

Thema des Monats Juni 2010

Vorsorgeuntersuchungen



Impressum:

Inhalte und Gestaltung: Marlen Holnick

Sozialverband VdK Rheinland-Pfalz e. V., Kaiserstraße 62, 55116 Mainz

E-Mail: rheinland-pfalz@vdk.de

Internet: www.vdk.de/rheinland-pfalz

© Sozialverband VdK Rheinland-Pfalz, Mai 2010

Die Inhalte wurden sorgfältig erarbeitet. Es kann jedoch keine Gewährleistung für Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit übernommen werden.

Die in dieser Informationsmappe verwendeten männlichen Bezeichnungen dienen ausschließlich der besseren Lesbarkeit und gelten ausdrücklich für beide Geschlechter. Eine Diskriminierung weiblicher Personen wird damit nicht beabsichtigt.

Inhaltsverzeichnis

I. Welchen Nutzen haben Vorsorgeuntersuchungen?	4
II. Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern	4
III. Gesundheits-Check-up – eine Vorsorgeuntersuchung bei Erwachsenen ...	6
IV. Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung	6
V. Weitere Vorsorgeuntersuchungen.....	7
VI. Vorsorgeuntersuchungen bei Frauen.....	7
1. Ablauf einer frauenärztlichen Vorsorgeuntersuchung	7
2. Schwangerschaftsvorsorge.....	8
3. Krebsvorsorgeuntersuchung.....	8
VII. Vorsorgeuntersuchungen bei Männern.....	9
1. Vorsorgeleistungen der gesetzlichen Krankenversicherung	9
2. Vorsorgeleistung bei Selbstzahlern.....	10

I. Welchen Nutzen haben Vorsorgeuntersuchungen?

Für viele Krankheiten gilt: je früher sie diagnostiziert werden, desto größer sind die Heilungschancen. Durch kassenärztlich anerkannte Vorsorgeuntersuchungen können viele Gefahren rechtzeitig erkannt werden, bevor sie ernsthaft gefährlich werden. Manche Krankheiten lassen sich sogar ganz vermeiden, wenn entsprechende Risikofaktoren so früh wie möglich festgestellt werden. So sollten beispielsweise Gesundheitsgefährdungen wie erhöhte Blutfette (Cholesterin), Stress, Rauchen, Diabetes mellitus, Übergewicht und Bluthochdruck in jedem Fall verringert werden.

Je nach Alter, Geschlecht und dem jeweiligen Krankheitsbild haben Krankenversicherte Anspruch auf die Durchführung ärztlicher Präventionsmaßnahmen. Die gesetzlichen Krankenkassen bieten inzwischen umfangreiche Früherkennungsprogramme an. Die Teilnahme ist freiwillig. Obwohl die Angebote der Gesundheitsförderung oder -wiederherstellung dienen, werden sie nach wie vor nicht von allen Krankenversicherten wahrgenommen. Das ist außerdem verwunderlich, weil für Vorsorgeuntersuchungen - wie die Untersuchung zur Früherkennung von Krebs, die Schwangerschaftsvorsorge, der sogenannte Gesundheits-Check-up (englisch für „Kontrolluntersuchung“), die Untersuchungen zur Zahnvorsorge sowie Schutzimpfungen - keine Praxisgebühr anfällt. Dies gilt ebenso für die Befundmitteilung und die Beratung im Rahmen der Früherkennungsuntersuchung. Für viele Vorsorgeuntersuchungen werden die Kosten seitens der gesetzlichen Krankenversicherung komplett übernommen. Zwar gibt es neuere Vorsorgeuntersuchungen, besonders im Laborbereich, für die keine Leistungsverpflichtung der gesetzlichen Krankenversicherung besteht. Allerdings sind die Preise, die der Versicherte hierfür zu zahlen hat, relativ moderat.

Um die enorm breite Palette an Präventionsmaßnahmen zu nutzen, sollten sich die Versicherten bei ihrer Krankenkasse über die Angebote informieren. Neben den ärztlichen Vorsorgeuntersuchungen kann jeder Patient auch selbst in einem gewissen Maß Vorsorge treffen: gute Ernährung, viel Bewegung und ein gesunder Lebenswandel können beispielsweise zur Gesundheit beitragen.

Vorsorgeuntersuchungen gibt es ab dem Säuglingsalter und setzen sich fort für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

II. Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern

Auf Kindervorsorgeuntersuchungen besteht gemäß § 26 SGB V ein rechtlicher Anspruch. Sie können bei allen Kindern vom Säuglingsalter bis in die Schulzeit durchgeführt werden. Jede Untersuchung wird vom Kinderarzt im Kinderuntersuchungsheft dokumentiert. Da die Untersuchungen auch bei Kindern nicht verpflichtend sind, ist es den Eltern eindringlich zu empfehlen, diese in Anspruch zu nehmen. Um eventuelle Entwicklungsstörungen rechtzeitig behandeln zu können, sind insbesondere die Eltern gefragt. Sie sollten Auffälligkeiten im Verhalten ihrer Kinder dem Kinderarzt frühzeitig mitteilen.

Früherkennungsmaßnahmen für Säuglinge und Kleinkinder zählen seit 1971 zu den Pflichtleistungen der Krankenkassen. Vorsorgeuntersuchungen sind ein wichtiger Bestandteil der Pädiatrie. Insbesondere Kindermisshandlungen und sexueller Missbrauch können auf diese Weise schneller aufgedeckt werden. Unabhängig hiervon bestehen in Deutschland verpflichtende Schuleingangsuntersuchungen.

Die Untersuchungen **U1** und **U2** werden bei Neugeborenen durchgeführt.

Folgende Untersuchungen erfolgen anschließend beim Kinderarzt:

Die **U3** wird zwischen der vierten und fünften Lebenswoche durchgeführt. Wie bei den Neugeborenenuntersuchungen werden Gewicht und Größe des Säuglings gemessen. Es erfolgt eine umfassende körperliche Untersuchung dahin gehend, dass sowohl Haut, Herz, Lunge, Augen und Ohren als auch der Bewegungsapparat und das Verhalten des Säuglings geprüft werden.

Im dritten bis vierten Monat nach der Geburt erfolgt die **U4**. Das Kind wird erneut vollständig körperlich untersucht, die Körpermaße werden erhoben und ins Untersuchungsheft eingetragen. Zudem soll der Säugling bei dieser Untersuchung zum ersten Mal geimpft werden.

Bei der **U5** zwischen dem sechsten und siebten Lebensmonat steht neben der körperlichen Untersuchung die Beurteilung der geistigen und körperlichen Entwicklung des Kindes im Mittelpunkt. So sollte der Säugling in diesem Alter beispielsweise mit den Händen nach Gegenständen greifen können.

Bei der **U6**, die zwischen dem zehnten und zwölften Lebensmonat erfolgt, werden insbesondere die Sprachentwicklung und die Körperkoordination untersucht.

Körperliche Untersuchungen und Messungen erfolgen mit der **U7** zwischen dem 21. und 24. Lebensmonat. Dabei achtet der Arzt auf Fehlstellungen, Minderwuchs sowie Über- oder Untergewicht. Die geistigen Fähigkeiten, wie beispielsweise das Sprachvermögen, bilden einen weiteren Schwerpunkt der Untersuchung. Die **U7a** zwischen dem 34. und 36. Lebensmonat (vor dem Kindergarten) dient unter anderem der Früherkennung allergischer Erkrankungen sowie von Verhaltens-, Sozialisations- und Sprachentwicklungsstörungen.

Bei der **U8** zwischen dem 46. und 48. Lebensmonat werden unter anderem neben den Routinemessungen und -untersuchungen ein ausführlicher Seh- und Hörtest durchgeführt.

Die **U9** findet zwischen dem 60. und 64. Lebensmonat (mit etwa fünf Jahren) statt. Neben der Wiederholung von Untersuchungen der **U8** werden zusätzlich der Zahnstatus und das Sehvermögen überprüft.

Schwerpunkte der **U10** (siebtes bis achttes Lebensjahr) und **U11** (neuntes bis zehntes Lebensjahr) sind die allgemeine Entwicklungsüberprüfung des Kindes, das Erkennen beziehungsweise Einleiten von Behandlungen bei Entwicklungsstörungen und bei Störungen der Motorik, des Verhaltens sowie der Sozialisation.

1998 wurde die Jugendgesundheitsuntersuchung **J1** eingeführt. Sie wendet sich an 12- bis 14-jährige und widmet sich der körperlichen und sexuellen Entwicklung des Schulkindes. Die ergänzende Untersuchung **J2** richtet sich an Jugendliche zwischen dem 16. und 18. Lebensjahr. Bei dieser stehen neben internistischen und orthopädischen Krankheitsbildern - wie beispielsweise Übergewicht oder Diabetes mellitus - Fragen der Sexualität und Auffälligkeiten im Verhalten im Mittelpunkt.

III. Gesundheits-Check-up – eine Vorsorgeuntersuchung bei Erwachsenen

Allgemeinmediziner, praktische Ärzte und Internisten bieten für alle Frauen und Männer ab 35 Jahren einen Gesundheits-Check-up an. Auf diese Weise können Risikofaktoren identifiziert und Erkrankungen, deren Vor- oder Frühstadium durch diagnostische Maßnahmen erfassbar sind, rechtzeitig festgestellt werden.

Der „Körper-TÜV“ kann alle zwei Jahre in Anspruch genommen werden. Risikopatienten, wie beispielsweise Raucher, Übergewichtige oder Diabetiker, sollten diesen jährlich wahrnehmen. Insbesondere Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs- und Nierenerkrankungen sowie Zuckerkrankheiten können durch den Check-up frühzeitig erkannt werden.

Der Arzt erfasst zunächst die Krankengeschichte des Versicherten sowie in begründeten Fällen seiner Familie. Einen weiteren Aufschluss über den Gesundheitszustand geben Blutuntersuchungen (z.B. Cholesterin), Urinuntersuchungen (z.B. Eiweiß und Blutkörperchen) und die körperliche Untersuchung mit Überprüfung von Herz, Lunge, Kopf, Hals, Bauch, Wirbelsäule, Nervensystem und Sinnesorganen.

Basierend auf dem Gespräch und der ganzheitlichen Untersuchung ermittelt der Arzt das individuelle Risikoprofil jedes Patienten. Nach der Untersuchung bespricht er mit dem Versicherten das Ergebnis sowie - sofern erforderlich - medizinische Notwendigkeiten und die Auswirkungen bei bestehenden Risiken im Hinblick auf die weitere Lebensgestaltung. Bei verdächtigen Befunden trägt der Arzt dafür Sorge, dass eine weitergehende gezielte Diagnostik erfolgt und gegebenenfalls therapeutische Maßnahmen eingeleitet werden.

IV. Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung

Die Untersuchung auf Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten - bei Bedarf mit Röntgenaufnahme und Sensibilitätsprüfung - ist zweimal jährlich kostenfrei. Der zeitliche Abstand der Untersuchungen muss mindestens vier Monate betragen.

Bei der zahnärztlichen Kontrolluntersuchung erfolgt eine Inspektion der Zähne, des Zahnbettes, der Mundschleimhaut, der Kaumuskulatur und der Kiefergelenke. Auch Zahnstein kann der Zahnarzt einmal im Jahr kostenfrei entfernen. Erst wenn Maßnahmen durchgeführt werden müssen, fällt die Praxisgebühr an.

Zu beachten ist, dass der Zahnarztbesuch in einem Bonusheft vermerkt werden sollte. Bei regelmäßiger Vorsorge können Versicherte einen Bonus auf den Festzuschuss bei Zahnersatz beanspruchen. Für den Bonus muss der Nachweis erbracht werden, dass die Versicherten in den letzten fünf beziehungsweise zehn Jahren mindestens einmal pro Jahr beim Zahnarzt waren. Die Kassen zahlen statt 50 Prozent aufgrund der Bonusregelung 60 oder 65 Prozent der Standardversorgung.

Die Bonusregelung entfällt, wenn der Gebisszustand des Versicherten keine regelmäßige Zahnpflege erkennen lässt und nach Vollendung des 18. Lebensjahrs nicht wenigstens einmal in jedem Kalenderjahr eine zahnärztliche Untersuchung erfolgte. Versicherte, die das sechste, aber noch nicht das achtzehnte Lebensjahr vollendet haben, müssen sich einmal in jedem Kalenderhalbjahr zahnärztlich untersuchen lassen.

V. Weitere Vorsorgeuntersuchungen

Sowohl bei Männern als auch bei Frauen sollte ab dem Alter von 35 Jahren alle zwei Jahre die Schilddrüse in Augenschein genommen werden. Ausgerechnet diese Untersuchung wird gern einmal vergessen. Bei Verdacht auf Schilddrüsenprobleme oder bei familiärer Vorbelastung übernimmt die Krankenkasse die Kosten für die Untersuchung.

Zwei weitere Vorsorgeuntersuchungen ab dem 40. Lebensjahr sind der Grüne-Star-Test und der Osteoporose-Check. Letztere zahlt die Krankenkasse nur auf Anfrage und bei eventuellen Knochenveränderungen. Die Kosten für die Augenuntersuchung werden nur bei Verdacht oder familiärer Vorbelastung übernommen.

Auch Schutzimpfungen - etwa gegen Tetanus oder Grippe - gehören zu den Vorsorgeleistungen. Die Kostenübernahme für diese ist jedoch eine freiwillige Leistung der Krankenkassen und nicht einheitlich geregelt. Ob und für welche Impfungen die jeweilige Satzung Leistungen vorsieht, muss im Einzelfall mit der Krankenkasse geklärt werden.

VI. Vorsorgeuntersuchungen bei Frauen

1. Ablauf einer frauenärztlichen Vorsorgeuntersuchung

Vor jeder Untersuchung findet eingangs ein Gespräch statt. Bei dem ersten Besuch wird von dem Frauenarzt die Krankenvorgeschichte erfasst, indem gefragt wird nach:

- früheren Erkrankungen und Operationen
- der Einnahme von Medikamenten
- vorausgegangenen Schwangerschaften
- familiären Erkrankungen (Krebs, Diabetes, Osteoporose, Fehlbildungen usw.)
- Allergien
- der Häufigkeit und Dauer der Periodenblutung
- Maßnahmen der Verhütung
- dem Impfstatus
- aktuellen Beschwerden.

Nach dem Gespräch wird die gynäkologische Untersuchung durchgeführt. Bei unklaren Befunden oder Beschwerden wird außerdem eine Ultraschalluntersuchung vorgenommen. Geschwülste im Unterbauch können mit dieser Methode frühzeitig festgestellt werden.

Nach der gynäkologischen Untersuchung erfolgt die Untersuchung der Brust. Auch hier kann bei unklaren Tastbefunden eine Ultraschalluntersuchung folgen.

Darüber hinaus bietet sich bei jeder Krebsvorsorgeuntersuchung die Möglichkeit, mit dem Frauenarzt über Krebsvorbeugung zu sprechen.

2. Schwangerschaftsvorsorge

Die Vorsorge während der Schwangerschaft und nach der Entbindung gehört ebenfalls zum Leistungsspektrum der gesetzlichen Krankenkassen. Darin eingeschlossen sind drei Ultraschalluntersuchungen. Weitere werden dann von der Krankenkasse übernommen, wenn eine medizinische Erforderlichkeit festgestellt wurde, etwa bei Verdacht einer Fehlentwicklung des Kindes.

3. Krebsvorsorgeuntersuchung

Frauen können die Krebsvorsorgeuntersuchung ab dem Alter von 20 Jahren jährlich in Anspruch nehmen. Hierbei erfolgt eine gynäkologische Tastuntersuchung - insbesondere der Gebärmutter und der Eierstöcke -, eine Inspektion des Muttermundes und eine gezielte Anamnese, beispielsweise Fragen nach Blutungsstörungen oder Ausflüssen. Außerdem werden die Genitalorgane untersucht, indem ein Abstrich von der Schleimhautoberfläche bezüglich Krebszellen entnommen wird.

Ab dem Alter von 30 Jahren kann die Untersuchung der Brust in Verbindung mit einer Untersuchung der Haut erfolgen. Dazu gehören eine gezielte Anamnese - zum Beispiel Fragen nach Veränderungen oder Beschwerden der Haut und der Brust -, die Inspektion sowie das Abtasten der Brust und der Lymphknoten. Außerdem hat jede Frau einen Anspruch auf Anleitung zur Selbstuntersuchung der Brust beziehungsweise der Haut.

Ab dem 50. Lebensjahr bis zur Vollendung des 70. Lebensjahres kann jede Frau alle zwei Jahre das so genannte Mammographie-Screening in Anspruch nehmen. Hierbei handelt es sich um ein Programm zur Früherkennung von Brustkrebs, indem die Brust geröntgt wird.

Ab dem Alter von 50 Jahren werden außerdem jährlich der Enddarm und der übrige Dickdarm untersucht.

Ab dem Alter von 50 Jahren bis zur Vollendung des 55. Lebensjahres besteht ein Anspruch auf die jährliche Untersuchung in Form eines Schnelltests auf (nicht sichtbares) Blut im Stuhl.

VII. Vorsorgeuntersuchungen bei Männern

Auch Männer sollten auf die Signale des Körpers hören und ab einem bestimmten Alter Vorsorgemaßnahmen ergreifen. Jährlich erkranken ca. 130.000 Männer an einem Herzinfarkt, viele sterben daran. An Krebs erkranken jährlich 200.000 Männer, der Großteil an Prostata- und Darmkrebs. Entgegen einer verbreiteten Meinung breiten Krebs und viele andere Erkrankungen anfangs nicht immer Schmerzen. Erst im fortgeschrittenen Stadium können diese auftreten, in dem eine Heilung oft nicht mehr möglich ist. Auch Erkrankungen der Niere und Harnblase sowie Inkontinenz sind unter Männern häufig verbreitet.

Mit einer gezielten Behandlung, beispielsweise durch medikamentöse Therapien, Physiotherapie wie Beckenbodentraining oder einen operativen Eingriff können bereits viele Probleme behoben oder zumindest verbessert werden.

Sowohl die Krebsvorsorge als auch der Gesundheits-Check-up können hilfreich sein, Risikofaktoren zu identifizieren und entsprechende Maßnahmen zu ergreifen.

1. Vorsorgeleistungen der gesetzlichen Krankenversicherung

Hautkrebs	Inspektion der Haut	ab 45 Jahren	alle zwei Jahre
Prostatakrebs	Anamnese, Inspektion, Abtasten der Prostata sowie der äußeren Geschlechtsorgane und der Lymphknoten in der Leiste	ab 45 Jahren	jährlich
Enddarmkrebs	Tastuntersuchung des Enddarms	ab 50 Jahren	jährlich
Dickdarmkrebs	Test auf Blut im Stuhl	ab 50 Jahren	jährlich
Dickdarmkrebs	Darmspiegelung (Koloskopie) oder Stuhluntersuchung auf Blut	ab 55 Jahren	Darmspiegelung zwei Mal im Abstand von 10 Jahren, Stuhluntersuchung auf Blut alle zwei Jahre

2. Vorsorgeleistung bei Selbstzahlern

Herzinfarkt	ab 40 Jahre	empfohlen alle 2 Jahre
Herzinsuffizienz	ab 40 Jahre	empfohlen alle 2 Jahre
Osteoporose	ab 60 Jahre	jährlich empfohlen
Hormonstatus	individuell	nach Befindlichkeit

Eine weitere Untersuchung, die Aufschluss über krankhafte Prozesse in der Prostata geben kann, ist die Bestimmung des Prostatata-spezifischen Antigens (PSA-Test). Diese Untersuchung gehört bisher noch nicht zum Früherkennungsprogramm der gesetzlichen Krankenkassen und muss daher aus eigener Tasche finanziert werden. Vor allem Männern der sogenannten Risikogruppen, beispielsweise aufgrund der Prostatakreberkrankung eines nahen Verwandten, wird der Test empfohlen.

Welche Vorsorgeuntersuchung neben den von den gesetzlichen Krankenkassen empfohlenen individuell ratsam sind, sollte mit dem Hausarzt beziehungsweise mit dem behandelnden Arzt besprochen werden.