

Vorsorge

Todesursachen

Die häufigsten Todesursachen sind die Folgen von Herz-Kreislauf- und bösartigen Erkrankungen. Immer mehr Menschen erleiden Krebs, Herzinfarkte und Schlaganfälle, die Betroffenen werden immer jünger.

Ursachen

Die Ursachen sind bekannt: Vor allem Bluthochdruck, Zuckerkrankheit, Rauchen und hoher Cholesterinspiegel, zudem Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung und Übergewicht. Die ersten Schäden dadurch werden häufig schon in der Jugend veranlagt. Darum kann man nicht früh genug damit anfangen vorzubeugen. Und es lohnt sich in jedem Alter, die Risikofaktoren für

schwere Erkrankungen zu beseitigen, um möglichst gesund alt zu werden.

Schutz

Der einzige Schutz besteht darin, rechtzeitig Risiken zu erkennen und zu behandeln. Um diese Risiken zu finden und schweren Krankheiten vorzubeugen, gibt es die regelmäßige Vorsorge.

Natürlich kann so eine Untersuchung nicht jede Krankheit oder jeden Krebs finden. Aber die häufigsten Krankheiten können gefunden und meist rechtzeitig behandelt werden. Viel weniger Menschen bekommen diese Erkrankungen, wenn sie rechtzeitig vorbeugen. Immer gilt: Wird die Krankheit entdeckt, bevor der Patient etwas davon merkt, sind die Heilungschancen deutlich besser.

Check-Up

Untersuchung zum Schutz vor den wichtigsten Volkskrankheiten:

- Herz- und Lungenerkrankungen
- Leber- / Nierenerkrankungen
- Blutbildveränderungen
- Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Hypertonie (Bluthochdruck)
- Haut- und Nervenerkrankungen

Dazu reichen zumeist 2 Termine: Blut wird abgenommen, Urin untersucht, von „den Haarspitzen bis zu den Zehen“ untersucht.

Kassen-Info: Diesen Check-Up bezahlen die Krankenkassen ab dem 35. Geburtstag alle 2 Jahre.

Erweiterter Check

Was zum Check-Up gehört, ist vorgegeben und gibt einen Überblick. Wer mehr Sicherheit wünscht, kann weitere sinnvolle Laboruntersuchungen sowie EKG, Lungenfunktion, Hörtest usw. machen.

Kassen-Info: Diese Untersuchungen übernimmt die Krankenkasse nicht, soweit es sich um Vorsorge handelt.

Jährlicher Check

Ein jährlicher Check macht Sinn, denn in einem Jahr kann sich im Körper viel verändern.

Kassen-Info: Jährliche Check übernehmen die Krankenkassen nicht.

Hautkrebsvorsorge

Auf der Haut können verschiedene gut- oder bösartige Neubildungen entstehen. Dies zu unterscheiden, veränderte Leberflecken rechtzeitig zu erkennen, ist entscheidend, denn insbesondere der „schwarze“ Hautkrebs gehört zu den bösartigsten Krebsarten überhaupt. Dazu dürfen spezialisierte Hausärzte jetzt die Hautkrebsvorsorge machen.

Wir machen dies in Sülze der Einfachheit halber bei jedem Check-Up automatisch mit.

Kassen-Info: Die Hautkrebsvorsorge bezahlen die Krankenkassen ab dem 35. Geburtstag alle 2 Jahre.

Kindervorsorgen

Die kindliche Entwicklung ist unglaublich komplex. Nur der erfahrene Blick kann abschätzen, was noch normal oder doch schon bedenklich ist.

Für Kinder und Jugendliche gibt es festgelegte Altersabstände, zu denen diese Vorsorgen nach vorgegebenen Abläufen stattfinden. Wir machen in Sülze Kindervorsorgen ab der Jugendgesundheitsuntersuchung J1 (12 bis 13 Jahre)

Kassen-Info: Die Krankenkassen übernehmen die Kindervorsorgen U1-U10 und die Jugendgesundheitsuntersuchung J1, teils J2.

Krebsvorsorge

Die Hälfte aller Menschen, die an Krebs sterben, könnte noch leben, wenn sie eine Krebsvorsorgeuntersuchung gemacht hätten. Denn wird die Krebserkrankung in einem möglichst frühen Stadium entdeckt, sind die Heilungschancen viel größer.

Gesucht wird nach Darm-, Prostata-, Brust-, Scheiden-, Gebärmutterhals-, Hoden-, Hautkrebs.

Die Untersuchung ist routiniert: Ansehen der Hautoberfläche, Abtasten von Hoden, Prostata und Enddarm, gynäkologische Untersuchung. Ein Stuhltestbriefchen sollte vorher aus der Praxis geholt und zum Untersuchungstermin mitgebracht werden (das gilt auch für Frauen, die in einem Jahr keine Krebsvorsorge wollen).

Frauen machen die Krebsvorsorge beim Frauenarzt, Männer bei uns. Zusätzlich führen spezialisierte Ärzte eine vorbeugende Darmspiegelung durch.

Kassen-Info: Die gesetzlichen Krankenkassen bezahlen die Krebsvorsorge für Frauen ab 20 und für Männern ab 45 jährlich, die Darmspiegelung ab 55 zweimal im Leben.

Gemeinschaftspraxis Südheide - Die Hausarztpraxis
Ernährungsmedizinische Schwerpunktpraxis BDEM
Wolfgang Schulz Dr. Petra Zöllich Dr. Judith Saager
Facharzt Allgemeinmedizin Fachärztin Innere Fachärztin Allgemeinmedizin
Ernährungsmedizin Medizin + Pneumologie
Salzstr. 26, 29303 Bergen, Tel. 05054-1024, Fax 05054-1025
E-Mail: praxis@suelze-bergen.de, <https://www.bergen-suelze.de>
Die Berufsbezeichnung „Arzt“ wurde in Deutschland verliehen. Wir gehören der Ärztkammer
Niedersachsen an, Berufsordnung unter <https://www.aekn.de> © 2017 W. Schulz

Praxis - Info 1

Schutzimpfung

Schutzimpfungen bieten sicheren Schutz vor Infektionen, die sonst einen schweren oder tödlichen Verlauf nehmen können. Die Impfung selber ist dabei in der Regel ungefährlich.

So gibt es keinen Grund, auf den Schutz durch Impfungen zu verzichten und sich unnötigen Gefahren auszusetzen. Das gilt für Kinder wie auch für Erwachsene.

In Deutschland empfohlen sind z. B. Impfungen gegen Diphtherie, Tetanus (Wundstarrkrampf), für Kinder Hepatitis, Röteln.

Kassen-Info: In Deutschland empfohlene Impfungen übernehmen alle Krankenkassen.

Reiseimpfungen

Immer wieder werden von Reisen gefährliche Krankheiten wie Malaria oder Hepatitis mitgebracht. Das ist durch Schutzimpfungen und Vorsorge vermeidbar.

Kassen-Info: Reiseimpfung übernehmen Krankenkassen zum Teil, -beratung nicht.

Technische

Untersuchungen

Ergänzen die Vorsorgen sehr sinnvoll. Beispiele: Lungenfunktionsprüfung (z. B. wenn Raucher ihr Risiko abschätzen wollen), Hörtest (z. B. für das Risiko schleichend beginnender Schwerhörigkeit), EKG (z. B. Risikoabschätzung für das Herz), Farbsehtest (z. B. für Kraftfahrer).

Labor

Sinnvolle Ergänzungen zur Vorsorge, z. B. der PSA-Test, der Prostatakrebs mit 85%iger Sicherheit ausschließen kann, ein HIV-Test zum Ausschluss von AIDS, eine Blutgruppenbestimmung, weitere Werte für Leber, Herz, Bauchspeicheldrüse, Abwehrsystem usw.

Kassen-Info: Die technischen und Labor-Untersuchungen übernehmen Krankenkassen nicht, wenn es sich um Vorsorgen handelt.

GPS
Gemeinschaftspraxis
Südheide

*Schützen
Sie sich vor
schweren
Schäden*

Vorsorge

**Risiken
erkennen
und
behandeln**

