

# Gesundheit erhalten

Früherkennungsuntersuchungen und  
Vorsorgeleistungen in Anspruch nehmen

Mit Migranten für Migranten

Interkulturelle Gesundheitslotsen in Hessen



Ein Leitfaden für Zuwanderinnen  
und Zuwanderer in Hessen

Erhältlich in 15 Sprachen



# Impressum

Gesundheit erhalten – Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen in Anspruch nehmen. Ein Leitfaden für Zuwanderinnen und Zuwanderer in Hessen.

Herausgeber:

Hessisches Sozialministerium

Abteilung IV – Arbeit, Soziales, Integration

Dostojewskistraße 4, 65187 Wiesbaden

Internet: [www.sozialministerium.hessen.de](http://www.sozialministerium.hessen.de)

E-Mail: [Wiebke.Schindel@hsm.hessen.de](mailto:Wiebke.Schindel@hsm.hessen.de)

BKK Landesverband Hessen

Referat Prävention / Leistungen

Stresemannallee 20, 60596 Frankfurt am Main

Internet: [www.bkk-hessen.de](http://www.bkk-hessen.de)

E-Mail: [Michael.Pufahl@bkk-hessen.de](mailto:Michael.Pufahl@bkk-hessen.de)

Konzeption, Inhalt und Erstellung:

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. (EMZ)

Königstraße 6, 30175 Hannover

E-Mail: [ethno@onlinehome.de](mailto:ethno@onlinehome.de) | Internet: [www.ethno-medizinisches-zentrum.de](http://www.ethno-medizinisches-zentrum.de)

Redaktion: Dr. Matthias Wienold, Ramazan Salman, Eva Schwarz, Martin Müller

Übersetzung: Dolmetscherdienst – Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Gestaltung & Satz: eindruck (Gestaltung und Werbung), Hannover

Wenn in diesem Wegweiser Personengruppen benannt sind, wird im Folgenden die männliche Schreibweise verwendet. Es sind aber weibliche und männliche Personen gleichermaßen gemeint. Dies geschieht aus Gründen des besseren Leseflusses und ist nicht als diskriminierend zu verstehen.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf deshalb der vorherigen schriftlichen Genehmigung der Herausgeber. Dieser Wegweiser ist in folgenden Sprachen erhältlich: Albanisch, Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Kurdisch (Kurmanji), Persisch (Farsi), Polnisch, Russisch, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch, Vietnamesisch.

Stand: Mai 2008

# Grußwort

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Ziel dieses Leitfadens ist es, Sie darüber zu informieren, welche Möglichkeiten Ihnen das deutsche Gesundheitssystem bietet und wie Sie mit ein wenig Eigeninitiative selbst einiges für Ihre Gesundheit tun können. Dabei liegt es uns besonders am Herzen, dass Sie die vielfältigen Angebote an Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen nicht nur kennen lernen, sondern auch tatsächlich nutzen.

Einige Maßnahmen zur Erhaltung Ihrer Gesundheit sollten in regelmäßigen Abständen wiederholt werden. Deshalb unser Tipp: Notieren Sie sich zu Beginn eines jeden Jahres die fälligen „Gesundheits-Untersuchungen“ gleich in Ihrem Terminkalender. Sie werden sehen: Bereits dieser erste Schritt verleiht Ihnen ein gutes, sicheres Gefühl und steigert Ihre Lebensqualität.

Mit dem Modellprojekt „Mit Migranten für Migranten – Interkulturelle Gesundheitslotsen in Hessen“ wird seit 2006 eine mehrsprachige und kultursensible Gesundheitsförderung und Prävention in Hessen verwirklicht. Gemeinsam mit unseren zahlreichen Partnern nehmen wir die Verpflichtung sehr ernst, allen in Hessen lebenden Menschen eine gleichberechtigte Teilhabe auch am Gesundheitssektor zu ermöglichen. Wir hoffen, dass diese Broschüre einen nachhaltigen Beitrag dazu leistet, dass Zuwanderer und ihre Kinder gesund und glücklich leben und aufwachsen können.

Ihre



Silke Lautenschläger  
Hessische Sozialministerin

Ihr



Jürgen Thiesen  
Vorstandsvorsitzender  
BKK Landesverband Hessen



# Inhalt

1. Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung	4
Krebsfrüherkennung	5
Gesundheits-Check-up	6
Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen während und nach der Schwangerschaft	6
Kinderuntersuchungen	8
Untersuchungen für Jugendliche	13
Impfungen	14
Zahnärztliche Untersuchungen	16
Leistungen zur Förderung einer gesunden Lebensweise	17
2. Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen bei Personen ohne gesetzlichen Krankenversicherungsschutz	18
Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz	18
Leistungen nach dem SGB XII (Sozialhilfe)	19
3. Glossar	20
4. Adressen	26

# 1. Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung

Als Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse haben Sie Anspruch auf *Früherkennungsuntersuchungen* (alle kursiv geschriebenen Begriffe werden im Glossar erklärt) und *Vorsorgeleistungen*. Je nach Alter und Geschlecht stehen Ihnen verschiedene Untersuchungen kostenlos zu.



Zu allen Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen muss die *Versicherungskarte* mitgebracht werden. Eine *Praxisgebühr* fällt nicht an.

## Wichtiger Hinweis:

Die gesetzliche Krankenversicherung bietet über die Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgemaßnahmen hinaus ein sehr umfassendes Leistungsangebot. Zu einigen dieser Leistungen müssen Versicherte allerdings Zuzahlungen und Eigenbeteiligungen aufbringen. Die Höhe dieser Zuzahlungen errechnet sich aus einer individuellen Belastungsgrenze. Für nach dem 1. April 1987 geborene chronisch kranke Frauen und nach dem 1. April 1962 geborene chronisch kranke Männer verringert sich die persönliche Belastungsgrenze, wenn sie sich von ihrem Arzt über die jeweiligen Möglichkeiten der Früherkennungsuntersuchungen haben aufklären lassen. Als Nachweis über dieses durchgeführte Beratungsgespräch soll demnächst ein „Präventionspass“ eingeführt werden. Denn nur wenn Sie Ihrer Krankenkasse nachweisen können, dass ein solches Beratungsgespräch tatsächlich stattgefunden hat, können Sie Geld sparen. Nähere Informationen zu diesem Thema erhalten Sie von Ihrem Arzt oder Ihrer Krankenkasse.

## Krebsfrüherkennung

### Frauen können ab einem Alter von

- 20 Jahren eine jährliche *Krebsfrüherkennung*,
- 30 Jahren eine jährliche Brustuntersuchung,
- 35 Jahren eine Hautuntersuchung im Zwei-Jahresrhythmus,
- 50 Jahren eine jährliche Darmkrebs-Früherkennungsuntersuchung und
- 55 Jahren eine *Darmspiegelung* (zwei Untersuchungen im Abstand von 10 Jahren)

in Anspruch nehmen.

Zusätzlich werden in Hessen alle Frauen zwischen 50 und 69 Jahren, in regelmäßigen Abständen von zwei Jahren, persönlich und schriftlich zu einem *Mammographie-Screening* eingeladen. Die Untersuchung findet in sogenannten *Screening-Einheiten* statt.

### Männer können ab einem Alter von

- 35 Jahren eine Hautuntersuchung im Zwei-Jahresrhythmus,
- 45 Jahren eine jährliche Prostata- und Genitaluntersuchung,
- 50 Jahren eine jährliche Darmkrebs-Früherkennungsuntersuchung und
- 55 Jahren eine *Darmspiegelung* (zwei Untersuchungen im Abstand von 10 Jahren)

in Anspruch nehmen.



## Gesundheits-Check-up

Frauen und Männer ab 35 Jahren haben alle zwei Jahre Anspruch auf eine Gesundheitsuntersuchung, die vor allem der Früherkennung häufig auftretender Krankheiten, wie *Herz-Kreislauf-Erkrankungen*, Nierenerkrankungen und *Diabetes mellitus* (Zuckerkrankheit), dienen soll.



Während des Gesundheits-Check-ups klärt der Arzt in einem ausführlichen Gespräch, welche individuellen Gesundheitsrisiken durch eventuelle Vorerkrankungen und persönliche Lebensgewohnheiten für den Patienten bestehen. Blutdruck und Puls werden gemessen, Herz und Lunge abgehört sowie Urin- und Blutproben entnommen.

## Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen während und nach der Schwangerschaft

Während der Schwangerschaft gibt es Früherkennungsuntersuchungen für die werdende Mutter und das ungeborene Kind.

Dazu gehören unter anderem:

- Untersuchung auf *Schwangerschaftsdiabetes* bei der Frau (Urintest)
- Untersuchung auf *Gestose* (regelmäßige Kontrolle des Blutdrucks, Urintest und Untersuchung des Gewebes auf *Ödeme*)
- Ultraschall-Untersuchung (Feststellung der kindlichen Körpermaße, des voraussichtlichen Geburtstermins und der Entwicklung des Kindes im Mutterleib)
- Cardiotokografische Untersuchung (CTG) (Aufzeichnung der Wehentätigkeit und der Herztöne des Kindes)

Neben den angebotenen Früherkennungsuntersuchungen ist die Vorsorge während der Schwangerschaft sehr wichtig. Zu den ärztlichen Vorsorgeleistungen gehört unter anderem die Untersuchung der Schwangeren auf *Röteln* (Blutuntersuchung) sowie die Beratung und Aufklärung zu bestimmten Gesundheitsrisiken, die sich während der Schwangerschaft und nach der Entbindung für die Frau und das Kind ergeben können. Auch Hebammen bieten in diesem Zeitraum Beratung und Aufklärung an.

Jede werdende Mutter hat einen Anspruch auf Betreuung durch den Frauenarzt und/oder die Hebamme während der Schwangerschaft, bei der Entbindung und einige Wochen nach der Geburt. Bei einem regulären Schwangerschaftsverlauf ohne gesundheitliche Beschwerden genügt eine ärztliche Untersuchung alle vier Wochen. Ab der 32. Schwangerschaftswoche ist alle zwei Wochen eine Untersuchung vorgesehen, bei einer Überschreitung des Geburtstermins sogar alle zwei Tage. Außerdem sollte die Schwangere im 4. und im 8. Schwangerschaftsmonat den Zahnarzt aufsuchen.



## Wichtig:

Im Rahmen der Schwangerschaftsuntersuchungen erhält die Frau den sogenannten Mutterpass. Hier werden alle wichtigen Untersuchungsergebnisse und der Schwangerschaftsverlauf dokumentiert. Diesen Pass sollte die Schwangere immer bei sich tragen und zu den Untersuchungen mitbringen.

## Kinderuntersuchungen

Besonders wichtig für die gesundheitliche Entwicklung eines Menschen sind die ersten Lebensjahre. Ähnlich wie bei den Erwachsenen gibt es auch für Kinder und Jugendliche Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen.

### Hörscreening bei Neugeborenen

In Hessen können Neugeborene vom ersten Lebenstag an auf angeborene Hörstörungen untersucht werden. Für eine normale Sprachentwicklung im Kindesalter, für die emotionale und soziale Reifung des Kindes sowie die spätere schulische und berufliche Entwicklung ist die Fähigkeit, gut hören zu können, sehr wichtig. Bei einem Hörtest für Neugeborene erhält das Baby mit einem speziellen Messgerät eine kurze, schmerzlose und objektive Untersuchung seiner Hörfähigkeit. Hörbeeinträchtigungen, die relativ häufig bei Neugeborenen auftreten, können so rechtzeitig erkannt und behandelt werden. Solche Hörtests werden mittlerweile im Rahmen eines Neugeborenen-Hörscreenings an nahezu allen hessischen Geburtskliniken und Neugeborenenkliniken angeboten. Die Teilnahme ist freiwillig und erfolgt nur nach schriftlicher Einverständniserklärung der Eltern. Ergibt der Hörtest einen *auffälligen Befund*, so sind eine oder mehrere weitere Untersuchungen notwendig. Diese finden

in derselben Klinik als Kontrolltest statt. Wenn das nicht möglich ist oder das Ergebnis auffällig bleibt, können die Kontrolltests in den Universitätskliniken in Frankfurt oder Marburg (Adresse siehe Adressverzeichnis) durchgeführt werden.

Kommt das Baby zu Hause oder in einem Geburtshaus zur Welt, kann es einen Hörtest direkt in einer der beiden erwähnten Kliniken im Rahmen einer Screening-Sprechstunde erhalten. Dafür sollte bald nach der Geburt ein Untersuchungstermin vereinbart werden. Zu einem Termin in einer Universitätsklinik muss immer ein Überweisungsschein vom Kinder- oder *Hausarzt* mitgebracht werden.

### Wichtig:

Bei auffälligem Befund des Hörtests in der Geburtseinrichtung sollte ein Kontrolltermin in einer der beiden Universitätskliniken so bald wie möglich vereinbart werden.

## U-Untersuchungen

## Zeitpunkt

## Ort

U1	Direkt nach der Geburt	Krankenhaus oder zu Hause durch die Hebamme
U2	Zwischen dem 3. und 10. Lebenstag	Krankenhaus oder beim Kinderarzt
U3–U9	7 Untersuchungen bis zur Vollendung des 6. Lebensjahres (60.–64. Lebensmonat)	Beim Kinderarzt oder beim Hausarzt

## U-Untersuchungen

Die »U-Untersuchungen« dienen dazu, die körperliche und geistige Entwicklung von Neugeborenen und Kindern zu beobachten und mögliche Fehlentwicklungen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Wann die U3- bis U9-Untersuchungen stattfinden, sollten Eltern mit dem Kinderarzt besprechen. Es ist wichtig, dass **jede** Früherkennungsuntersuchung zu einem ganz bestimmten Entwicklungszeitpunkt des Kindes vorgenommen wird. Nur so können eventuelle Störungen oder Krankheiten frühzeitig erkannt und behandelt werden.

**KINDER-UNTERSUCHUNGSHEFT**  
BUNDESGEZUNDHEITSRAT  
ALLE UND KRANKENKASSEN

Name: \_\_\_\_\_  
Vorname: \_\_\_\_\_  
Geburtsdatum: \_\_\_\_\_  
Straße: \_\_\_\_\_  
Wohnort: \_\_\_\_\_

Bringen Sie Ihr Kind zur Untersuchung

	exam.	Stp.
U2 3.-10. Lebenstag	exam.	Stp.
U3 4.-6. Lebenswoche	exam.	Stp.
U4 5.-6. Lebensmonat	exam.	Stp.
U5 6.-7. Lebensmonat	exam.	Stp.
U6 10.-12. Lebensmonat	exam.	Stp.
U7 21.-24. Lebensmonat	exam.	Stp.
U8 33.-48. Lebensmonat	exam.	Stp.
U9 60.-64. Lebensmonat	exam.	Stp.

Diese Untersuchungsformulare sollten Sie im Gesundheitskreis, Kindertagesstätte oder bei den Gesundheitsämtern abholen.  
Wichtige Hinweise auf der folgenden Seite!  
Januar 2004

## Wichtig:

Zu den Kinderuntersuchungen müssen die Versichertenkarte und das *U-Heft* mitgebracht werden, in dem der Arzt die Untersuchungsergebnisse festhält. Weil Kinder im Rahmen der U-Untersuchungen auch die nötigen Schutzimpfungen erhalten können, sollte auch der *Impfpass* mitgebracht werden. Bei diesen Untersuchungen muss keine Praxisgebühr gezahlt werden.

### **Das Kindergesundheitsschutzgesetz**

Mit diesem Gesetz werden die Eltern verpflichtet, die Vorsorgeuntersuchungen bei ihrem Kind zur rechten Zeit durchführen zu lassen. Sie können weiterhin den Arzt frei wählen.

Es wird lediglich nach der Untersuchung ein Formular an das Hessische Vorsorgezentrum an der Universitätsklinik in Frankfurt gesandt, in dem bestätigt wird, dass bei dem Kind die jeweilige Untersuchung (U4–U9) erfolgt ist. Informationen über den Gesundheitszustand Ihres Kindes werden nicht übermittelt.

Das Kindervorsorgezentrum stellt fest, für welches Kind keine Teilnahmebestätigung vorliegt. Dann erinnert es die Eltern an die Untersuchung.

Wenn nach nochmaliger Erinnerung das Kind noch immer nicht zur Untersuchung gebracht wurde, wird das zuständige Jugendamt informiert, das den Eltern dann aufsuchende Hilfe anbietet und sich vergewissert, dass es dem betroffenen Kind gut geht.

Die Kosten für die Untersuchungen werden von den Krankenversicherungen getragen, wenn sie während der vorgesehenen Zeiträume durchgeführt werden; die Kinder haben einen Anspruch auf diese Untersuchungen. Die Zeiträume finden Sie auch auf der Titelseite des gelben Untersuchungshefts, das bei der Geburt von Kindern zur Verfügung gestellt wird.



## Schuleingangsuntersuchung Hessen

Die Schuleingangsuntersuchung ist eine medizinische Untersuchung für alle Kinder, die kurz vor der Einschulung stehen. Noch vor Schulbeginn wird den Eltern schriftlich ein Termin genannt, um ihr Kind durch einen Schularzt untersuchen zu lassen. Die Untersuchung ist in Hessen gesetzlich vorgeschrieben und soll dazu beitragen, dass Kinder schon ab der ersten Schulklasse nach ihren eigenen Bedürfnissen betreut und gefördert werden.

### Allgemeines zur schulärztlichen Untersuchung

Die Aufgabe der ärztlichen Schuleingangsuntersuchung ist das Erkennen von Störungen in der Entwicklung des Kindes sowie von anhaltenden Erkrankungen oder Behinderungen von Kindern im Vorschulalter. Ziel ist es, diese Störungen und Erkrankungen frühzeitig zu erkennen und rechtzeitig behandeln zu können. Mit der schulärztlichen Erst-Untersuchung (sog. „Screening-Untersuchung“) soll geklärt werden, ob weitere medizinische, soziale oder erzieherische Untersuchungen und Hilfen notwendig sind.

Dies kann der Fall sein, wenn

- körperliche, geistige oder seelische Störungen in der Gesundheit oder auch
- soziale Auffälligkeiten festgestellt werden und/oder
- Störungen beim Lernen in der Schule drohen.

Der Schularzt hat die Aufgabe der Beratung – einerseits gegenüber den Erziehungsberechtigten und andererseits gegenüber der Schule.

### Wie werden die Kinder untersucht?

Beim Körper-Check werden die Kinder körperlich untersucht, während bei den Sinnes-Tests eine Untersuchung der Sinnesorgane stattfindet. Entwicklungs-Tests werden zur Untersuchung der Entwicklung des Kindes durchgeführt.

### **Spezielle Aufgaben der Eltern**

Im Rahmen der Schuleingangsuntersuchung spielen die Eltern eine zentrale Rolle bei der medizinischen und sozialen Beratung. Als Verantwortliche für die Erziehung und die Gesundheit des Kindes können sie mit dem zuständigen Kinder- und Jugendarzt über weitere ärztliche Maßnahmen sprechen. Die Eltern können bei seelischen Erkrankungen und sozialen Auffälligkeiten ihrer Kinder geeignete Hilfen über Fachbehörden bzw. entsprechende Einrichtungen in Anspruch nehmen.

Schulärzte leisten eine vorbeugende Gesundheitsberatung, indem sie die Eltern zu den Themen Vorbeugung, Infektionsschutz und Gesundheitsschutz aufklären. Ständige Themen sind: Impfschutz, Bewegungs-/ Sportförderung, Ernährung, Auswirkungen von übermäßigem Medienkonsum (TV, PC-Spiele usw.), Angebote zur Beratung über die Heilung von Sprachschwierigkeiten, Erziehungsberatung usw.

### **Der Schularzt kann weitere Maßnahmen für wichtig halten und folgende Empfehlungen aussprechen:**

- Kontaktaufnahme zum Kinder- und Jugendarzt oder Hausarzt zur Abklärung von medizinischen Ergebnissen, z. B. zur Vollendung des Impfschutzes,
- Kontaktaufnahme zum Sozialen Dienst des Jugendamtes oder zu anderen sozialen Diensten,
- Vorstellung in einer Beratungsstelle über Erziehung,
- Besprechung mit der Kindertagesstätte zur Klärung von Auffälligkeiten,
- Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe, zur Behindertenberatung,
- Beantragung einer Eingliederungshilfe („Schulhilfe bei Körperbehinderungen“, „Integrationshelfer“),
- Transportregelung für den Schulweg,
- Aufnahme in eine Bewegungsspiel- oder Sportgruppe,
- Beratung durch eine Ernährungsfachkraft, Besuch eines Ernährungskurses,
- Besuch eines zusätzlichen Deutsch-Sprachkurses für das Kind,
- Besuch eines Kurses „Mama lernt Deutsch“ für die Mutter,
- Hortaufnahme oder sonstige nachmittägliche Betreuung zur Unterstützung der schulischen Entwicklung u. a.

## Untersuchungen für Jugendliche

Mit Beginn der Pubertät treten zahlreiche körperliche Veränderungen ein. Die »J-Untersuchung« findet einmalig bei Jugendlichen zwischen dem 13. und dem 14. Lebensjahr statt.

Hierbei sollen Erkrankungen, die die körperliche, geistige und soziale Entwicklung der Jugendlichen gefährden könnten, frühzeitig erkannt und behandelt werden. Außerdem sollen gesundheitsgefährdende Verhaltensweisen wie z. B. Rauchen durch entsprechende Maßnahmen verändert werden. Eltern sollten dafür Sorge tragen, dass diese Untersuchung beim Hausarzt oder Kinderarzt durchgeführt wird. Viele Kinderärzte bieten eine spezielle Jugendsprechstunde an.





Der genaue Impfplan – wann das Kind welche Impfung bekommen sollte – wird am besten bei der U3 (4. bis 6. Lebenswoche) mit dem Kinderarzt abgesprochen. Die Kosten der hier aufgeführten Impfungen übernehmen in der Regel die Krankenkassen. Eine Praxisgebühr fällt nicht an.

## Impfungen

### Für Säuglinge, Kinder und Jugendliche

Impfungen stellen einen Schutz vor zahlreichen Krankheiten dar, die die körperliche Entwicklung von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen negativ beeinflussen können. Indem sie eine *Infektion* auf schonende Weise nachahmen, schützen die gängigen Impfungen vor folgenden Krankheiten:

- Diphtherie
- Pertussis (Keuchhusten)
- Poliomyelitis (Kinderlähmung)
- Hirnhaut- und Kehlkopfentzündungen
- *Influenza* (Virusgrippe)
- Tetanus (Wundstarrkrampf)
- Gebärmutterhalskrebs
- Pneumokokkeninfektion
- Masern
- Mumps
- Röteln
- Hepatitis B (Gelbsucht)
- Varizellen (Windpocken)

Impfstoff/ Antigen- komponente	Alter in vollendeten Monaten							Alter in Jahren		
	Geburt	2	3	4	11-14	15-23 <sup>1)</sup>	5-17 <sup>2)</sup>	ab 18	ab 60	
DTaP		1	2	3	4					
DTaP2 <sup>3)</sup>							1	2		
IPV		1	2	3	4					
IPV									1	
MMZ									1	
Influenza									1	
Polio									1	
HPV									1	

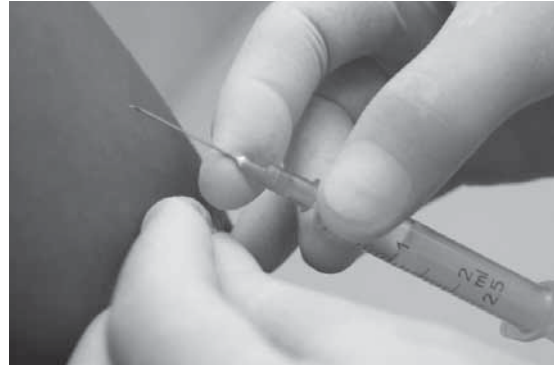
1) Einmalig, 2) zweifach, 3) zweifach (zwei Dosisabstände von mind. 4 Wochen).  
 4) Bei einer Impfung mit einem Pertussiskomponente (aP) enthalten, werden nach dem KiDTaP  
 5) Vor der Impfung sollte diese nach der Geburt durchgeführt, so bald wie möglich  
 6, 7, 8 Monate

## Wichtig:

Leidet ein Kind an einer Infektion, kann es nicht geimpft werden. Die Impfung muss auf einen späteren Termin verschoben werden.

## Für Erwachsene

Auch im Erwachsenenalter sind Impfungen wichtig und können vor bestimmten Erkrankungen schützen. Deshalb sollten Schutzimpfungen gegen Diphtherie, Tetanus, Polio und Hepatitis B aufgefrischt oder bei fehlender Grundimpfung nachgeholt werden. Auch die Impfung gegen Influenza sollte regelmäßig durchgeführt werden. Außerdem gibt es Impfempfehlungen für Personen, die aufgrund ihres Alters oder bestehender Krankheiten besonders gefährdet sind. Dazu gehören unter anderem auch die Gripeschutzimpfung oder die Impfung gegen *Pneumokokken* (Lungenentzündung) für Personen ab 60 Jahren. Der Hausarzt, die Krankenkassen sowie die *Gesundheitsämter* informieren über Impfungen und deren Notwendigkeit. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten für alle Impfungen, die von der „Ständigen Impfkommission“



(STIKO) beim Robert-Koch-Institut in Berlin empfohlen werden. Die Satzung der Krankenkassen kann darüber hinaus die Kostenübernahme zu weiteren Impfungen (z. B. Reiseimpfungen) vorsehen.

## Wichtig:

Alle Impfungen werden in den Impfpass eingetragen, der zu den Impfterminen mitgebracht werden sollte. Wenn Sie noch keinen Impfpass besitzen, fragen Sie Ihren Hausarzt.



## Zahnärztliche Untersuchungen

Sowohl für Erwachsene als auch für Kinder und Jugendliche übernimmt die gesetzliche Krankenversicherung die Kosten für die im folgenden Text aufgeführten zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen. Für diese fällt keine Praxisgebühr an.

### Erwachsene:

- zwei zahnärztliche Untersuchungen pro Jahr: Untersuchung auf Karies, Zahnfleisch- und Tumorerkrankungen im Mundraum, ggf. Röntgenaufnahmen
- eine Zahnsteinentfernung pro Jahr

### Kinder (3. bis 6. Lebensjahr):

- drei Früherkennungsuntersuchungen auf Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten, inklusive Beratung zur Ernährung, Mundhygiene und *Fluoridierung* (FU1 bis FU3)

### Kinder und Jugendliche

#### (6. bis 18. Lebensjahr):

- Bei zwei Zahnarztbesuchen jährlich wird nach einem bestimmten Zeitplan die Mundhygiene überprüft, über Krankheiten aufgeklärt und Mundhygiene geübt. Die Zähne werden fluoridiert und die Backenzähne (Molaren) gegen Karies versiegelt.

## Wichtig:

Neben den zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchungen sollten Sie zum Schutz Ihrer Zähne zweimal täglich Zähne putzen und vor allem bei Ihren Kindern, bis zum Alter von sechs Jahren, das Zähneputzen übernehmen (bzw. wenn das Kind selber putzen möchte, gründlich nachputzen).

In Hessen gibt es einen zahnärztlichen Kinderpass, in den die Untersuchungsergebnisse eingetragen werden. Er kann bei der Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege in Hessen bestellt werden (Adresse im Anhang) und sollte bei jeder Früherkennungsuntersuchung und Vorsorgeleistung mitgebracht werden.

## Leistungen zur Förderung einer gesunden Lebensweise

Die gesetzliche Krankenversicherung soll, insbesondere zur Verminderung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen, einen wirksamen Beitrag zur Förderung einer gesunden Lebensweise ihrer Versicherten leisten. Zu diesen besonderen Leistungen gehört auch das Projekt „Mit Migranten für Migranten“ das die Betriebskrankenkassen als sogenannte „Setting-Maßnahme“ für die Zielgruppe der Zuwanderer ins Leben gerufen haben und zum Beispiel hier in Hessen gemeinsam mit dem Hessischen Sozialministerium sowie etlichen Kommunen und Landkreisen unter Koordination des Ethno-Medizinischen Zentrums fördern. Teil dieses „MiMi-Projektes“ ist auch dieser in 15 Sprachen erhältliche Gesundheitsleitfaden.



Des Weiteren zählen zu den Präventionsleistungen im hier genannten Sinne auch alle ganz individuellen Angebote der Krankenkassen zur Verbesserung des Gesundheitszustandes ihrer Versicherten wie beispielsweise die Bezuschussung von Vorsorge- und Kompaktkuren oder von Kursen zur Förderung gesunder Ernährung und Bewegung sowie zum Stressabbau. Aber auch Maßnahmen zur Vermeidung von Suchtgefahren gehören zu diesem Leistungsspektrum. Fragen Sie Ihre Krankenkasse nach weiteren Details – gerne informiert man Sie ausführlich.

## 2. Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen bei Personen ohne gesetzlichen Krankenversicherungsschutz

### Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz

Asylbewerber und Personen, die zur Ausreise verpflichtet sind oder deren Aufenthalt aus völkerrechtlichen, politischen oder humanitären Gründen geduldet wird („De-facto-Flüchtlinge“), können sich normalerweise nicht gesetzlich versichern. Nach dem Asylbewerberleistungsgesetz besteht während der ersten 48 Monate Anspruch auf die Behandlung akut behandlungsbedürftiger oder schmerzhafter Erkrankungen sowie auf einige Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen (Einschränkungen gibt es z. B. bei Zahnersatz und Kieferorthopädie).

#### **Folgende Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen können in Anspruch genommen werden:**

- Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen während der Schwangerschaft, Leistungen zur Entbindung und Pflege nach der Geburt
- Medizinische Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen wie in der gesetzlichen Krankenversicherung: Kinder- und Jugenduntersuchungen U1 bis J1, gynäkologische Früherkennungs-

untersuchungen, jährliche Krebsfrüherkennung für Frauen ab 20 Jahren und Männer ab 45 Jahren, Gesundheits-Check-ups und Hautuntersuchungen für Menschen ab 35 Jahren (alle zwei Jahre)

- Halbjährliche zahnärztliche Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren, danach jährliche Vorsorgeuntersuchungen
- Die üblichen Kinderimpfungen, Tetanus-, Diphtherie-, Polioimpfungen für Erwachsene, nach individuellem Risiko auch weitere Impfungen

### Wichtig:

Um Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz in Anspruch nehmen zu können, muss dem Arzt ein Krankenschein vorgelegt werden. Diesen erhält man beim Sozialamt oder bei der Stelle, bei der man auch sonstige Leistungen beantragt. Er gilt immer für ein Vierteljahr.

Empfänger von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz sind von der Praxisgebühr befreit.

## Leistungen nach dem SGB XII (Sozialhilfe)

Für Migranten, deren Aufenthalt legal ist, die aber nicht unter das Asylbewerberleistungsgesetz fallen und weder privat noch gesetzlich krankenversichert sind, richtet sich der Anspruch nach dem SGB XII. Erhalten diese Migranten voraussichtlich für länger als einen Monat Sozialhilfe, werden sie gesetzlich krankenversichert. Das Sozialamt wird sie auffordern, eine gesetzliche Krankenkasse zu wählen, und sie dort anmelden. Kommt eine Betreuung durch eine gesetzliche Krankenkasse nicht in Betracht, muss beim zuständigen Sozialamt ein Antrag auf einen Krankenschein für die Kostenübernahme bestimmter Leistungen gestellt werden. Diese Leistungen entsprechen jenen für gesetzlich Versicherte. Bezieher von Sozialhilfe haben einen Anspruch auf die beschriebenen Früherkennungsuntersuchungen sowie Vorsorgeleistungen und müssen dafür keine Praxisgebühr bezahlen.



### Wichtig:

Anspruchsberechtigt ist, wer sich in einer materiellen Notlage (kein ausreichendes und tatsächlich verfügbares Einkommen oder Vermögen, keine Krankenversicherung) befindet und wenn medizinischer Behandlungsbedarf vorliegt.

## 3. Glossar

**Auffälliger (= positiver) Befund:** Ein auffälliges oder positives Testergebnis bedeutet, dass der Verdacht besteht, dass die untersuchte Person den vermuteten Krankheitserreger oder Krankheitsherd in sich trägt oder die vermutete Krankheit hat. Um diesen Verdacht zu bestätigen oder ihn auszuschließen, wird dem Betroffenen dringend empfohlen, weiterführende Untersuchungen durchführen zu lassen.

**Darmspiegelung:** Jährlich erkranken allein in Deutschland rund 66.000 Menschen an Darmkrebs, und zirka 29.000 Menschen sterben daran. Eine Möglichkeit, Darmkrebs rechtzeitig zu erkennen und dann auch zu behandeln, ist die Darmspiegelung. Bei der Darmspiegelung wird ein dünner, biegsamer Schlauch, ein sogenanntes Endoskop, in den Darm eingeführt. Es enthält ein optisches System, mit dem Bilder aus dem Darm auf einen Monitor übertragen werden. Bei einer Darmspiegelung können Gewebeproben entnommen werden, die anschließend im Labor untersucht werden. Auch kleinere operative Eingriffe sind so möglich.

**Diabetes mellitus:** Diabetes mellitus ist eine chronische Stoffwechselstörung, an der in Deutschland zirka 7 Prozent der Bevölkerung erkrankt sind. Diabetes kann in jedem Alter auftreten, bei Kindern und Jugendlichen ebenso wie bei älteren Menschen. Von einem Diabetes mellitus spricht man, wenn körpereigenes Insulin nicht für die Weiterleitung des Zuckers aus der Nahrung von der Blutbahn in die Zellen sorgt. Es kommt dann zu einer Erhöhung des Blutzuckers im Blut, daher der Begriff „Zuckerkrankheit“. Typische *Symptome* sind beispielsweise häufiges Wasserlassen, Durst, Müdigkeit, Antriebsarmut, Sehstörungen und schlecht heilende Wunden. Aus einem nicht oder schlecht behandelten Diabetes mellitus können sich Folgeschäden wie zum Beispiel Erblindung, Herzinfarkt, Schlaganfall und Nierenschädigungen entwickeln.

**Fluoridierung:** Bei der Fluoridierung wird den Zähnen durch fluoridhaltige Zahnpasten, Gelees und Lacke (letztere nur beim Zahnarzt) Fluorid zugeführt. Fluorid lagert sich in den Zahnschmelz ein und stärkt seine Struktur. Dadurch wird der Zahn widerstandsfähiger gegen Säureangriffe (z. B. beim Verzehr von Zucker).

**Früherkennungsuntersuchungen:** Ziel von Früherkennungsuntersuchungen ist es, Erkrankungen zu einem frühen Zeitpunkt zu erkennen (wenn noch keine Symptome erkennbar sind) und somit die Chance auf Heilung zu erhöhen.

**Gestose:** Gestose ist ein Sammelbegriff für unterschiedliche, durch die Schwangerschaft ausgelöste Gesundheitsstörungen. Neben einem erhöhten Blutdruck kann es zu einer vermehrten Eiweißausscheidung im Urin und zum Entstehen von Ödemen kommen. Eine Gestose tritt vor allem bei sehr jungen oder älteren Erstgebärenden auf. Weitere Risikofaktoren bei Schwangeren sind Gefäßschäden aufgrund chronischer Nierenleiden, Bluthochdruck oder Diabetes, Rauchen sowie Übergewicht oder Eiweißmangel. Eine Gestose erhöht das Risiko einer Frühgeburt und der Säuglingssterblichkeit. Außerdem kann es zu einer lebensbedrohlichen Komplikation für die Schwangere kommen.

**Gesundheitsamt:** Gesundheitsämter bieten der Bevölkerung gesundheitliche Informationen, Aufklärung und Beratung an. Zu den Aufgaben der Gesundheitsämter gehören beispielsweise Schuleingangsuntersuchungen bei Kindern vor der Einschulung, die Impfberatung sowie Hilfen für psychisch Kranke, Suchtkranke und Menschen mit Behinderungen. Gesundheitsämter übernehmen auch Aufgaben der Überwachung und Kontrolle. Sie kümmern sich beispielsweise um die Hygiene in Behandlungs-, Pflege- und Betreuungseinrichtungen. Sie überwachen das Trink- und Badewasser und beraten in Fragen der Umweltmedizin.

**Hausarzt:** Ein Hausarzt ist ein niedergelassener Arzt, der für den Patienten meist die erste Anlaufstelle bei gesundheitlichen Problemen ist. In Deutschland sind als Hausärzte tätig: Fachärzte für Allgemeinmedizin, hausärztlich niedergelassene Fachärzte für innere Medizin.

**Herz-Kreislauf-Erkrankungen:** Dazu gehören eine Reihe von Krankheiten, die sowohl das Herz, die Herzkranzgefäße (Koronargefäße) als auch die Blutgefäße betreffen. Zu den häufigsten Krankheiten gehören die Arteriosklerose (Verengung der Arterien durch Ablagerungen an der Gefäßinnenwand) – oftmals Vorläufer des Herzinfarktes (Verschluss einer Arterie) – und die Herzinsuffizienz (auch Herzmuskelschwäche genannt), bei der das Herz das Gewebe nicht mehr ausreichend mit Blut und Sauerstoff versorgen kann. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die häufigste Todesursache in Deutschland. Die Entstehung dieser Krankheiten kann jedoch häufig vermieden werden. Eine gesunde Lebensweise mit fettarmer Ernährung, ausreichend Bewegung und Verzicht auf Nikotin hat eine schützende Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System.

**Impfpass:** In den Impfpass trägt der Arzt ein, wann welche Impfung stattgefunden hat. Weil die Kinderschutzimpfungen in der Regel während der Kindervorsorgeuntersuchungen stattfinden, sollte der Impfpass wie das U-Heft zu allen U-Untersuchungen und der J1-Untersuchung mitgebracht werden. Wenn noch kein Impfpass vorhanden ist, stellt der Arzt einen Impfpass aus. Der Impfpass sollte auch bei Erwachsenen zu jeder Impfung oder bei Reisen ins Ausland mitgenommen werden.

**Infektion:** Bei einer Infektion dringen Krankheitserreger in den Körper ein und vermehren sich dort. Zu den Infektionskrankheiten gehören beispielsweise Durchfallerkrankungen, Atemwegsinfektionen, Masern und Keuchhusten, aber auch AIDS und Malaria.

**Influenza:** eine durch Influenzaviren verursachte Infektionskrankheit, auch Grippe genannt, die fast immer die Atemwege befällt, aber auch mit einem schweren Krankheitsverlauf und Komplikationen wie Lungenentzündung (Pneumonie) oder Herzmuskelentzündung (Myokarditis) einhergehen kann.

**Krebs:** Unter Krebs (Krebserkrankung) versteht man ein unkontrolliertes Zellwachstum. Die Krebszellen verdrängen oder zerstören gesundes Gewebe. Jedes Organ des Körpers kann von Krebs befallen werden. Nach den Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind Krebserkrankungen die zweithäufigste Todesursache in Deutschland (jährlich erkranken etwa 390.000 Menschen an Krebs). Dennoch können immer mehr Patienten geheilt werden. Es gibt sehr viele unterschiedliche Krebserkrankungen, die sich in den Behandlungsmöglichkeiten stark unterscheiden. Durch Krebsfrüherkennung kann das Risiko, an Krebs zu sterben, verringert werden.

**Mammographie:** Bei der Mammographie wird eine Röntgenaufnahme der Brust angefertigt. Dadurch können Veränderungen des Brustgewebes gut sichtbar gemacht werden.

**Ödeme:** Ödeme sind Wasseransammlungen im Gewebe.

**Pneumokokken:** Bakterien (*Streptococcus pneumoniae*), die verschiedene Erkrankungen auslösen können. Dazu gehören Lungenentzündung (Pneumonie), Hirnhautentzündung (Meningitis) oder Mittelohrentzündung (Otitis media). Das Risiko einer Erkrankung steigt im höheren Lebensalter (über 60 Jahre), da die Leistungsfähigkeit des Immunsystems abnimmt.

**Praxisgebühr:** Patienten müssen beim Arztbesuch einmal im Vierteljahr eine Praxisgebühr in Höhe von 10 Euro entrichten. Dies gilt nicht für die Früherkennungsuntersuchungen und Vorsorgeleistungen. Diese sind kostenlos. Sind weitere Arztbesuche im selben Quartal notwendig, so wird bei jedem dieser Besuche eine Praxisgebühr fällig, es sei denn, der erstbehandelnde Arzt hat eine Überweisung ausgestellt. Für die Inanspruchnahme eines Zahnarztes oder Notarztes gibt es jedoch keine Überweisungsmöglichkeit und damit auch keine Befreiung von der Praxisgebühr. Hier wird ebenfalls pro Quartal eine Praxisgebühr von 10 Euro berechnet. Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr müssen keine Praxisgebühr bezahlen.

**Risikofaktoren:** Es gibt eine Reihe von Umständen, die die Gesundheit gefährden können. Oft sind es gewohnheitsbedingte Verhaltensweisen und ihre Auswirkungen, die vermieden werden können. Nicht selten sind es aber auch – zum Teil angeborene – Veranlagungen, die zu Gesundheitsstörungen oder Krankheiten führen. Aber auch Umweltbedingungen, wie zum Beispiel eine erhöhte Lärmbelastung, UV-Strahlung oder Schimmelpilz in Wohnräumen, gelten als Risikofaktoren für das Entstehen bestimmter Krankheiten.

**Röteln:** Röteln gehören zu den Kinderkrankheiten, die auch Erwachsene bekommen können. Eine Infektion mit dem Rötelnvirus während der Schwangerschaft kann schwerwiegende Schäden beim ungeborenen Kind auslösen, z.B. geistige Behinderung, Taub- und Blindheit. Je früher in der Schwangerschaft (bis zur 18. Schwangerschaftswoche) sich eine Frau mit dem Virus infiziert, desto größer ist die Gefahr, dass das Kind eine schwere Behinderung davonträgt. Bei der Schwangerschaftsvorsorge wird darum ein sogenannter Antikörper-Test durchgeführt, um festzustellen, ob die Schwangere bereits eine Rötelninfektion durchgemacht hat und somit gegen das Virus geschützt ist oder ob sie sich vor einer Infektion schützen muss. Besteht kein ausreichender Schutz, sollte die Schwangere den Kontakt zu Kindern und Menschenmengen einschränken oder vermeiden. Der beste Schutz ist jedoch die Impfung im Kindesalter (Mädchen im Alter von 11 bis 13 Jahren) oder als Frau vor Beginn einer Schwangerschaft.

**Schwangerschaftsdiabetes:** Aufgrund der hormonellen Veränderung während der Schwangerschaft können schwangere Frauen vorübergehend an Diabetes mellitus erkranken. Erste Anzeichen für einen Schwangerschaftsdiabetes können sein: starkes Übergewicht der Frau, übermäßiger Durst, zu viel Fruchtwasser und ein übergroßes Kind. Schwangerschaftsdiabetes, ausgelöst durch einen zu hohen Blutzuckerspiegel, stellt eine gesundheitliche Gefährdung für die Mutter und das ungeborene Kind dar und muss behandelt werden. Bei einem leicht erhöhten Blutzuckerwert reicht das Einhalten einer strikten Diät meist aus. Bleibt der Blutzuckerwert weiterhin hoch, muss der Schwangerschaftsdiabetes mit Insulin behandelt werden. In der Regel verschwindet der Schwangerschaftsdiabetes nach der Geburt.

**Screening:** Der Begriff kommt aus dem Englischen und bedeutet Reihenuntersuchung. Im Zusammenhang mit Brustkrebs bedeutet Screening eine Untersuchung aller Frauen zwischen 50 und 69 Jahren.

**Screening-Einheiten:** Diese medizinischen Einrichtungen sind auf Screening-Mammographien spezialisiert und unterliegen strengen Qualitätsanforderungen. Hier werden Mammographie-Aufnahmen erstellt und, sollten Auffälligkeiten festgestellt werden, diese weiter untersucht. Geleitet werden die Screening-Einheiten von speziell geschulten Ärzten.

**Symptom:** Ein Symptom ist die Beschwerde, die von einer Krankheit oder Verletzung hervorgerufen wird (zum Beispiel Schmerz).

**U-Heft:** In das U-Heft werden die Ergebnisse der Kindervorsorgeuntersuchungen (U-Untersuchungen) eingetragen. Darüber hinaus enthält das Heft wichtige Informationen, z.B. Tabellen mit dem Gewicht und der Größe, die ein Kind in einem bestimmten Alter erreichen sollte. Das U-Heft wird nach der U1 noch im Krankenhaus ausgestellt und sollte zu allen Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen mitgebracht werden.



**Versichertenkarte:** Die Versichertenkarte wird vor dem Arztbesuch bei der Sprechstundenhilfe abgegeben, damit die Behandlung mit der Krankenkasse abgerechnet werden kann. Die Versichertenkarte wird kurz nach der Anmeldung bei einer Krankenkasse ausgestellt. In der Regel wird sie per Post zugeschickt. Auf dem Speicherchip sind die persönlichen Daten (Name, Geburtsdatum, Anschrift) des Versicherten und die Versichertennummer gespeichert, jedoch keine Information über den Gesundheitszustand oder Diagnosen.

**Vorsorge:** Unter Vorsorge werden Maßnahmen verstanden, die die Entstehung von Erkrankungen verhindern sollen. Ein Beispiel für eine echte Vorsorgemaßnahme ist das Putzen der Zähne. Mit regelmäßiger und richtig durchgeführter Zahnpflege lässt sich die Entstehung von Zahnkaries weitgehend verhindern.

## 4. Adressen

### Institutionen

### Beschreibung/Kontakt

---

**AIDS-Aufklärung e.V.**

Große Seestr. 31  
60486 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|76 29 33  
Fax: 069|76 10 55  
E-Mail: [info@aids-aufklaerung.de](mailto:info@aids-aufklaerung.de)  
Internet:  
[www.aids-aufklaerung.de](http://www.aids-aufklaerung.de)

Die AIDS-Aufklärung e.V. in Frankfurt bietet anonyme, telefonische und persönliche Beratung, Onlineberatung, Informationsveranstaltungen und Fortbildungen, sowie HIV-Antikörpertesting an.

---

**AIDS-Hilfe Hessen**

Friedberger Anlage 24  
60316 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|59 07 11  
Fax: 069|59 07 19  
E-Mail:  
[aids-hilfe-hessen@t-online.de](mailto:aids-hilfe-hessen@t-online.de)  
Internet:  
[www.sozialnetz-hessen.de/aidshilfe](http://www.sozialnetz-hessen.de/aidshilfe)

Die hessischen AIDS-Hilfen stehen unter anderem für telefonische Beratungen zur Verfügung. Sie erteilen Auskunft zu Fragen bezüglich „Safer Sex“, „Safer Use“, zu möglichen Infektionsrisiken und zum HIV-Antikörpertest.

Es gibt Beratungsstellen unter anderem in:

**Darmstadt:** Telefon 06151|2 80 73

**Gießen:** Telefon 0641|1 94 11

**Kassel:** Telefon 0561|10 85 15

**Offenbach:** Telefon 069|88 36 88

**Wiesbaden:** Telefon 0611|30 24 36

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### **Deutsches Grünes Kreuz e.V. DGK**

Im Kilian  
Schuhmarkt 4  
35037 Marburg  
Tel.: 06421|29 30  
Fax: 06421|2 29-10  
E-Mail: dgk@kilian.de  
Internet: <http://www.dgk.de>

Das Deutsche Grüne Kreuz ist eine unabhängige und gemeinnützige Vereinigung (e.V.) zur Förderung der gesundheitlichen Vorsorge und Kommunikation in Deutschland mit dem Ziel, die Bevölkerung zu motivieren, Verantwortung für die eigene Gesundheit wahrzunehmen. Dies wird durch eigene Presse-, Informations- und Bilderdienste und eine ständige Zusammenarbeit mit Printmedien, TV und Hörfunk gewährleistet. Auf der Homepage finden sich Informationen, Adressen und Telefonnummern zu verschiedenen Gesundheitsthemen. Außerdem bietet das Deutsche Grüne Kreuz selber Hotlines zu Themen wie Schmerz, Hören, Sonne und Haut, Glaukom und Impfung an.

---

### **Donum Vitae Hessen**

Landesgeschäftsstelle Hessen  
Rheinstraße 65–67  
64295 Darmstadt  
Tel.: 06151|279 39 41  
Fax: 06151|279 39 43  
E-Mail: [Beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de](mailto:Beratungsstelle@donumvitaedarmstadt.de)  
Internet: [www.donumvitae.org](http://www.donumvitae.org)

Zum Landesverband von Donum Vitae Hessen gehören fünf Beratungsstellen, die sich an Frauen, Männer und Paare unabhängig von Nationalität und Glaubensrichtung wenden. Im katholischen Sinne wird in Schwangerschaftskonflikten beraten (z.B. zu Hilfen und Rechtsansprüchen). Donum Vitae vermittelt auch finanzielle Hilfen und weitere Unterstützung für schwangere Frauen und Mütter in Not. Beratungsstellen gibt es in:

**Darmstadt:** Telefon 06151|279 39 41

**Fulda:** Telefon 0661|250 67 10

**Gießen:** Telefon 0641|972 76 89

**Limburg:** Telefon 06431|40 86 25

**Wiesbaden:** Telefon 0611|205 68 06

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### Gesundheitsämter in Hessen

Gesundheitsämter bieten der Bevölkerung gesundheitliche Informationen, Aufklärung und Beratung an. Zu den Aufgaben der Gesundheitsämter gehören beispielsweise Schuleingangsuntersuchungen bei Kindern vor der Einschulung, die Impfberatung und Hilfen für psychisch Kranke, Suchtkranke sowie Menschen mit Behinderungen. Gesundheitsämter übernehmen auch Aufgaben der Überwachung und Kontrolle. Sie kümmern sich beispielsweise um die Hygiene in Behandlungs-, Pflege- und Betreuungseinrichtungen. Sie überwachen das Trink- und Badewasser und beraten in Fragen der Umweltmedizin. Die Adressen aller Gesundheitsämter in Hessen finden Sie im Internet auf der Webseite

**[www.gesund-in-hessen.info](http://www.gesund-in-hessen.info)**

---

### Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitserziehung e.V. (HAGE)

Heinrich-Heine-Straße 44  
35039 Marburg  
Tel.: 06421 | 6 00 70  
Fax: 06421 | 6 00 711  
E-Mail: [info@hage.de](mailto:info@hage.de)  
Internet: [www.hage.de](http://www.hage.de)

Die HAGE ist eine Landesvereinigung zur Gesundheitsförderung in Hessen, in der 50 Mitgliedsorganisationen mitarbeiten. Zentrale Aufgabe der HAGE ist es, Aktivitäten und Maßnahmen der gesundheitlichen Aufklärung, der Gesundheitsförderung und der Gesundheitserziehung anzuregen, zu koordinieren oder durchzuführen. Sie wendet sich mit ihrem Angebot gezielt an alle, die im Bereich der Gesundheitsförderung tätig sind. Sie unterstützt diese bei der Konzeptentwicklung, Evaluation und Organisation von Gesundheitsprojekten, Fortbildungs- und Vortragsveranstaltungen. Sie hilft auch bei der Erstellung von Informationsmaterialien.

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### **Hessisches Integrationslotsen-Netzwerk**

Referatsleiterin  
Wiebke Schindel  
Hessisches Sozialministerium  
Dostojewskistraße 4  
65187 Wiesbaden  
Tel.: 0611|8 17 33 44  
Fax: 0611|89 08 43 94  
E-Mail:  
wiebke.schindel@hsm.hessen.de  
Internet:  
www.sozialministerium.hessen.de

Innerhalb des Programms „Förderung von Integrationsmaßnahmen“ unterstützt die hessische Landesregierung den Einsatz von Menschen mit Migrationshintergrund und engagierten Deutschen als Integrationslotsen in allen unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen. Es handelt sich dabei um gut integrierte Sprach- und Kulturvermittler mit sprachlicher und interkultureller Kompetenz, die durch den Zugang zu ihrer jeweiligen Community Migranten Hilfestellungen und Kenntnisse über soziale, politische und kulturelle Strukturen vermitteln und ihnen helfen, sich im Alltag zurechtzufinden und bürokratische Hürden abzubauen. Integrationslotsen richten sich an Neuzugewanderte, Migranten, die schon länger hier leben, und an Aussiedler.

---

### **Hessische Landesstelle für Suchtfragen (HLS) e.V.**

Zimmerweg 10  
60325 Frankfurt am Main  
Tel. 069|71 37 67 77  
Fax 069|71 37 67 78  
E-Mail: hls@hls-online.org

Das Ziel der HLS ist die Förderung und Koordination präventiver, therapeutischer und rehabilitativer Maßnahmen im Suchtbereich. Als Dachverband aller hessischen Einrichtungen der Suchtprävention und Suchthilfe (Blaues Kreuz, Kreuzbund, Guttempler, Freundeskreise etc.) stellt die HLS Informationen, Material und Adressen von Einrichtungen vor Ort. Die HLS dient als zentrale Anlaufstelle für alle Belange rund um das Thema Sucht in Hessen für Mitgliedsorganisationen, Fachöffentlichkeit und allgemeine Öffentlichkeit, Medien und Politik.

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### **Hessisches Netzwerk „Gewaltprävention im Gesundheitswesen“**

Nancy Gage-Lindner  
Hessisches Sozialministerium  
Prävention und Schutz  
vor Gewalt  
Dostojewskistraße 4  
65187 Wiesbaden  
Tel.: 0611|8 17 24 73  
Fax: 0611|89 08 41 83  
E-Mail:  
n.gage-lindner@hsm.hessen.de  
Internet:  
[www.familienatlas.de/ca/a/tl/](http://www.familienatlas.de/ca/a/tl/)  
<http://www.sozialministerium.hessen.de/>

Der Aktionsplan des Landes Hessen zur Bekämpfung der Gewalt im häuslichen Bereich bündelt verschiedene Ansätze zur Hilfe und Unterstützung von Gewaltopfern in Familien – einschließlich der gesundheitlichen Versorgung. Der Aktionsplan zielt in erster Linie auf einen verbesserten Schutz vor Partnergewalt. Er dient auch dem Schutz von Kindern vor den Gefahren, die Partnergewalt für ihre Entwicklung immer bedeutet. Das Hessische Netzwerk Gewaltprävention im Gesundheitswesen bietet Orientierungshilfen für die Gesundheitsberufe an. Die angegebene Internetseite enthält wichtige Adressen und Publikationen sowohl für Betroffene als auch helfende Organisationen: Beratungsstellen, Notrufgruppen, regionale Netzwerke gegen häusliche Gewalt – und praktische Hilfe: etwa die Anleitung zur ärztlichen Dokumentation bei körperlicher Misshandlung.

---

### **Kassenärztliche Vereinigung Hessen (KV)**

Dr. Löwenstein-Haus  
Georg-Voigt-Straße 15  
60325 Frankfurt am Main  
Postfach 15 02 04  
60062 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|79 50 26 02  
Fax: 069|79 50 26 40  
E-Mail: [infocenter@kvhessen.de](mailto:infocenter@kvhessen.de)  
Internet: [www.kvhessen.de](http://www.kvhessen.de)

Auf der Internetseite der KV Hessen gibt es für Versicherte und Patienten eine Suchmaschine für niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten in Hessen. Darüber hinaus werden Informationen zu den Themen Prävention und Impfen, Selbsthilfe, Notfall und ärztlicher Bereitschaftsdienst (Notdienst), Migranten, Individuelle Gesundheitsleistungen (IGEL) und Kostenerstattung, Leistung und Qualität bereitgestellt.

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### **Klinik für Phoniatrie und Pädaudiologie**

Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt am Main  
Theodor-Stern-Kai 7, Haus 7A  
60590 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|63 01 57 75  
Fax: 069|63 01 50 02

Diese Kliniken in Frankfurt und Marburg bieten für Babys, die zu Hause oder in einem Geburtshaus zur Welt kommen, einen Hörtest im Rahmen einer sogenannten Screening-Sprechstunde an. Ergibt der Hörtest einen auffälligen Befund, so sind eine oder mehrere weitere Untersuchungen notwendig. Diese können dann ebenfalls in Frankfurt oder Marburg vorgenommen werden.

### **Klinik für Phoniatrie und Pädaudiologie**

Universitätsklinikum Gießen und Marburg GmbH  
Standort Marburg  
Deutschhausstraße 3  
35033 Marburg  
Tel.: 06421|2 86 64 39  
Fax: 06421|2 86 28 24

---

### **Landesärztekammer Hessen**

Im Vogelsgesang 3  
60488 Frankfurt am Main  
Postfach 90 06 69  
60446 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|97 67 20  
Fax: 069|97 67 21 28  
E-Mail: [laek.hessen@laekh.de](mailto:laek.hessen@laekh.de)  
Internet: [www.laekh.de](http://www.laekh.de)

Die Landesärztekammer in Hessen sorgt im staatlichen Auftrag für die qualitätsgesicherte und vertrauensvolle medizinische Versorgung und ärztliche Berufsausübung. Neben Fort- und Weiterbildungsangeboten für Ärzte und med. Assistenzberufe umfassen ihre Aufgaben die Beratung von Mitgliedern, Bürgern und Politik. Sie vertreten auch Patienteninteressen und helfen bei Behandlungsfehlern. Auf ihren Internetseiten bietet die Kammer Gesundheitstipps, allgemeine Patienteninformationen, Notruftelefonnummern (u. a. Giftnotruf) an.

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### **Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege in Hessen (LAGH)**

Christine Roß-Daum  
Rhonestraße 4  
60528 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|4 27 27 51 95  
Fax: 069|4 27 27 51 05  
E-Mail: ross-daum@lzkh.de  
Internet:  
[www.jugendzahnpflege.hzn.de](http://www.jugendzahnpflege.hzn.de)

Die LAGH fördert die Zahngesundheit bei Kindern und Jugendlichen in Hessen. Sie führt gemeinsam mit den gesetzlichen Krankenkassen, zahnärztlichen Fachleuten der Gesundheitsämter und der Zahnarztpraxen Gruppenprophylaxe in Schulen und Kindertagesstätten durch. Darüber hinaus kann man hier den zahnärztlichen Kinderpass anfordern.

---

### **Landes Zahnärztekammer Hessen (LZKH)**

Rhonestraße 4  
60528 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|4 27 27 50  
Fax: 069|4 27 27 51 05  
E-Mail: [box@lzkh.de](mailto:box@lzkh.de)  
Internet: [www.lzkh.de](http://www.lzkh.de)

Die Landes Zahnärztekammer Hessen bietet Patienten eine Hotline für eine neutrale und kostengünstige telefonische Beratung an. Unter der Servicenummer 01805|20 20 52 stehen den Patienten qualifizierte Berater zur Verfügung.

---

### **Mammographie-Screening Hessen**

Zentrale Stelle  
Postfach 3529  
65025 Wiesbaden  
Tel.: 0180|3 62 66 66 (9 ct/Min.)  
Fax: 0611|7 10 02 82  
E-Mail:  
[mammo-info@kvhessen.de](mailto:mammo-info@kvhessen.de)  
Internet:  
[www.ein-teil-von-mir.de](http://www.ein-teil-von-mir.de)

Die Zentrale Stelle gibt Antworten auf Fragen zur Mammographie-Untersuchung sowie Informationen über Anlaufstellen zur Durchführung des Mammographie-Screenings. Über die Stelle können Termine für ein Screening vereinbart werden. Zu diesem hochwertigen Programm der Früherkennung von Brustkrebs werden alle Frauen im Alter von 50 bis 69 Jahren alle zwei Jahre persönlich eingeladen. Die Teilnahme ist freiwillig.

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### pro familia

#### Landesverband Hessen

Palmengartenstraße 14  
60325 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|44 70 61  
Fax: 069|49 36 12  
E-Mail: lv.hessen@profamilia.de  
Online-Mail-Beratung bei  
pro familia: www.sextra.de

Dem Landesverband der pro familia in Hessen gehören 26 Beratungsstellen, zwei medizinische Institute und ein Bildungswerk an.

Alle Beratungsstellen sind staatlich anerkannte Schwangerschaftsberatungsstellen. Sie können eine Beratungsbescheinigung ausstellen.

Frauen erhalten hier auch Informationen über die „Pille danach“ unter: 01805|77 63 26.

Beratungsstellen gibt es unter anderem in:

**Darmstadt:** Telefon 06151|42 94 20

**Dietzenbach:** Telefon 06074|22 65

**Gießen:** Telefon 0641|77 1 22

**Kassel:** Telefon 0561|2 74 13

**Offenbach:** Telefon 069|81 77 62

**Wiesbaden:** Telefon 0611|37 65 16

---

### Sozialverband VdK

#### Hessen-Thüringen

Geschäftsstelle Frankfurt  
Elsheimerstraße 10  
60322 Frankfurt am Main  
Tel.: 069|7 14 00 20  
Fax: 069|7 14 00 255  
E-Mail:  
sozialpolitik.hessen@vdk.de

Der Sozialverband VdK Hessen-Thüringen berät und vertritt seine Mitglieder in sozialrechtlichen Streitigkeiten. Daneben bietet er eine unabhängige Patientenberatung. Die Beratung ist auch für Nichtmitglieder kostenlos und richtet sich in erster Linie an chronisch kranke und behinderte Menschen.

Es gibt Beratungsstellen in:

**Kassel:** Telefon 0561|9 20 70 80,

Sprechzeiten Donnerstag, 14–18 Uhr

**Darmstadt:** Telefon 06151|35 99 80,

Sprechzeiten Montag, 13–17 Uhr

**Alsfeld:** Telefon 06631|35 56

Sprechzeiten Mittwoch, 13–17 Uhr

## Institutionen

## Beschreibung/Kontakt

---

### **Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD)**

Beratungsstelle Gießen

Liebigstraße 15

35390 Gießen

Tel: 0641|3 01 33 45

Fax: 0641|3 01 94 29

E-Mail:

giessen@upd-online.de

Internet:

<http://www.unabhaengige-patientenberatung.de/>

---

Die UPD bietet Patienten bundesweit in 22 Beratungsstellen kostenlos Informationen zu gesundheitsrelevanten Themen, Beratung in gesundheitsrechtlichen Fragen und Auskünfte über ergänzende (regionale) Angebote der Gesundheitsversorgung durch fachkundige Beratungskräfte an. Darüber hinaus stellt die UPD auch überregional krankheits- und themenspezifische Beratung zur Verfügung.

### **Verbraucherzentrale Hessen**

Große Friedberger Straße 13–17

60313 Frankfurt am Main

Telefon: 01805|97 20 10

E-Mail: [vzh@verbraucher.de](mailto:vzh@verbraucher.de)

Internet: [www.verbraucher.de](http://www.verbraucher.de)

Die Verbraucherzentrale Hessen bietet telefonische und persönliche Patientenberatung an. Telefonische Beratung: Montag bis Donnerstag, 10–13 Uhr, unter: 0900|1 77 44 47 (1,75 Euro/Min. bei Anrufen aus dem deutschen Festnetz). Persönliche Beratung erhalten Sie in den Beratungszentren in Frankfurt, Kassel und Darmstadt. Terminvereinbarung in:  
**Frankfurt:** Telefon 01805|97 20 10 (12 ct/Min. bei Anrufen aus dem deutschen Festnetz)  
**Kassel:** Telefon 0561|10 49 05  
**Darmstadt:** Telefon 06151|27 99 90

# Notizen

# Notizen

# Danksagung

## **Wir danken allen Fachkräften und Institutionen, die an der Entstehung dieser Broschüre beteiligt waren:**

Bärbel Bächlein (BKK Bundesverband Essen), Dr. Helga Brenneis (pro familia Wiesbaden), Dorith Dominik (Fachdienst Gefahrenabwehr- und Gesundheitszentrum des Kreises Offenbach), Selver Erol (Integrationsbüro des Kreises Offenbach), Katharina Fischer (Sozialverband VdK Hessen-Thüringen), Brigitte Fuchs (pro familia Landesverband Hessen), Nancy Gage-Lindner (Hessisches Sozialministerium), Doris Globig (Büro für Gleichberechtigung und Integration der Stadt Mühlheim am Main), Aylin Gönenc (DRK KV Kassel-Stadt e.V.), Karin Heinemann (DRK KV Kassel-Stadt e.V.), Semra Kanisicak (Integrationsbüro des Kreises Offenbach), Ute Klaus (Verbraucherzentrale Hessen e.V.), Karin Kranabetter (Ethno-Medizinisches Zentrum Hannover e.V.), Konstanze Küpper (Projektstelle Mammographie-Screening Hessen), Michaela Lautner (Mammographie-Screening Hessen), Peter Lipp (Fachdienst Gefahrenabwehr- und Gesundheitszentrum/Leitung Zahnärztlicher Dienst des Kreises Offenbach), Cornelia Luetkens (Gesundheitsamt Wiesbaden), Dr. Christian Luetkens (Hessisches Sozialministerium), Katja Möhrle, M.A. (Landesärztekammer Hessen), Prof. Dr. med. Katrin Neumann (Klinik für Phoniatrie und Pädaudiologie J. W. Goethe-Universität Frankfurt am Main), Dr. Gabriele Oefner (Gesundheitsamt Kassel), Gudrun Ornth-Sümenicht (DRK Landesverband Hessen e.V.), Alp Otman (Interkulturelles Büro der Wissenschaftsstadt Darmstadt), Heike Pallmeier (HAGE), Michael Pufahl (BKK Landesverband Hessen), Christine Pusch (donum vitae e.V.), Burglinda Retza (Hessisches Sozialministerium), Christine Roß-Daum (Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege in Hessen), Karl Matthias Roth (Kassenärztliche Vereinigung Hessen), Wiebke Schindel (Hessisches Sozialministerium), Karin Scholl (Integrationsbüro der Stadt Dreieich), Dr. Karin Seuren-Kronenberg (Gesundheitsamt Stadt Kassel), Sholeh Sharifi (Integrationsbüro Gießen), Yvette Sommer (Einwohner- und Integrationsamt Landeshauptstadt Wiesbaden), Dr. phil. Anke Steckelberg (Universität Hamburg, Fachbereich Gesundheit), Klaus Stehling (AIDS-Hilfe Hessen e.V.), Dr. Martina Stickan-Verfürth, MPH (BKK Bundesverband Essen), Dr. Andrea Thumeyer (Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege in Hessen), Fatma Uslu (Integrationsbüro Gießen), Saskia Veit-Prang (Einwohner- und Integrationsamt Landeshauptstadt Wiesbaden), Rita Wandel (Klinik für Phoniatrie und Pädaudiologie Universitätsklinikum Gießen und Marburg GmbH), Dr. Hans-Georg Wolter (Stadtgesundheitsamt/Gesunde-Städte-Projekt der Stadt Frankfurt am Main), Dr. Daniela Wunderlich (Frauenärztin, Wiesbaden), Fatma Yilmaz (DRK-KV Darmstadt-Stadt e.V.).

# Gesundheit erhalten

Sie leben in Deutschland und sind gesund. Sie wollen es auch bleiben, haben aber keinen Überblick über die Möglichkeiten der Vorsorge und Früherkennung. Diese Broschüre zeigt Ihnen, welche Schritte Sie gehen können, um Ihre Gesundheit aktiv zu schützen und Krankheiten frühzeitig zu erkennen.

Was ist beispielsweise ein Gesundheits-Check-up? Was bedeutet Krebsfrüherkennung? Welche Kinder- und Jugenduntersuchungen stehen Ihnen zur Verfügung? Wann sollten Sie sich durch Impfungen schützen lassen? Welche zahnärztlichen Untersuchungen können Sie wahrnehmen, um die Gesundheit Ihrer Zähne ein Leben lang zu erhalten? Diese und viele andere Fragen beantwortet diese Broschüre. Darüber hinaus finden Sie Kontaktadressen und Ansprechpartner zu unterschiedlichen Gesundheitseinrichtungen in Hessen.