

Ihr persönlicher Vorsorgekalender

Die folgenden Früherkennungsuntersuchungen gehören zum Leistungsangebot der gesetzlichen Krankenkassen, das für Sie kostenfrei ist.

Alter	Frauen	Männer
Ab 18 Jahren	Check-up einmalig zwischen 18 und 35 Jahren	
Ab 20 Jahren	Früherkennung Krebs-erkrankungen des Genitales jährlich; Früherkennung Gebärmutterhalskrebs im Alter von 20 bis 34 Jahren: Pap-Abstrich; ab 35 Jahren alle drei Jahre: Pap-Abstrich kombiniert mit Test auf Humane Papillomaviren (HPV)	
zusätzlich ab 30 Jahren	Früherkennung Brustkrebs jährlich	
Ab 35 Jahren	Check-up alle drei Jahre	
Ab 35 Jahren	Früherkennung Hautkrebs alle zwei Jahre	
Ab 45 Jahren		Früherkennung Krebs-erkrankungen der Prostata und des äußeren Genitales jährlich
Ab 50 bis 69 Jahren	Früherkennung Brustkrebs alle zwei Jahre Einladung zum Mammographie-Screening	
Ab 50 Jahren	Früherkennung Darmkrebs 50 bis 54 Jahre: wahlweise jährlicher Test auf verborgenes Blut im Stuhl oder ab 55 Jahren: zwei Darmspiegelungen im Mindestabstand von zehn Jahren	
Ab 65 Jahren		Früherkennung Bauch-aortenaneurysmen einmalig

Fragen?

040 20 22 99 222

Wenden Sie sich gern an die gemeinsame Patientenberatung der Ärztekammer Hamburg und der Kassenärztlichen Vereinigung Hamburg!

www.patientenberatung-hamburg.de

KV Hamburg Wir arbeiten für Ihre Gesundheit

Rund 5.500 Ärzt:innen und Psychologische Psychotherapeut:innen übernehmen in Hamburg die ambulante medizinische Versorgung. Dass alles reibungslos funktioniert, dafür sorgt die Kassenärztliche Vereinigung Hamburg.

Die KV Hamburg bietet für Patient:innen:

- **Wohnortnahe ärztliche und psychotherapeutische Versorgung rund um die Uhr**
Den Arzt Ruf Hamburg erreichen Sie 24/7 unter: Tel. 116117
- **Terminservice:** Vermittlung von Haus-, Fach- und Kinderarztterminen
Tel. 116117
- **Arzt bzw. Psychotherapeutensuche online über kvhh.de**

Impressum

Kassenärztliche Vereinigung Hamburg
Humboldtstraße 56 • 22083 Hamburg • www.kvhh.de
Stand: August 2023 • Illustrationen: Vernessa Himmler

Mit freundlicher Nachdruckgenehmigung der KBV

Gut vorgesorgt

DER CHECK-UP FÜR ERWACHSENE

Information für Patient:innen



Warum Vorsorge wichtig ist

Sie fühlen sich fit und möchten, dass das so bleibt? Dann fragen Sie Ihre/n Ärzt:in nach der Check-up-Untersuchung. Denn diese/r hilft Ihnen, häufig auftretende Krankheiten wie zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes beziehungsweise deren Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen.

Für alle ab 18

Zwischen dem 18. und dem 35. Lebensjahr haben Sie als gesetzlich Krankenversicherter einmalig Anspruch auf den Gesundheits-Check. Ab dem Alter von 35, können Sie die Untersuchung alle drei Jahre in Anspruch nehmen.

Dabei werden Ihre gesundheitlichen Risiken und Belastungen erfasst und von Ihrer/Ihrem Ärzt:in ausgewertet. In einer anschließenden Beratung erhalten Sie Tipps, die Ihnen dabei helfen, gesund zu bleiben.

CHECK-UP:
IHRE
VORTEILE

- Sie erhalten schnell und unkompliziert einen Überblick über Ihren Gesundheitszustand.
- Ihr/e Arzt:in kann Sie anhand der Erkenntnisse aus dem Check-up noch besser beraten.
- Sie bekommen Tipps, um nachhaltig gesund zu leben.

Was beim Check-Up gemacht wird

Gespräch

Der Check-up startet mit einem Gespräch – der sogenannten Anamnese. Die/der Ärzt:in befragt Sie zu Vorerkrankungen und Krankheiten von Familienmitgliedern sowie zu eventuellen Beschwerden. Zudem wird ihr Impfstatus geprüft.

Untersuchung

Danach folgen:

- Eine vollständige körperliche Untersuchung: Dabei werden Herz, Lunge, Kopf, Hals, Bauch, Wirbelsäule, Bewegungsapparat, Nervensystem und Sinnesorgane überprüft, um abweichende oder krankhafte Befunde feststellen zu können.
- Das Messen des Blutdrucks: Zusammen mit dem Cholesterinwert kann der Blutdruck auf Risiken für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Arteriosklerose (Gefäßverkalkung) oder für einen Herzinfarkt hinweisen.
- Die Entnahme einer Blutprobe: Diese wird dann im Labor ausgewertet und gibt Aufschluss über Cholesterin- und Blutzuckerwerte. Anhand dieser Werte kann man erkennen, ob zum Beispiel der Verdacht auf eine Zuckerkrankheit besteht. Bei Versicherten unter 35 Jahren erfolgen Blutuntersuchungen nur bei einem entsprechenden Risikoprofil, das heißt bei Übergewicht, Bluthochdruck oder familiären Vorerkrankungen.

Zusätzlich bei Versicherten ab 35 Jahren:

- Die Untersuchung des Urins: Hinweise auf Nieren- und Blasenkrankungen, aber auch auf eine Zuckerkrankheit lassen sich auf dem Teststreifen der Urinprobe ablesen.
- **NEU:** Einmaliges Screening auf die Leberentzündungen Hepatitis B und C: Mit der Blutuntersuchung sollen unentdeckte Infektionen erkannt und frühzeitig behandelt werden, um Spätfolgen zu verhindern.

Beratung

Abschließend informiert die/der Ärzt:in Sie über die Ergebnisse des Check-ups und erstellt ein individuelles Risikoprofil für Sie. Darüber hinaus gibt sie/er Ihnen Tipps für eine gesunde Lebensweise. Bei Verdacht oder Diagnose einer Krankheit folgen weiterführende Untersuchungen oder eine entsprechende Behandlung.

Wie Sie den Check-Up bekommen

Einfach beim Hausarzt einen Termin für den Check-up vereinbaren. **Je früher, desto besser!**

Arztsuche und Terminbuchung



Sie suchen eine/n Ärzt:in oder Psychotherapeut:in? Im Internet können Sie unter 116117.de unsere deutschlandweite Arztsuche erreichen. Terminbuchungen über die Terminservicestelle sind hier ebenso möglich. Dieser Service steht Ihnen auch kostenlos als App im App-Store zur Verfügung.