30. Lebensmonat Fluoridlack zur Kariesvorsorge.
- Für **Kinder und Jugendliche zwischen dem 6. und 17. Lebensjahr** finanzieren wir **in jedem Kalenderhalbjahr eine Vorsorgeuntersuchung** sowie Fissurenversiegelungen der hinteren Backenzähne.
- **Versicherte ab dem 18. Lebensjahr können bis zu zweimal pro Kalenderjahr** Vorsorgeuntersuchungen beim Zahnarzt kostenfrei und ohne Zahlung der Praxisgebühr wahrnehmen.

Ein weiterer Vorteil für Sie: Benötigen Sie oder Ihr Kind Zahnersatz, so beträgt der gesetzliche Zuschuss zum Zahnersatz im Allgemeinen 50 % der Kosten für die Regelversorgung. Damit ist die Versorgung gemeint, die in den allermeisten Fällen (= in der Regel) bei einem konkreten Befund anfällt. Der Zuschuss erhöht sich um 20 % bzw. 30 %, falls Sie in den letzten fünf bzw. zehn Kalenderjahren für eine regelmäßige Pflege der Zähne gesorgt haben und sich wenigstens einmal pro Kalenderjahr (Jugendliche einmal pro Kalenderhalbjahr) zahnärztlich untersuchen ließen.

Auf einen Blick: Übersicht über unsere Vorsorgeangebote

Vorsorgeangebot	Anspruchsberechtigte	Wie oft?/Bei wem?
Gesundheitsuntersuchung zur Früherkennung von Zivilisationskrankheiten (Check-up)	Versicherte ab 35 Jahre	alle zwei Jahre beim Hausarzt
Früherkennung von Krebserkrankungen:		
Frauen:		
Untersuchung auf Krebserkrankungen – des Genitals,	Versicherte ab 20 Jahre	einmal jährlich bei Frauenarzt
– der Brust, Mammographie	ab 30 Jahre Versicherte von 50 bis 69 Jahren	alle zwei Jahre in speziellen Screening-Einheiten (auf Einladung)
Männer:		
Untersuchung auf Krebserkrankungen der Prostata und der äußeren Genitalien	Versicherte ab 45 Jahre	einmal jährlich beim Urologen
Darmkrebsprophylaxe:		
– Stuhlbluttest	Versicherte ab 50 Jahre	jährlich im Rahmen der Krebsvorsorgeuntersuchung beim Frauenarzt bzw. Urologen; ab 55 Jahre alle 2 Jahre alternativ zur Koloskopie
– Koloskopie (komplette Dickdarmspiegelung)	ab 55 Jahre	zwei Untersuchungen im Abstand von 10 Jahren bei speziell ausgebildeten und zugelassenen Ärzten
Hautkrebs-Screening	Versicherte ab 35 Jahre	alle zwei Jahre beim Haus- oder Hautarzt

Auf einen Blick: Übersicht über unsere Vorsorgeangebote

Vorsorgeangebot	Anspruchsberechtigte	Wie oft?/Bei wem?
Schwangerschaftsvorsorge	alle Versicherten während der ges. Schwangerschaft	bis zum 8. Schwangerschaftsmonat alle vier Wochen, danach alle zwei Wochen
Zahnärztliche Beratung zur Bedeutung der Mundgesundheit für Mutter und Kind		einmal (in der Regel im 4. Schwangerschaftsmonat) beim Zahnarzt
Chlamydien-Screening	versicherte Frauen bis 25	einmal im Jahr b. Frauenarzt
Kinderuntersuchungen	alle versicherten Kinder von der Geburt bis zum 6. Lebensjahr	10 Vorsorgeuntersuchungen beim Kinderarzt o. Hausarzt: U 1: nach der Geburt U 2: 3.–10. Lebenstag U 3: 4.–5. Lebenswoche U 4: 3.–4. Lebensmonat U 5: 6.–7. Lebensmonat U 6: 10.–12. Lebensmonat U 7: 21.–24. Lebensmonat U 7a: 34.–36. Lebensmonat U 8: 46.–48. Lebensmonat U 9: 60.–64. Lebensmonat
Jugendgesundheitsuntersuchung	alle versicherten Jugendlichen zwischen 12 und 14	einmal beim Kinderarzt o. Hausarzt
Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung	alle versicherten Kinder von 3–6 Jahren	3 zahnärzt. Untersuchungen: 1. im 3. Lebensjahr 2. u. 3. bis zur Vollendung des 6. Lebensjahrs (im Abstand von mind.12 Monaten)
	alle versicherten Kinder und Jugendlichen vom 6. bis 17. Lebensjahr	einmal in jedem Kalenderhalbjahr beim Zahnarzt
	alle Versicherten ab dem 18. Lebensjahr	bis zu zweimal in jedem Kalenderjahr beim Zahnarzt



pronova BKK
WIR VERSICHERN GESUNDHEIT

pronova BKK
Brunckstraße 47
67063 Ludwigshafen

service@pronovabkk.de
www.pronovabkk.de