

Von Kopf bis Fuß: Ihr Vorsorge-Fahrplan

**Diese Untersuchungen sind empfehlenswert.
Nicht alle gibt es jedoch als Kassenleistung**

Augen: ab 40

- 1x jährlich: Kontrolle des Augeninnendrucks und -hintergrunds beim Augenarzt
- Zahlt die Kasse nicht!

Zähne: ab 19

- 2x jährlich: Kariesprophylaxe beim Zahnarzt
- 1x jährlich: Zahnsteinentfernung
- Zahlt die Kasse (Bonusheft nicht vergessen)!

Schilddrüse: ab 40

- 1x alle 2 Jahre: TSH-Bluttest
- 1x alle 2 Jahre: Ultraschalluntersuchung beim Allgemeinarzt oder Internisten
- Zahlt die Kasse nicht!

Haut: insbesondere bei Risikopatienten

- 1x jährlich: Hautkrebs-Check beim Hautarzt
- Zahlt die Kasse bei konkretem Verdacht. Gesetzlich Versicherte ab 35 haben vom 1. Juli 2008 an das Recht, alle zwei Jahre zu einem kostenlosen Hautkrebs-Screening bei ihrem Haus- oder Hautarzt zu gehen.

Gesundheits-Check-up: ab 35

- 1x alle 2 Jahre: vollständige körperliche Untersuchung mit ausführlicher Anamnese, Blutuntersuchung (Gesamt-Cholesterin, Blutzucker), Urinuntersuchung auf Blut, Eiweiß oder Entzündungsstoffe, Blutdruckmessung
- Zahlt die Kasse!

Impfungen: für Erwachsene

- 1x jährlich: Gripeschutzimpfung für alle ab 60
- 1x in 6 Jahren: Pneumokokken-Impfung für alle ab 60
- 1x in 10 Jahren: Tetanus- und Diphtherie-Impfung
- Zahlt die Kasse!

Darm: ab 50 bzw. 55

- 1x jährlich ab 50: Blut-im-Stuhl-Test
- 1x ab 55: Darmspiegelung (wenn ohne Befund, Wdh. in 10 Jahren); ersatzweise 1x alle 2 Jahre: Blut-im-Stuhl-Test (weniger verlässlich)
- Zahlt die Kasse!

Für Frauen:**Brust: Frauen ab 30 bzw. 50**

- 1x jährlich: Tastuntersuchung beim Gynäkologen
- 1x alle 2 Jahre für Frauen von 50 – 69: Röntgenaufnahme der Brust (Mammographie-Screening)
- Zahlt die Kasse!

Gebärmutterhals: ab 20

- 1x jährlich: Pap-Test beim Gynäkologen: Abstrich zur Früherkennung des Gebärmutterhalskrebses
- Zahlt die Kasse!

Für Männer:**Prostata: Männer ab 45**

- 1x jährlich: Tastuntersuchung beim Urologen oder Andrologen inklusive Hautinspektion; Selbstuntersuchung der Hoden bereits ab Jugendalter
- Bei familiärer Vorbelastung Prostata-Untersuchung bereits ab 40 erstattungspflichtig.
- Zahlt die Kasse!