

**SKD** **BKK**

Die Krankenkasse für Ihre Gesundheit



**extra**

Mit vielen zusätzlichen  
EXTRA-Leistungen, die  
nicht jede Kasse hat!

**Meine Gesundheit**

**Meine Entscheidung**

**Meine Krankenkasse**



**extra**

Wir bieten Ihnen mehr:  
Entdecken Sie die EXTRA-  
Leistungen der SKD BKK!



Immer für  
Sie da!

### Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser!

Wenn Sie einen Blick auf unser Logo werfen, dann sehen Sie dort – mit unserem Namen untrennbar verbunden – auch unseren Leitgedanken, den Anspruch, den wir selbst an uns stellen: „Die Krankenkasse für Ihre Gesundheit“. Wir sind für Sie und Ihre Gesundheit da, in jeder Lebenssituation.

In dieser Broschüre möchten wir Ihnen zeigen, was wir für Ihre Gesundheit leisten. Entdecken Sie die attraktiven Angebote und Sie werden sehen: Mit uns sind Sie rundum bestens versorgt.

Wenn Sie zu einzelnen Punkten Fragen haben, dann sprechen Sie uns doch einfach direkt an. Dies gilt selbstverständlich auch, wenn Sie in dieser Übersicht eine Leistung vermissen, die Ihnen wichtig ist. Denn natürlich mussten wir hier eine Auswahl treffen und deshalb das ein oder andere unerwähnt lassen.

Unsere qualifizierten und engagierten Mitarbeiter haben immer ein offenes Ohr für Ihre Fragen und Anliegen, nehmen sich Zeit für Sie und informieren Sie gerne. Überzeugen Sie sich selbst!

Ihr

**Manfred Warmuth**  
Vorstand der SKD BKK

### Inhaltsverzeichnis

Unsere Leistungen bei Krankheit .....	Seite 4
Zeigen Sie Zähne – ein Leben lang .....	Seite 8
Besondere Behandlungsprogramme .....	Seite 10
Alternative Heilmethoden .....	Seite 12
Vorsorgeuntersuchungen und Früherkennung .....	Seite 14
Impfungen .....	Seite 16
Aktiv sein mit der SKD BKK .....	Seite 18
Unsere FitPlus-Bonusprogramme .....	Seite 20
Schwangerschaft und Geburt .....	Seite 22
Besondere Leistungen für Kinder .....	Seite 24
Was für Eltern wichtig ist .....	Seite 26
Kassenwechsel .....	Seite 29
Wir sind für Sie da .....	Seite 30
Die SKD BKK in Ihrer Nähe .....	Seite 31

# Unsere Leistungen bei Krankheit

extra

Wir sind für Sie da,  
wenn Sie krank sind –  
verlassen Sie sich darauf!

## Behandlung beim Arzt und beim Zahnarzt

Bei akuten Beschwerden aber auch zur Gesundheitsvorsorge haben Sie Anspruch darauf, sich von einem Arzt oder Zahnarzt umfassend untersuchen und individuell behandeln zu lassen. Sie können dabei grundsätzlich unter allen zugelassenen Mediziner\*innen frei wählen, wem Sie sich und Ihre Gesundheit anvertrauen. Legen Sie einfach Ihre elektronische Gesundheitskarte in der Praxis vor, die SKD BKK übernimmt für Sie die Kosten Ihrer Behandlung.

## Arznei- und Verbandmittel

Vom Antibiotikum bis hin zum Zytostatikum – die SKD BKK übernimmt für Sie immer dann die Kosten, wenn Sie ein verschreibungsfähiges Medikament benötigen. Und dies gilt auch für verschriebene Verbandmittel. Sie können einfach mit dem ärztlichen Rezept in die Apotheke gehen und haben lediglich die gesetzliche Zuzahlung von 10 Prozent (mindestens 5 Euro, maximal 10 Euro) zu leisten. Allerdings gibt es für einige Medikamentengruppen bzw. Wirkstoffe gesetzlich vorgeschriebene

Festbeträge. Das bedeutet, dass für Sie zusätzliche Kosten anfallen, wenn das Medikament Ihrer Wahl den Festbetrag übersteigt. Es gibt jedoch immer aufzahlungsfreie Alternativen. Ihr Arzt klärt Sie gerne über die Alternativen auf.

## Krankenhausbehandlung

Ob im Notfall oder bei einer geplanten Behandlung – wenn Sie stationär im Krankenhaus behandelt werden müssen, dann tritt die SKD BKK für Sie ein. Die Kosten für Behandlung, Pflege, Medikamente und Unterbringung im Krankenhaus werden direkt über Ihre elektronische Gesundheitskarte mit uns abgerechnet. Sie müssen lediglich die gesetzliche Zuzahlung von 10 Euro je Aufenthaltstag für maximal 28 Tage im Kalenderjahr zahlen. Und ebenso wie bei der ambulanten Behandlung beim Arzt haben Sie auch hier grundsätzlich die freie Wahl unter allen zugelassenen Einrichtungen in ganz Deutschland.

## Heil- und Hilfsmittel

Physiotherapie, krankengymnastische Behandlungen oder die Logopädie sind typische Beispiele für Heilmittel. Wenn Ihr Arzt Ihnen ein Heilmittel verordnet, dann übernimmt die SKD BKK die Kosten dafür. Allerdings sieht der Gesetzgeber hierbei eine Eigenbeteiligung des Patienten vor, ähnlich wie bei den Arzneimitteln: Sie müssen daher 10 Prozent der Kosten selbst tragen; hinzu kommt je Verordnung eine einmalige Zuzahlung von 10 Euro.

Bei manchen Krankheiten oder Behinderungen kann ein Hilfsmittel dazu beitragen, den Alltag leichter zu bewältigen. Zu den Hilfsmitteln zählen z.B. Hörgeräte, Rollstühle, Gehhilfen, Prothesen, orthopädische Schuhe und vieles mehr. Hilfsmittel müssen grundsätzlich vom Arzt verordnet werden. Mit der Verordnung können Sie sich direkt an einen Leistungserbringer (Sanitätshaus, Apotheke, Hörgeräteakustiker etc.) Ihrer Wahl wenden. Wichtig ist dabei allerdings, dass der Leistungserbringer Vertragspartner der SKD BKK ist. Die SKD BKK übernimmt dann die Kosten für Ihr Hilfsmittel – abzüglich der gesetzlich vorgesehenen Zuzahlung – bis zur Höhe der Vertragspreise.

Für manche Hilfsmittel gibt es statt der Vertragspreise auch sogenannte Festbeträge.

Zum Leistungsumfang der SKD BKK gehört übrigens nicht nur die Kostenübernahme für das Hilfsmittel selbst, sondern – wenn und soweit erforderlich – auch für individuelle Anpassung und Änderungen des Hilfsmittels, Instandsetzung und Wartung sowie für die Schulung im Umgang mit dem Hilfsmittel.

## „App auf Rezept“ – Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA)

DiGA sind smarte Helfer, die Ihre Gesundheit fördern oder bei der Erkennung, Überwachung und Behandlung von Krankheiten unterstützen. Es handelt sich nicht bloß um einfache Fitness- & Lifestyle-Apps, sondern um sogenannte Medizinprodukte. Und als solche haben sie bestimmte Kriterien zu erfüllen, wie einen konkreten medizinischen Nutzen oder die Verbesserung des Behandlungsablaufs. Auch hinsichtlich des Datenschutzes müssen sie sich als zuverlässig erweisen. Ist all dies erfüllt, kann die App in das DiGA-Verzeichnis des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) aufgenommen werden. Die Kosten für diese hochwertigen digitalen Gesundheitsanwendungen übernehmen wir für Sie.

Mehr Informationen zu den DiGA sowie den Link zum DiGA-Verzeichnis finden Sie unter [www.skd-bkk.de/diga](http://www.skd-bkk.de/diga)

## Medizinische Vorsorge- und Rehabilitationsleistungen (Kuren)

Um fit und gesund zu bleiben oder es wieder zu werden, ist manchmal eine „Kur“ sinnvoll. Unter diesen Begriff fallen aber sehr viele, zum Teil sehr unterschiedliche Maßnahmen: Kuren können nämlich ambulant oder stationär durchgeführt werden. Und sie können entweder der Vorsorge dienen oder der Rehabilitation. Außerdem gibt es noch spezielle Maßnahmen für Mütter bzw. Väter und Kind.

Welche der verschiedenen Maßnahmen für Sie geeignet ist, kann am besten Ihr Arzt entscheiden. Dieser spricht dann auch eine entsprechende Empfehlung aus.

Und auch wir beraten Sie gerne vorab, welche Maßnahme für Sie in Frage kommen kann und wie die SKD BKK sich an den Kosten beteiligt. Selbstverständlich helfen wir Ihnen auch bei der oft sehr umfangreichen Antragstellung.

**Übrigens:** Bei Arbeitnehmern ist in der Regel die Rentenversicherung der zuständige Kostenträger sowohl für die Vorsorge- als auch für die Rehabilitationsmaßnahmen. Doch auch dann beraten wir Sie gerne und halten außerdem die entsprechenden Antragsunterlagen für Sie bereit.

## Krankengeld bei Arbeitsunfähigkeit

Wenn Sie einmal länger krank sind und deshalb nicht arbeiten können, dann brauchen Sie sich mit uns um Ihren Lebensunterhalt wenigstens keine Sorgen zu machen. Denn Sie sind durch unser Krankengeld finanziell abgesichert.

Der Arbeitgeber zahlt bei Krankheit das Arbeitsentgelt nur für einen begrenzten Zeitraum – in der Regel für sechs Wochen – weiter. Sobald die Entgeltfortzahlung endet, erhalten Sie von uns Krankengeld. Das Krankengeld beträgt 70 Prozent des letzten Bruttoverdienstes bzw. maximal 90 Prozent des Nettoverdienstes.

Auch Einmalzahlungen wie Urlaubs- oder Weihnachtsgeld werden bei der Berechnung anteilig berücksichtigt. Der Anspruch auf Krankengeld besteht wegen ein und derselben Krankheit bis zu 78 Wochen.

**Übrigens:** Auch Selbständige, die bei uns freiwillig versichert sind, können einen Anspruch auf Krankengeld haben. Wir beraten Sie gerne ausführlich zu allen Möglichkeiten.

## Zuzahlung nur bis zur Belastungsgrenze

Bei bestimmten Leistungen müssen sich Versicherte an den Kosten beteiligen. Diese sogenannten Zuzahlungen sind vom Gesetzgeber genau festgelegt. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren haben zumeist keine Zuzahlungen zu leisten. Aber auch für Erwachsene gibt es eine Grenze, über die hinaus die Beteiligung an den Kosten als nicht mehr zumutbar gilt. Sobald diese Grenze erreicht ist, ist es möglich, sich von weiteren Zuzahlungen befreien zu lassen.



Ihre persönliche Belastungsgrenze wird für Sie und Ihre Lebensumstände ganz individuell berechnet und ist abhängig von Ihren Brutto-Einnahmen. Eine Befreiung von den Zuzahlungen ist möglich, wenn Ihre Zuzahlungen 2 Prozent der jährlichen Brutto-Einnahmen übersteigen, für chronisch Kranke verringert sich die Grenze auf 1 Prozent. Leben mehrere Angehörige in einem gemeinsamen Haushalt, wird eine gemeinsame Belastungsgrenze ermittelt.



# Zeigen Sie Zähne - ein Leben lang

## Zahnvorsorge

Auch wenn es den einen oder anderen vielleicht eine Portion Überwindung kostet: Mindestens einmal im Jahr – besser noch: zweimal! – sollte man zum Zahnarzt gehen und seine Zähne gründlich untersuchen lassen. Durch die regelmäßige Vorsorgeuntersuchung werden Karies und Parodontitis frühzeitig erkannt und größere Schäden weitgehend vermieden.

Für **Erwachsene** ist die Vorsorgeuntersuchung zweimal im Jahr kostenlos. Einmal pro Jahr kann der Zahnarzt auch die Zahnsteinentfernung über die Gesundheitskarte abrechnen, und alle zwei Jahre die Parodontitis-Früherkennung.

Für **Kinder** zwischen sechs und 18 Jahren ist zweimal im Jahr ein Kontrolltermin beim Zahnarzt vorgesehen: die sogenannte Individualprophylaxe. Und auch die Milchzähne wollen von Anfang an gut gepflegt sein, deshalb haben auch die Kleinsten ab dem 6. Lebensmonat Anspruch auf eine erste Vorsorgeuntersuchung durch den Zahnarzt. Bis zum sechsten Lebensjahr folgen noch fünf weitere Vorsorgeuntersuchungen. Außerdem haben Kinder zwischen dem 6. und 33. Lebensmonat zweimal je Kalenderhalbjahr Anspruch auf eine Anwendung von Fluoridlack zur Zahnschmelzhärtung.

## **eXtra** Professionelle Zahnreinigung

Mit richtiger und gründlicher Zahnpflege zuhause kann man schon sehr viel tun, um seine Zähne wirksam vor Karies und Parodontitis zu schützen. Aber für RICHTIG saubere Zähne sollte regelmäßig der Profi ran. Deshalb beteiligt sich die SKD BKK mit 50 Euro pro Kalenderjahr an den Kosten für die Professionelle Zahnreinigung. Ganz ohne Altersgrenze übrigens!

Einzigste Voraussetzung: Ihr Zahnarzt verfügt über eine kassenärztliche Zulassung.

## **Kieferorthopädische Behandlung (KFO) für Kinder**

Es ist wichtig, dass Fehlentwicklungen der Zähne und des Kiefers bei Kindern rechtzeitig erkannt und wenn nötig behandelt werden. In welchem Fall eine Behandlung notwendig ist, entscheiden Kieferorthopäden und Zahnärzte, die kieferorthopädische Leistungen erbringen.

Die Behandlungskosten hierfür übernimmt die SKD BKK: 80 Prozent der Kosten zahlen wir gleich während der laufenden Behandlung; wenn Sie mehr als ein Kind in kieferorthopädischer Behandlung haben, dann beträgt unsere Kostenübernahme bei

jedem weiteren Kind 90 Prozent. Den Rest zahlen Sie zunächst als Eigenanteil. Wenn die Behandlung erfolgreich abgeschlossen wird, erstatten wir Ihnen den gezahlten Eigenanteil zurück.

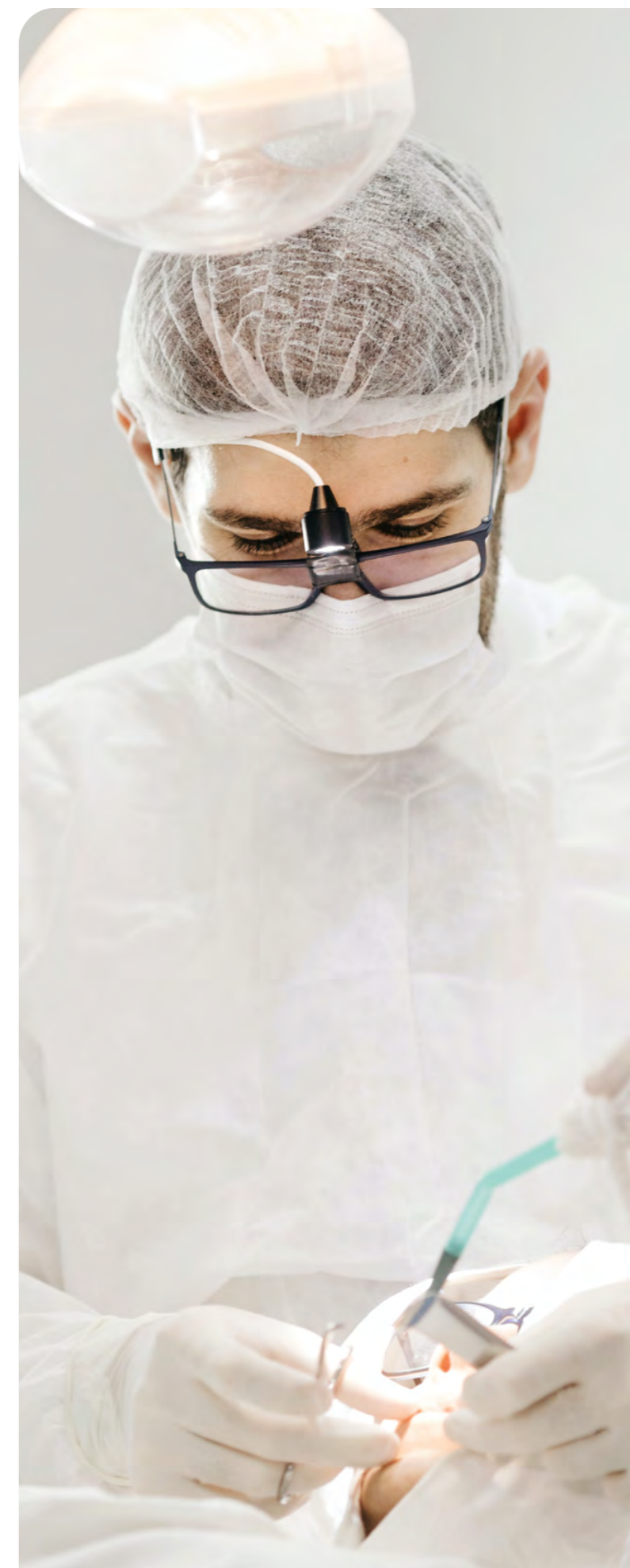
## Zahnersatz

Wenn Sie einen Zahnersatz brauchen, dann erhalten Sie von uns einen befundbezogenen Festzuschuss. Dieser Festzuschuss (z. B. für Brücken, Kronen oder Prothesen) ist gesetzlich festgelegt und beträgt 60 Prozent der Regelversorgung. Unser Zuschuss erhöht sich auf 70 Prozent, wenn Sie während der letzten fünf Jahre vor Beginn der Behandlung die jährliche Kontrolluntersuchung regelmäßig in Anspruch genommen haben. Wenn Sie die Inanspruchnahme der Kontrolluntersuchungen für die letzten 10 Jahre nachweisen können, erhöht sich der Zuschuss auf 75 Prozent.

Damit Sie im Voraus wissen, mit welchem Zuschuss Sie von uns rechnen können, erstellt Ihr Zahnarzt einen Heil- und Kostenplan. Dieser Plan wird dann von uns vor Behandlungsbeginn geprüft.

## **eXtra** Kostenloser oder vergünstigter Zahnersatz

Dank unserer Kooperation mit dem bundesweiten Zahnarzt Netzwerk DentNet können Sie für Ihren Zahnersatz von besonders günstigen Konditionen profitieren und bares Geld sparen. Unter bestimmten Voraussetzungen kann Ihr Eigenanteil sogar komplett entfallen. Ausführliche Informationen finden Sie unter [www.skd-bkk.de/zahnersatz](http://www.skd-bkk.de/zahnersatz).





# Besondere Behandlungsprogramme

## eXtra Hausarztprogramm

Mit der SKD BKK haben Sie die Möglichkeit, sich für eine „hausarztzentrierte Versorgung“ zu entscheiden. Als Teilnehmer an diesem Hausarztprogramm binden Sie sich vertraglich an Ihren Hausarzt und genießen dann eine besonders intensive Betreuung durch diesen Arzt: Er kümmert sich um die Koordinierung Ihrer Behandlung und überweist Sie im Bedarfsfall zum entsprechenden Facharzt. So können sich alle Ihre Ärzte und Therapeuten besser untereinander abstimmen und austauschen, Wechselwirkungen von Medikamenten und unnötige Doppeluntersuchungen können vermieden werden. Darüber hinaus erhalten Sie bei Teilnahme am Hausarztprogramm Sonderleistungen wie etwa verkürzte Wartezeiten oder Abend- und Samstags-Sprechstunden für Berufstätige. Die Teilnahme am Hausarztprogramm ist freiwillig.

## eXtra Strukturierte Behandlungsprogramme für chronisch Kranke (DMP)

Für Menschen mit chronischen Krankheiten bieten wir ganz spezielle Behandlungsprogramme an. Die Teilnahme an diesen sogenannten Disease

Management Programmen (DMP) ist freiwillig. Die Programme sind ganz gezielt auf die jeweilige Erkrankung zugeschnitten und garantieren nicht nur eine qualitätsgesicherte medizinische Versorgung, sondern sie helfen den Patienten auch dabei, mit der Krankheit so gut wie möglich umzugehen. Der Patient wird in die Therapie aktiv eingebunden und lernt – beispielsweise in speziellen Patientenschulungen –, Behandlungsmaßnahmen besser zu verstehen und umzusetzen.

Die strukturierten Behandlungsprogramme gibt es für: • Asthma bronchiale • Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) • Diabetes Typ I und Typ II • Koronare Herzkrankheit • Brustkrebs  
Weitere Programme sind in Vorbereitung.

## eXtra Besondere Versorgung

Besondere Versorgungsformen sind neue, optimierte Behandlungsangebote, die sich vor allem durch eine enge Vernetzung zwischen den einzelnen Leistungssektoren auszeichnen. Ziel ist ein koordiniertes Zusammenspiel und eine enge Abstimmung zwischen den Vertragspartnern (z. B. Haus- und Fachärzte, Krankenhäuser, Rehabilitationseinrichtungen, Krankengymnasten, Apo-

theken und Sanitätshäuser). Auf diese Weise erhalten Sie – von der Diagnose bis zur Nachbehandlung – eine schnelle und hochwertige Therapie, ohne lange Wartezeiten und ohne zusätzliche Kosten für Sie.

Die SKD BKK hat zahlreiche Verträge zur besonderen Versorgung abgeschlossen, um Ihnen die beste medizinische Versorgung bieten zu können. Die Verträge sind in der Regel regional gültig. Mehr dazu können Sie auf unserer Homepage unter [www.skdbkk.de/besondereversorgung](http://www.skdbkk.de/besondereversorgung) nachlesen.

## Für unsere Versicherten in Franken

### eXtra BKK ProPsych – Hilfe für psychisch belastete Arbeitnehmer

Wenn die Seele leidet, dann ist schnelle Hilfe geboten. Die Realität sieht jedoch oft anders aus: hier sind nicht selten eine zermürbende Suche nach einem Therapeuten und monatelange Wartezeiten an der Tagesordnung.

Deshalb gibt es bei uns einen Versorgungsvertrag, durch den ein besonders effektives und rasches Krisenmanagement garantiert wird. Der Versorgungsvertrag ist (bislang) auf die Region Franken beschränkt und speziell für Arbeitnehmer entwickelt worden.

#### BKK ProPsych – Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Umfangreiche diagnostische Beratung (durch die Universitätskliniken Würzburg oder Erlangen) innerhalb weniger Tage.
- Bei Bedarf Vermittlung eines ambulant in Wohnortnähe tätigen psychologischen Psychotherapeuten binnen 14 Tagen nach der diagnostischen Beratung.
- Unkomplizierte Zusammenarbeit Ihrer Ärzte untereinander bei garantiertem Datenschutz: Sie entscheiden, ob und gegebenenfalls welche Informationen an Ihren Betriebs- oder Hausarzt weitergegeben werden.
- Sie werden von Anfang bis Ende Ihrer Teilnahme durch speziell geschulte Krankenkassenmitarbeiter beraten und betreut.
- Die Teilnahme ist freiwillig und für Sie kostenfrei.





# Alternative Heilmethoden

## eXtra Osteopathie – Sanfte Hilfe

Die osteopathische Behandlung ist längst nicht mehr als bloße Randerscheinung des Gesundheitsmarktes anzusehen. Gerade bei Kindern kann diese sanfte alternative Heilmethode beachtliche Behandlungserfolge erzielen. Der Ansatz der Osteopathie ist dabei recht einfach: Leben zeigt sich in Form von Bewegung und dort wo Bewegung verhindert wird, macht sich Krankheit breit. Der Osteopath spürt manuell, d.h. nur mit seinen Händen, bestehende Bewegungs- und Funktionseinschränkungen auf und versucht, diese ganz gezielt zu lösen. Auf den Einsatz von Medikamenten und Apparaten wird dabei vollständig verzichtet. Üblicherweise gehört die Osteopathie nicht zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen. Im Rahmen einer Satzungsregelung beteiligt sich die SKD BKK aber an den Kosten für diese Behandlungsmethode – und das mit bis zu 225 Euro jährlich. Die Kostenerstattung ist für fünf Behandlungen pro Jahr möglich, in Höhe von 100 Prozent des Rechnungsbetrages, maximal 45 Euro je Behandlung.



## eXtra Homöopathie – auf Versichertenkarte

Die Homöopathie ist eine alternative Heilmethode, die üblicherweise nicht zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung gehört. Aber dank eines speziellen Versorgungsvertrags, den wir mit dem „Deutschen Zentralverein homöopathischer Ärzte e.V.“ geschlossen haben, übernehmen wir ganz unbürokratisch die Kosten für klassische Leistungen der Homöopathie – ganz einfach über Ihre elektronische Gesundheitskarte.

### Inhalte des Vertrags sind:

- **Erstanamnese** (= erstes ausführliches Gespräch mit dem Arzt über Ihre Beschwerden)
- **homöopathische Analyse** (= Auswertung des Gesprächs und Ihrer Befunde) **und Repertorisation** (= Auswahl der für Sie am besten geeigneten homöopathischen Mittel)
- **Folgeanamnesen und Beratungen** (= Gespräche zur Kontrolle des Behandlungs- und Heilungsverlaufs)
- **Beratung durch Apotheken**, sofern diese dem Vertrag beigetreten sind

Homöopathische Arzneimittel hingegen sind nicht Bestandteil des Vertrages. Die Kosten dafür müssen daher vom Patienten selbst bezahlt werden. Eine Übersicht über alle am Vertrag teilnehmenden Ärzte finden Sie auf unserer Homepage unter [www.skd-bkk.de/homöopathie](http://www.skd-bkk.de/homöopathie)

## Akupunktur – auf Versichertenkarte

Die Akupunktur ist eine uralte asiatische Heilmethode, die sich auch hierzulande immer größerer Beliebtheit erfreut. Dabei werden bestimmte Nervenströme durch feine Nadeln stimuliert, um Einfluss auf die Krankheit zu nehmen und vor allem Schmerzen zu lindern. Und weil bei bestimmten Erkrankungen auch tatsächlich ein wissenschaftlicher Nutzen belegt wurde, haben Sie bei der SKD BKK Anspruch auf diese Heilmethode.

Wir übernehmen die Behandlungskosten für Akupunktur bei chronischen Schmerzsymptomen der Lendenwirbelsäule und bei Gonarthrose der Kniegelenke. Voraussetzung ist, dass ein qualifizierter Vertragsarzt die Behandlung durchführt. Die Abrechnung erfolgt bequem und direkt über Ihre elektronische Gesundheitskarte.





# Vorsorgeuntersuchungen und Früherkennung

## Gesundheits-Check

Der Gesundheits-Check dient vor allem der Früherkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus und Nierenerkrankungen. Inhalte des Checks sind zunächst eine Erhebung der Krankheitsgeschichte (Anamnese) und eine ausführliche Ganzkörperuntersuchung (z.B. Blutdruckmessung, Untersuchung von Wirbelsäule und Gelenken). Dazu werden noch verschiedene Laboruntersuchungen (Blut und Urin) gemacht. Und am Ende findet dann eine ausführliche Beratung statt, bei der auf Ihr ganz persönliches Risikoprofil eingegangen wird. Den Gesundheits-Check können Sie ab dem Alter von 35 Jahren alle drei Jahre beim Hausarzt durchführen lassen, sowie einmalig zwischen dem 18. und 35. Lebensjahr.

## Krebs-Früherkennung

Bei vielen Krebs-Erkrankungen gilt: Je früher eine Diagnose gestellt werden kann, desto erfolgreicher ist die Behandlung und desto größer sind die Heilungschancen. Deshalb haben alle Versicherten der SKD BKK zahlreiche Möglichkeiten, in dieser Hinsicht vorzusorgen.

### eXtra Hautkrebs-Screening (für Männer und Frauen)

Um bösartige Hauterkrankungen möglichst frühzeitig erkennen zu können, ist ein Hautkrebs-Screening sinnvoll. Das Hautkrebs-Screening kann ab dem Alter von 35 Jahren alle zwei Jahre durchgeführt werden (= gesetzliche Regelleistung). Außerdem haben wir in manchen Regionen spezielle Versorgungsverträge mit Dermatologen abgeschlossen: Damit können sich alle unter 35 regelmäßig von einem teilnehmenden Hautarzt untersuchen lassen.

### eXtra Darmkrebs-Vorsorge (für Männer und Frauen)

Darmkrebs ist eine ganz besonders tückische Erkrankung, denn im Frühstadium bereitet er kaum irgendwelche spürbaren Beschwerden. Den Früherkennungsuntersuchungen kommt daher eine ganz besondere Bedeutung zu. Ab 50 sollten daher Männer und ab 55 Frauen zur Vorsorge eine Darmspiegelung durchführen lassen. Diese Untersuchung kann dann nach Ablauf von 10 Jahren wiederholt werden. Alternativ können Sie im Alter von 50 bis 54 Jahren jährlich bzw. ab 55 alle zwei Jahre einen Test auf verborgenes Blut im Stuhl durchführen lassen (immunologischer Stuhltest). Über diese gesetzlichen Regelleistungen hinaus beteiligen wir uns auch schon ab dem Alter von 45 Jahren an den Kosten für eine vorsorgliche Darmspiegelung. Voraussetzung ist, dass bei Ihnen ein familiär oder erblich erhöhtes Erkrankungsrisiko vorliegt. Unser Zuschuss beträgt 80 Prozent des Rechnungsbetrages, maximal 100 Euro.

## Krebs-Früherkennung

Untersuchung	Ab welchem Alter?	Wie oft?
<b>... speziell für Frauen</b>		
Genital- und Gebärmutterhalsuntersuchung	ab 20 ab 35	jährlich alle drei Jahre
Brustuntersuchung	ab 30	jährlich
Mammographie-Screening	ab 50 (bis 69)	alle zwei Jahre
<b>... speziell für Männer</b>		
Genital- und Prostatauntersuchung	ab 45	jährlich

### eXtra Discovering Hands

Zur Ergänzung der gesetzlichen Brustkrebsvorsorgeleistungen bieten wir Ihnen eine ganz besondere Art der Früherkennung: discovering hands®. Dabei untersuchen speziell ausgebildete blinde und sehbehinderte Frauen die Brust, die dank ihres überlegenen Tastsinnes schon kleinste Gewebeveränderungen erfühlen können. Die SKD BKK erstattet einmal im Jahr die Kosten für diese Untersuchung in Höhe von maximal 60 Euro, wenn die Untersuchung fachärztlich veranlasst ist und eine familiäre oder medizinische Vorbelastung vorliegt.

### eXtra mpMRT

Bei einem Anfangsverdacht auf Prostatakrebs kann eine multiparametrische Magnetresonanztomografie (mpMRT) wertvolle Informationen für die weitere Diagnose und Therapie liefern. Insbesondere können durch diese Untersuchung nicht notwendige Biopsien vermieden werden. Dank eines besonderen Versorgungsvertrages können Sie diese Untersuchung bei teilnehmenden Ärzten kostenlos in Anspruch nehmen.



# Impfungen

Impfungen sind ein sehr wichtiger Bestandteil der Gesundheitsvorsorge, denn dadurch können viele Infektionskrankheiten vermieden werden. Die meisten Impfungen zur Grundimmunisierung finden bereits im Kindes- und Jugendalter statt. Für Erwachsene gilt dann: Regelmäßig Impfstatus überprüfen und bei Bedarf auffrischen lassen.

Die am Robert-Koch-Institut ansässige Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt eine ganze Reihe von Impfungen („Standardimpfungen“), z. B. gegen Keuchhusten, Diphtherie, Röteln, Mumps, Wundstarrkrampf, Kinderlähmung, u. v. m.

Wir übernehmen die Kosten für alle von der STIKO empfohlenen Schutzimpfungen zu **100 Prozent**. Die Abrechnung erfolgt ganz einfach über Ihre elektronische Gesundheitskarte.

## Wir bieten Ihnen mehr...

Über die sogenannten Standardimpfungen hinaus beteiligt sich die SKD BKK aber auch unter bestimmten Voraussetzungen als Mehrleistung an den Kosten anderer Impfungen.

### **eXtra** Grippe-Impfung für Alle

Üblicherweise wird die Grippe-Impfung nur dann gezahlt, wenn Sie zu einer bestimmten Risiko-

gruppe (gemäß STIKO-Empfehlung) gehören. Wir übernehmen für Sie die Kosten für die Impfung auch dann, wenn Sie nicht zu dem besonders gefährdeten Personenkreis gehören – und das natürlich jährlich.

### **eXtra** Auslandsreise – Schutzimpfungen

Planen Sie für Ihren nächsten Urlaub eine Fernreise? Dann sollten Sie unbedingt auch an den Schutz vor möglichen Gesundheitsrisiken denken. Und auch hierbei ist die SKD BKK ein verlässlicher Partner, denn wir erstatten Ihnen die vollen Kosten für Schutzimpfungen und für Medikamente zur Malaria-Prophylaxe, wenn diese Kosten anlässlich einer privaten Urlaubsreise entstehen.

Welche Reiseimpfungen für Sie empfehlenswert sind, richtet sich immer nach dem jeweiligen Urlaubsland. Unter [www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de) können Sie für jedes Land die entsprechende Impfempfehlung nachlesen.

### **eXtra** Impfung gegen Meningokokken B

Meningokokken sind Bakterien, die die gefürchtete Hirnhautentzündung (Meningitis) oder eine Blutvergiftung auslösen können. Gegen Meningokokken der Serogruppe C wird in Deutschland standardmäßig geimpft. Wir übernehmen darüber hinaus auch die Kosten für die Meningokokken-B-Impfung bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres.

### **eXtra** Schutz vor Gebärmutterhalskrebs – HPV-Impfung

Die HPV-Impfung gehört für Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 17 Jahren zu den Standardimpfungen. Darüber hinaus übernimmt die SKD BKK die Kosten für diese Impfung auch bis zum Alter von 25 Jahren.



# Aktiv sein mit der SKD BKK

## **eXtra** Gesundheitskurse

Egal ob Aqua-Fitness, Ernährungskurs, Yoga oder ein klassischer Rückenkurs – Gesundheitskurse sind bestens dazu geeignet, Stress abzubauen und Krankheiten vorzubeugen. Wir übernehmen deshalb die Kosten für zwei zertifizierte Gesundheitskurse im Jahr zu 100 Prozent (maximal 125 Euro je Kurs). Voraussetzung ist, dass Sie regelmäßig, d.h. an mindestens 80 Prozent der Kursstunden teilnehmen. Damit wir einen Gesundheitskurs bezuschussen können, muss er bestimmte Qualitätsanforderungen erfüllen. Ob der von Ihnen gewählte Gesundheitskurs diese Anforderungen erfüllt, sagt Ihnen gerne Ihr Kursleiter. Und wenn Sie erst noch suchen müssen, welche qualitätsgesicherten Kurse in Ihrer Nähe stattfinden, dann können wir Ihnen helfen: Schauen Sie doch einfach unter [www.skd-bkk.de/gesundheitskurse](http://www.skd-bkk.de/gesundheitskurse) in unserer Datenbank nach. Oder fragen Sie uns direkt!

## **eXtra** Aktivurlaub – Aktivwoche / Well-Aktiv

Möchten Sie, anstatt zuhause einen Gesundheitskurs zu besuchen, lieber im Urlaub etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann buchen Sie doch einfach einen unserer Aktivurlaube. Sie zahlen lediglich die Kosten für die Unterbringung und Anreise. Und von uns erhalten Sie – je nach gewähltem Programm – ein entsprechendes Aktivpaket im Wert von rund 200 Euro kostenlos dazu. Bei den Aktivwochen (und bei vielen Well-Aktiv-Wochenenden) beinhaltet das Aktivpaket zwei kompakte Gesundheitskurse. Eine zusätzliche Beteiligung an den Kosten für einen Kurs zuhause ist dann ausgeschlossen. Wenn Sie sich für das Well-Aktiv-Wochenende entscheiden, dann können Sie aber auch Angebote mit nur einem Gesundheitskurs wählen. Das bedeutet, dass Sie am Urlaubsort mehr Zeit für individuelle Freizeitgestaltung haben. Und darüber hinaus können wir noch die Kosten für einen Gesundheitskurs am Wohnort übernehmen.

## **eXtra** Sportmedizinische Untersuchung

Sport ist gesund! ... Wenn Sie jedoch nach einer längeren Trainingspause wieder starten oder eine neue Sportart beginnen möchten, ist zuvor eine sportmedizinische Untersuchung sinnvoll. Dabei checkt der Arzt Sie körperlich durch, vor allem im Hinblick auf Herz, Kreislauf und Bewegungsapparat. Das Untersuchungsergebnis zeigt, wie fit und belastbar Sie sind, und der Arzt kann Ihnen dann darauf abgestimmte Trainingsempfehlungen geben.

Die Kosten für eine sportmedizinische Untersuchung übernehmen wir alle zwei Jahre in Höhe von maximal 250 Euro. Vorausgesetzt, ein Vertragsarzt mit der Zusatzbezeichnung „Sportmedizin“ führt die Untersuchung durch und bescheinigt die medizinische Notwendigkeit.

**eXtra**

Wir zahlen Ihnen bis zu 250 Euro im Jahr für Ihre Teilnahme an Gesundheitskursen.





## extra Unsere FitPlus-Bonusprogramme

Prämien für die ganze Familie.

Aktivität und Gesundheitsvorsorge zahlen sich für Sie doppelt aus – mit unseren FitPlus-Bonusprogrammen. Denn wenn Sie regelmäßig etwas für Ihre Gesundheit tun, dann bleiben Sie nicht nur fit, Sie erhalten außerdem von uns Geldprämien für Ihr gesundheitsbewusstes Verhalten. Und nicht nur Sie sondern auch Ihre Kinder können bei unseren FitPlus-Programmen mitmachen.

### FitPlus-Gesundheitsbonus

Beim **FitPlus-Gesundheitsbonus** erhalten Sie für **jede** gesetzliche Vorsorgemaßnahme oder Impfung bares Geld – ohne Wenn und Aber! Haben Sie sich zum Beispiel vom Hausarzt durchchecken lassen? Waren Sie bei der Darmkrebsvorsorge? Und ein Hautkrebs-Screening haben Sie auch mitgemacht? Prima! Das würde in diesem Beispiel dann eine Prämie von 30 Euro bedeuten. Denn pro Stempel im Bonusheft erhalten Sie von uns 10 Euro. Kinder können sich mit einem eigenen Bonusheft Prämien sichern – als Belohnung zum Beispiel für eine durchgestandene Impfung oder die Teilnahme an den Kindervorsorgeuntersuchungen. Auch hier gibt es 10 Euro pro Stempel im Bonusheft.

### FitPlus-Fitnessbonus

Beim **FitPlus-Fitnessbonus** geht es darum **zwei Aktivitäten** zu kombinieren, die zur Gesunderhaltung beitragen.

Zu den Aktivitäten, aus denen Sie wählen, können zählen:

- Gesundheitskurse (z.B. Rückenkurs, Yoga, Ernährungskurs, Nichtraucherkurs)
- aktive Mitgliedschaft in einem Sportverein
- regelmäßiger Besuch eines Fitnessstudios
- Sport- oder Wanderabzeichen

Für Kinder gibt es beim FitPlus-Fitnessbonus ebenfalls ein eigenes Bonusheft. Die Kinder können unter folgenden Aktivitäten wählen:

- aktive Mitgliedschaft in einem Sportverein
- Gesundheitskurs oder Ernährungsberatung
- Sportabzeichen
- Schwimmbadabzeichen

Können Sie zwei Aktivitäten nachweisen, gibt es von uns eine Prämie in Höhe von 50 Euro. Kinder erhalten eine Prämie von 25 Euro, wenn zwei Aktivitäten nachgewiesen werden.

### FitPlus-Babybonus

Alle Neugeborenen begrüßen wir bei uns mit einem einmaligen Babybonus. Alles was Sie dafür tun müssen, ist Ihr Kind ab Geburt bei der SKD BKK zu versichern und von Beginn an Sorge für die Gesundheit Ihres Babys zu tragen. Und das geht so:

- Nehmen Sie die drei Kinderuntersuchungen U1 bis U3 wahr.
- Nutzen Sie die fünf speziellen Früherkennungsuntersuchungen für Neugeborene (z. B. das Screening auf Mukoviszidose oder die Früherkennung von Hörstörungen bei Babys).

Für jede Untersuchung gibt es 10 Euro – das sind dann insgesamt 80 Euro, wenn Sie alle acht in Anspruch nehmen.

Mehr Informationen zu unseren FitPlus-Bonusprogrammen finden Sie unter [www.skd-bkk.de/fitplus](http://www.skd-bkk.de/fitplus)





# Schwangerschaft und Geburt

## extra BKK Kinderwunsch

Ein Kind! Das ist der Herzenswunsch vieler Paare. Doch fast ein Viertel der Paare zwischen 20 und 50 Jahren sind hierzulande ungewollt kinderlos. Was also tun, wenn es mit der Schwangerschaft auf natürlichem Wege nicht klappen will?

Mit einer künstlichen Befruchtung haben auch Paare, die ungewollt kinderlos sind, die Chance, eine Familie zu gründen. Die Krankenkassen beteiligen sich als Regelversorgung zu 50% an den Kosten für drei Versuche der künstlichen Befruchtung. Vorausgesetzt, dass das Paar verheiratet und beide mindestens 25 Jahre alt sind. Weibliche Versicherte müssen unter 40 und männliche Versicherte unter 50 Jahre alt sein.

Über den gesetzlichen Anspruch hinaus bietet die SKD BKK den Versorgungsvertrag „BKK Kinderwunsch“ an. Der Vertrag sieht weitere finanzielle Zuschüsse vor, unter anderem zu einem vierten Behandlungsversuch. Außerdem wird die Altersgrenze bei Frauen um zwei Jahre angehoben. Und auch an Versicherte mit einer anstehenden fruchtbarkeitsgefährdenden Krebstherapie wurde in dem Versorgungsvertrag gedacht: Sie erhalten einen Zuschuss, wenn sie vorsorglich ihre Ei- oder Spermazellen konservieren möchten.

## extra Hallo Baby/BabyCare

Für alle werdenden Mütter haben wir zwei spezielle Vorsorgeprogramme. Diese sollen dabei helfen, mögliche Risikofaktoren für eine Frühgeburt zu erkennen und zu vermeiden.

Mit dem HalloBaby-Programm erhalten Sie bei teilnehmenden Frauenärzten zusätzliche Leistungen: Direkt mit der Schwangerschaftsfeststellung wird ein Toxoplasmosesuchtest durchgeführt, in der Zeit von der 13. bis zur 20. Schwangerschaftswoche erfolgt ein Infektionsscreening und gegen Ende der Schwangerschaft wird ein Test auf Streptokokken-B Bakterien durchgeführt. Außerdem werden Sie umfassend und individuell über mögliche Risikofaktoren für eine Frühgeburt beraten.

Ziel von BabyCare ist es, Ihnen durch die fundierte Analyse Ihrer persönlichen Lebens- und Ernährungsgewohnheiten mögliche Schwangerschaftsrisiken aufzuzeigen. Mithilfe eines Fragebogens erstellt das BabyCare-Team Ihr persönliches Gesundheitsprofil mit konkreten und ganz individuellen Empfehlungen für Sie. Außerdem erhalten Sie ein Handbuch mit nützlichen Tipps und Antworten auf viele Spezialfragen, für die Ihr Frauenarzt eventuell wenig Zeit hat, oder zu deren Beantwortung er Sie an andere Stellen, Ämter oder Verbände verweist.

Übrigens: BabyCare gibt es auch als App. Damit können Sie den BabyCare-Fragebogen bequem per Smartphone beantworten, sich an wichtige Termine und Untersuchungen erinnern lassen, ein Schwangerschaftstagebuch führen sowie Checklisten und Tests (z. B. zu Ernährung, Energiebedarf, Stressbelastung u. v. m.) nutzen.

## Hebammenleistungen

Vor, während und nach der Geburt: Die Hebamme ist für viele werdende Mütter die wichtigste Ansprechpartnerin bei allen Fragen rund um die Schwangerschaft. Sie unterstützt bei allen auftretenden Problemen, ist bei der Geburt anwesend und kümmert sich auch um die Nachsorge für das Neugeborene nach der Klinikentlassung.

Die Kosten für die Hebammenleistungen tragen wir, ebenso wie die Kosten für den Geburtsvorbereitungskurs oder die Rückbildungsgymnastik.

## extra Kinderheldin – Hebammen-Beratung via Chat oder Telefon

In der Schwangerschaft, im Wochenbett und im Alltag mit einem kleinen Kind ergeben sich viele Fragen und Sorgen. Anstatt lange im Internet nach Antworten zu suchen, fragen Sie doch lieber die erfahrenen Hebammen von Kinderheldin.

Mit Kinderheldin erhalten Sie schnell und unkompliziert eine verlässliche Expertenmeinung, sei es zu Stimmungsschwankungen und Übelkeit in der Schwangerschaft, Problemen beim Stillen oder zu Babykolik oder Blähbauch. Das Angebot von Kinderheldin soll den persönlichen Kontakt zu einer Geburtshelferin oder zu den Ärzten keinesfalls ersetzen, sondern sinnvoll ergänzen.

Bei Kinderheldin beraten ausschließlich examinierte Hebammen mit langjähriger Berufserfahrung in der Vor- und Nachsorge. Sie sind bei Kinderheldin fest angestellt. So kann Kinderheldin die Erreichbarkeit und eine verbindliche Qualität garantieren.

Das Team ist jeden Tag (auch am Wochenende und an Feiertagen) von 7:00 – 22:00 Uhr für Sie da und beantwortet Ihre Fragen.

Dieser Service ist für Sie kostenlos – die Gebühren trägt Ihre SKD BKK für Sie!

## Ihr persönliches Familienbudget

Jede Schwangerschaft ist anders und jede werdende Mutter hat andere Ansprüche und Vorstellungen davon, wie eine optimale Vorsorge für das ungeborene Baby aussehen soll. Deshalb haben wir für Sie ein exklusives Familienbudget entwickelt. Das Konzept ist ganz einfach: Wir stellen Ihnen ein Budget in Höhe von 1.000 Euro zur Verfügung und Sie entscheiden ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen, welche der folgenden Maßnahmen Sie damit finanzieren möchten.

- Zusätzliche Vorsorgeleistungen in der Schwangerschaft (Toxoplasmosetest, Zytomegalie Test/CMV-Antikörpertest, Feststellung der Antikörper auf Ringelröteln und Windpocken, B-Streptokokken-Test)
- Kostenübernahme für Hebammenrufbereitschaft
- Geburtsvorbereitungskurs für Partner

Bitte beachten Sie: Der Zuschuss für die zusätzlichen Vorsorgeleistungen und für die Hebammenrufbereitschaft in der Schwangerschaft und für den Partnerkurs beträgt insgesamt maximal 1.000 Euro.





# Besondere Leistungen für Kinder

## Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche

Bei allen Krankheiten und Fehlentwicklungen gilt: Je früher sie erkannt werden, desto besser kann ihnen entgegengewirkt werden. Bei Kindern jedoch kommt der Prävention und der Früherkennung von Krankheiten eine ganz besondere Bedeutung zu, denn gerade in den ersten Lebensjahren werden die Weichen für das spätere gesundheitliche Wohlbefinden gestellt.

Damit Gefährdungen in den einzelnen Entwicklungsphasen bei Kindern rechtzeitig erkannt werden können, gibt es bundesweit ein System von Kinderuntersuchungen (U1-U9) und eine Untersuchung für Jugendliche (J1).

Im ersten Lebensjahr finden allein sechs dieser Untersuchungen statt, denn niemals mehr im Laufe seines Lebens wird die Entwicklung eines Menschen schneller voranschreiten. Die übrigen Kinderuntersuchungen setzen sich dann in etwas

größeren, aber regelmäßigen Abständen bis zum sechsten Lebensjahr hin fort. Für 13- bis 14-jährige gibt es schließlich die Jugendgesundheitsuntersuchung J1.

Bei jeder Früherkennungsuntersuchung findet eine eingehende körperliche Untersuchung des Kindes statt. Daneben wird seine altersgerechte Entwicklung überprüft. Je nach Alter bzw. Entwicklungsphase liegen die Schwerpunkte der Untersuchung auf unterschiedlichen Bereichen, zum Beispiel Beweglichkeit und Geschicklichkeit, Sprechen und Verstehen, soziales Verhalten usw.

### eXtra STARKE Kids

Die gesetzlichen Vorsorgeuntersuchungen U1 bis U9 und J1 sind sehr umfangreich. Dennoch gibt es Möglichkeiten und Bereiche, in denen sie sinnvoll ergänzt werden können. Deshalb bieten wir Ihnen unser exklusives Vorsorgeprogramm **STARKE Kids** an, mit dem Ihnen und Ihrem Kind viele zusätzliche Leistungen zur Verfügung stehen:

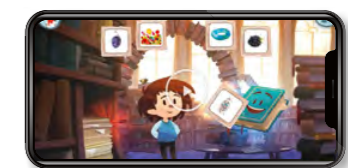
- **Baby-Check** (1. bis 5. Lebensmonat) mit einem ausführlichen Beratungsgespräch unter anderem zu den Themen plötzlicher Kindstod, Ernährung, Allergieprävention
- Zwei zusätzliche Augenuntersuchungen (5. bis 14. Lebensmonat und 20. bis 50. Lebensmonat)
- **BKK Kindergartencheck** (33. bis 42. Lebensmonat)
- **Kita-Fragebogen** zur U8 (46. bis 48. Lebensmonat) und U9 (60. bis 64. Lebensmonat) für einen Erfahrungsaustausch und eine bessere Kommunikation zwischen Erziehern, Arzt und Eltern
- **Grundschulcheck I** (Altersgruppe 7 bis 8 Jahre) und **Grundschulcheck II** (Altersgruppe 9 bis 10 Jahre)
- **BKK Jugendcheck** (Altersgruppe 16 bis 17 Jahre)
- **Depressionsscreening** (11 bis 17 Jahre)
- **Gesundheitscoaching** zu bestimmten Krankheitsbildern (Altersgruppe 1. Lebensmonat bis 17 Jahre)
- **Telemedizinisches Expertenkonsil PädExpert®** – wenn bei einem Kind eine seltene oder chronische Erkrankung diagnostiziert wird, vernetzt PädExpert® Fach-Kinderärzte mit dem Kinderarzt zuhause – via Telemedizin.
- **PädAssist®** (Analyse von Gesundheits-Tagebüchern der kleinen Patienten durch den Kinderarzt via Smartphone).
- **PädHome®** (Online-Sprechstunde mit dem Kinderarzt)

Die Teilnahme am STARKE-Kids-Programm ist für Sie kostenlos. Mehr Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter [www.skd-bkk.de/starkekids](http://www.skd-bkk.de/starkekids).

### eXtra neolexon-App bei Artikulationsstörungen

Artikulationsstörungen, wie Lispeln oder eine nicht altersgemäße Verwendung des Lautsystems, sind bei Kindern vergleichsweise häufig, lassen sich aber gut mit sprachtherapeutischer oder logopädischer Unterstützung behandeln. Für den Erfolg der logopädischen Therapie ist es allerdings entscheidend, dass möglichst häufig geübt wird. Mit der neolexon-App ist üben jederzeit und überall möglich – und was viel wichtiger ist: **Es macht richtig Spaß!**

Zunächst passt der Therapeut die App individuell auf die Artikulationsstörung des kleinen Patienten an. Dann kann in fünf verschiedenen Spielen trainiert werden: Es gibt Übungen zum Heraushören von Lauten und deren Position im Wort sowie Übungen, bei denen die Laute in Wörtern oder kleinen Quatschgeschichten selbst ausgesprochen werden müssen. Die SKD BKK übernimmt sechs Monate lang die Kosten für die neolexon-App.



### eXtra Online-Sehschule „Spielend besser sehen!“

Wenn ein Auge viel schlechter sieht als das andere und deshalb das Gehirn des Kindes zwei unterschiedliche Bilder erhält, dann führt das meist zu einer funktionalen Sehschwäche (Amblyopie). Das schwächere Auge ist dabei anatomisch völlig gesund, aber das Gehirn des Kindes blendet den Seheindruck des schwächeren Auges aus und verlässt sich nur auf die Sehkraft des stärkeren Auges. Um das schwächere Auge zu stärken, wird das stärkere Auge abgeklebt (Okklusionstherapie).

Als Ergänzung zu dieser Standardtherapie gibt es bei der SKD BKK eine innovative EXTRA-Leistung: die Online-Sehschulung „Spielend besser sehen!“. Drei Monate lang spielen die Kinder täglich 30 bis 45 Minuten mit einem individuell eingestellten, altersgerechten Computerprogramm. Während im Vordergrund die spannenden und abwechslungsreichen Spiele laufen, erscheint im Hintergrund ein spezielles Wellenmuster, durch das das Gehirn dazu angeregt wird, die Bilder des schwachen Auges wieder zu verarbeiten. Der Augenarzt begleitet die kleinen Patienten während der dreimonatigen Therapie sowohl online als auch durch zusätzliche Praxis-Termine.



# Was für Eltern wichtig ist

## Krankengeld bei Erkrankung eines Kindes (Kinderkrankengeld)

Familie und Beruf zu vereinbaren, ist oft nicht leicht. Und besonders schwierig ist es dann, wenn ein Kind plötzlich krank wird und zuhause betreut werden muss. Wenn Sie dann nicht zur Arbeit gehen können, erhalten Sie von uns **Kinderkrankengeld**. Vorausgesetzt, das gesetzlich versicherte Kind ist noch keine zwölf Jahre alt und es lebt keine andere Person in Ihrem Haushalt, die sich um das Kind kümmern kann.

Für jedes Kind können Sie pro Kalenderjahr für längstens 15 Arbeitstage (insgesamt für maximal 35 Arbeitstage) Kinderkrankengeld erhalten. Als Alleinerziehende haben Sie einen Gesamtanspruch von 30 Tagen pro Kind (insgesamt für maximal

70 Tage). Wenn Sie sich um ein schwerstkrankes Kind kümmern müssen, dann kann das Kinderkrankengeld unter Umständen auch zeitlich unbegrenzt von uns gezahlt werden.

## Kinder im Krankenhaus – Mitaufnahme einer Begleitperson

Wenn Ihr Kind ins Krankenhaus muss, dann übernehmen wir die Kosten – keine Frage! Aber gerade bei kleinen Kindern ist es wichtig, dass sie im Krankenhaus nicht alleine sein müssen. Eine vertraute Person – meist Mutter oder Vater – spendet Trost und erleichtert den Kleinen die Situation.

Wir übernehmen daher ganz unbürokratisch auch die Kosten für die Unterbringung und Verpflegung einer Begleitperson im Krankenhaus bei Kindern

unter zehn Jahren. Ist das Kind bereits zehn Jahre alt oder älter, ist eine medizinische Begründung des behandelnden Arztes oder Krankenhauses für die Mitaufnahme einer Begleitperson erforderlich.

**Übrigens:** Wenn Sie Ihr Kind ins Krankenhaus begleiten, haben Sie für die Dauer der Mitaufnahme Anspruch auf Kinderkrankengeld. Es ist keine Höchstanspruchsdauer vorgesehen. Diese Tage werden auch nicht auf die eigentlichen Kinderkrankengeldtage angerechnet.

## Haushaltshilfe

Einkaufen, Kochen, Versorgung der Kinder... – alles kein Problem, solange man gesund ist. Doch was ist, wenn plötzlich ein Krankenhaus- oder Kuraufenthalt notwendig ist oder wenn Sie sich aus anderen medizinischen Gründen nicht mehr wie bisher um diese Dinge kümmern können?

Dann sind wir für Sie da! Denn wenn Sie so krank sind, dass Sie vorübergehend nicht für Haushalt und Kinder sorgen können, dann unterstützen wir Sie im Rahmen der Haushaltshilfe.

### Anspruchsvoraussetzungen:

- Sie können entweder aufgrund eines stationären Aufenthalts (z. B. wegen einer Krankenhausbehandlung, einer stationären Kur oder einer Entbindung) oder wegen einer schweren akuten Erkrankung, die nicht stationär behandelt wird, den Haushalt nicht mehr weiterführen.
- Keine andere im Haushalt lebende Person – z. B. Ihr Partner – kann den Haushalt für Sie führen.
- In Ihrem Haushalt lebt mindestens ein Kind unter 12 Jahren oder ein behindertes Kind, das auf Hilfe angewiesen ist.

Bei der Haushaltshilfe gibt es verschiedene Möglichkeiten, wie wir Ihnen helfen können. So kommt neben der Vermittlung einer Fachkraft (z. B. von einer Sozialstation oder einem Wohlfahrtsverband) auch die Erstattung des Verdienstausfalles für den Ehegatten in Betracht, wenn dieser von der Arbeit zuhause bleibt, um den Haushalt zu führen. Auch Aufwendungen für Nachbarn, Bekannte oder sonstige Personen können von uns in angemessener Höhe übernommen werden.

**Wir beraten Sie gerne, wenn es darum geht, die für Sie optimale Lösung zu finden.**

**Übrigens:** Auch dann, wenn Sie keine Kinder haben, die zu versorgen sind, gibt es verschiedene Situationen, in denen Sie für sich selbst Anspruch auf Haushaltshilfe haben können. Ausführliche Informationen finden Sie unter [www.skd-bkk.de/haushaltshilfe](http://www.skd-bkk.de/haushaltshilfe).

## Mutter- oder Vater-Kind-Kuren

Mütter und Väter sind durch ihre Elternrolle ganz besonderen und oft nicht unerheblichen Belastungen ausgesetzt. Spätestens dann, wenn der Stress so groß wird, dass daraus Erschöpfungszustände oder Krankheiten resultieren, sollten Sie etwas unternehmen.

Die SKD BKK ist auch in dieser Situation für Sie da! Eine Mutter- oder Vater-Kind-Kur kann dann die richtige Maßnahme sein. Bei diesen speziellen Kuren stehen Sie als behandlungsbedürftige Person im Vordergrund. Die Therapie unterscheidet sich jedoch insofern von „normalen“ Kuren, als nicht nur Ihr jeweiliges Krankheitsbild behandelt wird. Vielmehr wird bei den Mutter- bzw. Vater-Kind-Kuren besonders auf die familienspezifischen Belastungen von Müttern und Vätern eingegangen: Sie lernen dabei Strategien, um künftig den Alltag in der Familie besser meistern zu können. Ob eine Mutter- bzw. Vater-Kind-Kur für Sie in Frage kommt, entscheidet Ihr Arzt.

## Kostenfreie Familienversicherung

Bei der SKD BKK können Sie Ihre Familienangehörigen kostenfrei mitversichern. Unter welchen Umständen die Familienversicherung möglich ist, ist gesetzlich geregelt.

**Grundsätzlich können kostenfrei mitversichert werden:** Ihr Ehegatte oder Lebenspartner nach dem Lebenspartnerschaftsgesetz und Ihre Kinder bis zu bestimmten Altersgrenzen.

**Übrigens:** Als Kinder gelten auch Adoptiv- und Pflegekinder. Auch eine Familienversicherung für Stiefkinder und Enkel ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich.

Für alle familienversicherten Angehörigen gilt eine **Einkommensgrenze**, die nicht überschritten werden darf: Im Kalenderjahr 2024 beträgt die Einkommensgrenze 505 Euro im Monat. Wenn ein Mini-Job ausgeübt wird, dann beträgt die Einkommensgrenze 538 Euro im Monat.

Für die Familienversicherung von Kindern gelten folgende Altersgrenzen:

- Grundsätzlich können Ihre Kinder bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres mitversichert werden.
- Für nicht erwerbstätige Kinder kann die Familienversicherung bis zur Vollendung des 23. Lebensjahres verlängert werden.
- Kinder in Schul- und Berufsausbildung können sogar bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres den kostenfreien Versicherungsschutz genießen. Gleiches gilt, wenn Ihr Kind ein freiwilliges soziales oder ökologisches Jahr leistet.
- Für behinderte Kinder, die sich nicht selbst unterhalten können, gibt es keine Altersgrenze.

# Kassenwechsel

## Wechsel zur SKD BKK

Hat unser Angebot Sie neugierig gemacht? Wünschen Sie weitere Informationen? Dann rufen Sie uns an, schicken Sie uns eine E-Mail, kontaktieren Sie uns über Facebook und Twitter oder besuchen Sie uns doch einfach persönlich in einer unserer Geschäftsstellen. Gerne stellen wir Ihnen unser Service- und Leistungsangebot vor – persönlich und individuell.

Und wenn Sie von unserem Angebot überzeugt sind, dann sind wir Ihnen gerne auch beim Kassenwechsel behilflich. Wir freuen uns auf Sie!

## Empfehlen Sie uns weiter

Sie sind bereits Mitglied bei uns und möchten uns an Freunde, Verwandte oder Bekannte empfehlen? Dann machen Sie doch mit bei unserer Aktion **Mitglieder werben Mitglieder**. Für jedes von Ihnen geworbene Mitglied erhalten Sie von uns eine Prämie von 25 Euro. Mehr dazu finden Sie unter [www.skd-bkk.de/mwm](http://www.skd-bkk.de/mwm).



Bei uns sind Sie  
in guten Händen.



# Wir sind für Sie da

## Persönliche Beratung

Wir helfen Ihnen bei allen Anliegen rund um Ihre Gesundheit. Schnell, unkompliziert und von Mensch zu Mensch. Unsere Mitarbeiter nehmen sich Zeit für Sie und beraten Sie ausführlich und verständlich – egal ob persönlich in unseren Geschäftsräumen, via Telefon und E-Mail oder bei Ihnen zuhause.

## Erstklassiger Service

Ihre Anfrage beantworten wir innerhalb von drei Arbeitstagen, Ihre E-Mail innerhalb von 24 Stunden.

## SKD BKK digital – entdecken Sie unsere Online-Services!

Erledigen Sie jederzeit, schnell und bequem Ihre Anliegen von zuhause aus oder unterwegs – mit der SKD BKK App oder in unserer Online-Geschäftsstelle.

Zur Online-Geschäftsstelle gelangen Sie unter [www.skd-bkk.de/online-geschaeftsstelle](http://www.skd-bkk.de/online-geschaeftsstelle). Die SKD BKK App können Sie im Google Play Store oder im Apple Store kostenlos herunterladen.



Google Play



App Store



SKD BKK –  
auch stark im Web:  
[www.skd-bkk.de](http://www.skd-bkk.de)  
[facebook.com/skdbkk](https://facebook.com/skdbkk)  
[instagram.com/skdbkk](https://instagram.com/skdbkk)



# Die SKD BKK in Ihrer Nähe

## So können Sie uns erreichen

### SKD BKK Hauptverwaltung

Schultesstr. 19 A  
97421 Schweinfurt  
Telefon: 09721 9449-0  
Telefax: 09721 9449-333

### Geschäftsstelle Arnstein

Marktstr. 14  
97450 Arnstein  
Telefon: 09363 997707-0  
Telefax: 09363 997707-77

### Geschäftsstelle Coburg

Heiligkreuzstr. 19-21  
96450 Coburg  
Telefon: 09561 4013-400  
Telefax: 09561 4013-444

### Geschäftsstelle Karlstadt

Marktplatz 5  
97753 Karlstadt  
Telefon: 09353 98403-20  
Telefax: 09353 98403-10

### Geschäftsstelle Lüchow

Seerauer Str. 27  
29439 Lüchow  
Telefon: 05841 1215-233  
Telefax: 09721 9449-233

E-Mail: [gesund@skd-bkk.de](mailto:gesund@skd-bkk.de)



## Impressum

### Herausgeber

SKD BKK  
Schultesstr. 19 A, 97421 Schweinfurt  
09721 9449-0, gesund@skd-bkk.de  
www.skd-bkk.de

### Redaktion

Nicole Mauder, SKD BKK

### Erstellung Druckdaten

ORT Medienverbund GmbH  
Betriebsstätte Berlin  
Landsberger Allee 394, 12681 Berlin  
030 473727-44, berlin@ort-online.net  
www.ort-online.net

### Bildnachweise

S. 1, 2-3 oben: Jessica Rockowitz/Unsplash; S. 2 Porträt: SKD BKK; S. 4-5: Hal Gatewood/Unsplash; S. 6: pch.vector/FreePik; S. 7: Marek Studzinski/Unsplash; S. 8: Lesly Juarez/Unsplash; S. 9. Illustration: FreePik, Foto: Jonathan Burba/Unsplash; S. 10: Karolina Grabowska/Pexels; S. 11: S Migaj/Unsplash; S. 12: Siora Photography/Unsplash; S. 12-13 unten: studiogstock/FreePik; S. 13: macrovector/FreePik; S. 14: Sarah Cervantes/Unsplash; S. 16-17: Anete Lūsiņa/Unsplash; S. 16-17 Illustration: macrovector/FreePik; S. 17: Sam Moqadam/Unsplash; S. 19: Anupam Mahapatra/Unsplash; S. 20: NeONBRAND/Unsplash; S. 21: Kaylee Garrett/Unsplash; S. 22: Ignacio Campo/Unsplash; S. 23 Illustration: FreePik; S. 24: Ben White/Unsplash; S. 25 smartphone: rawpixel.com/FreePik, screenshot: www.neolexon.de; S. 26: Janko Ferlic/Unsplash; S. 28: Olivia Bauso/Unsplash; S. 29: Ave Calvar/Unsplash; S. 30–31: FreePik; Seite 32, Icon instagram: rawpixel.com/FreePik

### Papier & Druck

Beim Papier dieser Broschüre handelt es sich um FSC sowie Blauer Engel zertifiziertes Recyclingpapier. Zudem wurde der Druck klimaneutral durchgeführt von:  
BLUEPRINT AG  
Lindberghstr. 17, 80939 München  
089 450 80 69 29, hello@blueprint.de  
www.blueprint.de

### Rechtlicher Hinweis

Bitte beachten Sie, dass die Darstellung der Leistungen und des Leistungsumfangs in dieser Informationsbroschüre nur verkürzt und auszugsweise erfolgen kann. Bei der Recherche und Darstellung wurde mit größter Sorgfalt vorgegangen, für die Geltendmachung von Leistungsansprüchen sind jedoch allein die aktuellen Regelungen des Sozialgesetzbuchs und die Satzung der SKD BKK maßgeblich.

### Stand

01.01.2024