

## IGe-Leistungen

Ärzte und Psychotherapeuten können Ihnen „Individuelle Gesundheitsleistungen“ – kurz IGeL – gegen Selbstzahlung anbieten. Sie reichen von speziellen Ultraschalluntersuchungen, ergänzenden Blutanalysen, Beratung vor Fernreisen bis hin zur professionellen Zahnreinigung. Sie allein entscheiden über die Inanspruchnahme von IGe-Leistungen und tragen selbst die Kosten.

**Bevor Sie einer IGeL zustimmen, sollten Sie sich grundsätzlich umfassend vom Arzt informieren lassen. Die nachfolgenden Fragen bieten Ihnen eine erste Unterstützung:**

- Hat mir mein Arzt erklärt, warum die IGeL erforderlich ist?
- Hat mir mein Arzt erklärt, welchen Zusatznutzen ich durch die IGeL habe?
- Hat mich mein Arzt über mögliche Risiken beraten?
- Habe ich das Gefühl, mich frei und ohne Druck für oder gegen eine IGeL entscheiden zu können?
- Habe ich eine angemessene Bedenkzeit für eine Entscheidung?
- Fühle ich mich umfassend informiert?

## Vorsorge im Überblick!

- Die meisten Vorsorgeuntersuchungen zahlt Ihre Krankenkasse, gestaffelt nach Alter und Geschlecht.

## Das gute Gefühl!

- Eine regelmäßige Vorsorge gibt Ihnen das gute Gefühl, gesund zu sein und alles für Ihr Wohlbefinden getan zu haben.

## Rechtzeitig handeln!

- Vorsorge bedeutet auch Früherkennung. Viele rechtzeitig entdeckte Krankheiten haben so deutlich bessere Heilungschancen.



**Wer regelmäßig vorsorgt,  
bleibt länger gesund!**



## Vorsorge im Überblick



## Checken Sie Ihre Gesundheit

„Gesundheit ist das höchste Gut“, so eine alte Volksweisheit, die auch in unserer Zeit gültig ist. Wir als AGRAVIS möchten Sie dabei unterstützen, dass Sie sich wohl und gesund fühlen. Das AGRAVIS-Gesundheitsmanagement (AGM) bietet Ihnen durch Informationen und Aktionen vielfältige Möglichkeiten zur Förderung der eigenen Gesundheit. Ob in den Zentralen oder durch die Gesundheitsmanager:innen in den dezentralen Tochterunternehmen vor Ort – wir stehen Ihnen als Ansprechpartner zu Themen der Gesundheit und des Wohlbefindens gerne zur Verfügung.

Darüber hinaus können Sie selbst dazu beitragen, gesund und leistungsfähig zu bleiben. Vorsorge ist hier das Stichwort. Alle gesetzlichen Krankenkassen bieten Ihnen hierfür ein umfassendes Leistungsprogramm an, nach Alter und Geschlecht gestaffelt. Die Inanspruchnahme dieser Vorsorgeleistungen ist durch Ihre Krankenkassenmitgliedschaft abgedeckt und somit für Sie kostenfrei.

Wir haben für Sie die wichtigsten Vorsorgeuntersuchungen in dieser Broschüre auf einen Blick zusammengefasst. Sorgen Sie vor – für sich und Ihre Gesundheit.

Ihr AGRAVIS-Gesundheitsmanagement



**Viele Erkrankungen können erfolgreich behandelt werden, wenn sie nur rechtzeitig erkannt werden. Nutzen Sie die vielfältigen Angebote Ihrer Krankenkasse zum Wohle Ihrer Gesundheit.**

## Kostenlose Untersuchungen/gesetzliche Kassenleistungen

Geschlecht/Alter	Was	Wie oft	zuständige Ärzte
<b>Frauen</b>			
ab 20	Gynäkologische Untersuchung mit Abstrich von Gebärmutterhals und -mund	1 x jährlich	Frauenärzte
ab 30	Erweiterte gynäkologische Untersuchung (zusätzlich Abtasten der Brust)	1 x jährlich	Frauenärzte
ab 50	Mammografie-Screening	alle 2 Jahre	Screening-Zentren, Frauenärzte
<b>Männer</b>			
ab 45	Prostatakrebs-Früherkennung	1 x jährlich	Hausärzte oder Urologen
<b>Frauen und Männer</b>			
<b>altersunabhängig</b>	Zahnuntersuchung	1 x jährlich	Zahnärzte
ab 35	Hautkrebs-Screening (Sichtkontrolle der gesamten Haut)	alle 2 Jahre	geschulte Allgemeinärzte, praktische Ärzte, Internisten oder Hautärzte
	Gesundheits-Check	alle 3 Jahre	Hausärzte
ab 50	Darmkrebsfrüherkennung (Test auf Blut im Stuhl)	1 x jährlich	Allgemeinärzte, praktische Ärzte, Internisten, Frauenärzte oder Urologen
ab 55	Darmkrebsfrüherkennung wahlweise Test auf Blut im Stuhl	alle 2 Jahre	Haus- oder Frauenärzte, Urologen
	oder 2 Darmspiegelungen	innerhalb von 10 Jahren	Fachärzte (Gastroenterologen)



Viele Krankenkassen bieten zusätzliche Gesundheitsleistungen an – von attraktiven Bonusprogrammen über Gesundheitskurse, spezielle Zahnreinigungen bis hin zu alternativen Heilmethoden.

Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über die kostenfreien Zusatzangebote (im Internet, telefonisch oder persönlich).

