

Vorsorgeuntersuchungen im Überblick

<p>Augen</p>	<p>Glaukom-Früherkennung (Grüner Star)</p> <p>Wer/Wann: Männer und Frauen ab 40 Jahre, dann alle drei Jahre. Bei Glaukom in der Familie wird die Untersuchung ab 35 Jahren empfohlen; Risikopatienten: alle zwei Jahre; für Gesunde keine Empfehlung</p> <p>Untersuchung: Bei dem Glaukom (Grüner Star) ist der Augeninnendruck erhöht. Das schädigt die Netzhaut und den Sehnerv und kann bis zur Erblindung führen. Die Untersuchung beginnt mit einem Sehtest und kombiniert dann zwei Verfahren: Der Arzt misst den Augeninnendruck, spiegelt den Augenhintergrund und beurteilt den Zustand des Sehnervenkopfes (Papille) und der Nervenfaserschicht.</p> <p>Sinnvoll? Wie sinnvoll das Screening für Gesunde ist, ist international umstritten. Für Diabetiker ist es geeignet. Jeder vierte Betroffene mit erhöhtem Augeninnendruck hat bei wiederholter Messung normale Werte, längst nicht jede Druckerhöhung ist gleich ein Glaukom. Die Untersuchung reicht nicht, um die Diagnose Glaukom zu stellen.</p> <p>Kosten: Für Gesunde ist die Untersuchung eine IGeL-Leistung. Bei Diabetikern oder Risikopatienten übernimmt die gesetzliche Kasse die Kosten von etwa 20 Euro.</p>
<p>Brustkrebs</p>	<p>Früherkennung von Brustkrebs mittels Tasten</p> <p>Wer/Wann: Frauen ab 30 Jahren, einmal jährlich</p> <p>Untersuchung: Der Arzt tastet das Areal zwischen Schlüsselbein, Brustbein und Achselhöhle inklusive der Brüste ab und sucht nach Verhärtungen, Rötungen, Knötchen oder vergrößerten Lymphknoten. Frauen sollten ihre Brüste regelmäßig allein abtasten.</p> <p>Sinnvoll? Die Tastuntersuchung reicht alleine nicht aus. Frauen mit einem verdächtigen Knoten sollten umgehend zum Arzt gehen für eine Diagnose mit bildgebenden Verfahren.</p> <p>Kosten: Die gesetzliche Krankenkasse übernimmt die Kosten für die Tastuntersuchung durch den Arzt sowie für die Anleitung zum Selbstabtasten einmal pro Jahr.</p>

Früherkennung von Brustkrebs mittels Film-Mammografie

Wer/Wann: Frauen zwischen 50 und 69 Jahren, alle zwei Jahre

Untersuchung: Die Brust wird mit Röntgenstrahlen durchleuchtet. Ziel: Veränderungen im Brustgewebe und sehr kleine, nicht tastbare Tumore früh zu erkennen. Sollte sich der Verdacht auf eine Krebserkrankung ergeben, werden weitere Untersuchungen nötig.

Sinnvoll? Die Mammografie gehört zu den am besten untersuchten Früherkennungs-Methoden. Mehreren Studien zufolge kann sie bei Frauen in entsprechendem Alter die Sterblichkeit senken.

Kosten: Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten bei Frauen zwischen 50 und 69 Jahren alle zwei Jahre. Vor dem 50. Lebensjahr haben Frauen mit Verdacht auf Brustkrebs Anspruch.

Früherkennung von Brustkrebs mittels Ultraschall

Wer/Wann: Frauen zwischen 50 und 69 Jahren und Frauen jeden Alters mit besonders dichtem Brustgewebe, alle zwei Jahre

Untersuchung: Die Brust wird mit Hilfe eines Ultraschallgerätes mit einer Frequenz zwischen 10 und 15 Megahertz (MHz) durchleuchtet. Ziel: Veränderungen im Brustgewebe zu entdecken, die auf Grund von dichtem Brustgewebe weder durch Mammografie noch Abtasten entdeckt werden konnten.

Sinnvoll? Zum Zeitpunkt der Brustkrebsdiagnose ist ein Viertel der Frauen jünger als 55 Jahre, zehn Prozent sind sogar unter 50 Jahre - in diesen Altersgruppen ist das Brustgewebe häufig noch sehr dicht. Allerdings gibt es keinen klaren Studienbeleg dafür, dass das Ultraschallscreening allgemein der Mammografie überlegen ist und also die Entdeckungs- und Überlebenschancen durch dieses Verfahren steigen. Sinnvoll ist die Untersuchung allerdings bei bestehendem Verdacht oder erblicher Vorbelastung durch Brustkrebs in der Familie.

Kosten: Für Gesunde ist diese Untersuchung eine IGeL-Leistung und kostet i.d.R. zwischen 35 und 75 Euro. Bei konkretem Verdacht auf Brustkrebs oder für Risikopatientinnen werden die Kosten auch von der Krankenkasse übernommen.

Ganzkörper- untersuchung

Check-Up 35

Wer/Wann: Männer und Frauen ab 35 Jahren, alle zwei Jahre. Wenn das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall gering ist, reicht auch ein Intervall von fünf bis zehn Jahren

Untersuchung: Der Check-Up umfasst verschiedene Untersuchungen. Zunächst werden im Arzt-Patienten-Gespräch die eigene und familiäre Krankengeschichte erfasst. Auch Informationen über den Lebensstil (Bewegung, Gewicht, etc.) und den Impfstatus werden aufgenommen. Dann folgen Untersuchungen: Der Arzt hört Lunge und Herz ab, lässt Puls und Blutdruck messen, tastet den Bauchraum ab und inspiziert den Bewegungsapparat, die Haut und die Sinnesorgane. Eine Blutprobe wird auf Gesamtcholesterin und Glukose (z.B. für Diabetesvorsorge) untersucht. Aus dem Urin werden Eiweiß, Zucker, rote und weiße Blutkörperchen und Nitrit bestimmt.

Sinnvoll? Ein gründliches regelmäßiges Durchchecken wird von vielen Ärzten und Patienten als sinnvoll angesehen. Der Nutzen ist durch Studien nicht eindeutig belegt, allerdings spielt der Check-Up laut Experten insbesondere im Hinblick auf eine möglichst zeitige Entdeckung im Fall von Bluthochdruck eine wichtige Rolle.

Kosten: Der Check-Up ist eine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen und die Kosten werden alle zwei Jahre übernommen.

<p>Gebärmutter</p>	<p>Pap-Test zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs</p> <p>Wer/Wann: Frauen zwischen 20 und 34 Jahren, einmal jährlich; Frauen ab 35 wird ab 2020 eine Kombinationsuntersuchung aus Pap-Test und HPV-Test alle drei Jahre angeboten</p> <p>Untersuchung: Der Arzt tastet die Genitalorgane durch die Bauchdecke ab und untersucht mit dem so genannten Spekulum den Gebärmutterhals (Spiegelung). Zur Kontrolle auf Krebszellen und Vorstufen entnimmt er einen Abstrich von der Schleimhaut am Gebärmutterhals und dem äußeren Rand des Muttermundes. Unter dem Mikroskop werden die entnommenen Zellen auf Veränderungen hin untersucht (Pap-Test).</p> <p>Sinnvoll? Mit dem Pap-Test werden frühzeitig verdächtige Zellveränderungen festgestellt, die bei Frauen besonders in den Lebensabschnitten 35-39 Jahre und 60-69 Jahre auftreten. Ausgelöst werden sie meist durch eine chronische Entzündung mit den krebserregenden humanen Papillomviren (HPV). Kritik am Test gibt es, weil er häufig falsch-positive Ergebnisse liefert, also ein positives Testergebnis, obwohl keine gefährliche Zellveränderung vorliegt. Trotzdem hat der Test seit Einführung nachweislich die Überlebenschance von Frauen verbessert. Fraglich ist deshalb eher, ob der neuere HPV-Test den Pap-Test ersetzen sollte. Europäische Studien haben bereits bewiesen, dass eine Kombination der Tests mehr Frauen vor Gebärmutterhalskrebs schützt, als der Pap-Test allein.</p> <p>Kosten: Der Abstrich wird als Teil der kostenlosen Krebsvorsorge von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt. Der kombinierte Test (HPV- und Pap-Test) ab 2020 wird Teil der gesetzlichen Vorsorge, statt der derzeitigen jährlichen zytologischen Untersuchung per Pap-Test. Auch er wird also von der Kasse übernommen bei Frauen ab 35 Jahren.</p>
	<p>HPV-Test zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs</p> <p>Wer/Wann: Frauen ab 30 Jahren, alle fünf Jahre; Frauen ab 35 wird ab 2020 eine Kombinationsuntersuchung aus Pap-Test und HPV-Test alle drei Jahre angeboten</p> <p>Untersuchung: Genau wie beim Abstrich im Rahmen der Pap-Untersuchung werden Zellen von der Schleimhaut am Gebärmutterhals und dem äußeren Rand des Muttermundes entnommen (Abstrich). Im Gegensatz zum Pap-Test werden die Zellen aber beim HPV-Test im Labor untersucht und zwar auf die DNA von HP-Viren hin.</p> <p>Sinnvoll? Studien weltweit deuten auf die Sinnhaftigkeit des Testes hin. Z.B. in den Niederlanden, Italien, Schweden oder Großbritannien wird der Test bereits zur Vorsorge genutzt. In Wolfsburg bieten ihn zwei Krankenkassen im Modellversuch mit an. Der Test ist sinnvoll, allerdings: Auch hier gibt es eine relativ hohe Chance für falsch-positive Ergebnisse.</p> <p>Kosten: Der HPV-Test ist in Deutschland überall als IGeL-Leistung beim Frauenarzt erhältlich und kostet zwischen 50 und 80 Euro. Der kombinierte Test (HPV- und Pap-Test) ab 2020 wird Teil der gesetzlichen Vorsorge, statt der derzeitigen jährlichen zytologischen Untersuchung per Pap-Test.</p>

	<p>Chlamydien-Screening</p> <p>Wer/Wann: Frauen bis 25 Jahre, jährlich</p> <p>Untersuchung: Beim Chlamydien-Screening werden durch eine Urinprobe Chlamydienbakterien nachgewiesen. Diese können bei Frauen schwere Entzündungen von Gebärmutter und Eileiter auslösen und auch Zellveränderungen (Krebs) bedingen.</p> <p>Sinnvoll? Die Untersuchung ist sinnvoll - Chlamydien sind die weltweit häufigsten Erreger sexuell übertragbarer Krankheiten und laut Experten auch die häufigste Ursache für ungewollte Unfruchtbarkeit bei Frauen.</p> <p>Kosten: Das Chlamydien-Screening wird bei sexuell aktiven Frauen jährlich bis zum Alter von 25 Jahren von der gesetzlichen Krankenkasse bezahlt.</p>
<p>Hautkrebs</p>	<p>Hautkrebs-Screening</p> <p>Wer/Wann: Männer und Frauen ab 30 bzw. 35 Jahren (je nach gesetzlicher Krankenkasse), Untersuchung alle zwei Jahre.</p> <p>Untersuchung: Der Arzt begutachtet die Haut von Kopf bis Fuß mit bloßem Auge. Bei Verdacht auf eine bösartige Veränderung prüft ein Hautarzt die Haut ein zweites Mal und nimmt eine Gewebeprobe. Ob bei der Begutachtung der Einsatz eines Handmikroskops mit Lampe als zusätzliche IGeL-Leistung gilt, ist unter Dermatologen und Krankenkassen umstritten.</p> <p>Sinnvoll? Empfehlenswert vor allem für Risikogruppen. Das sind z.B. Menschen mit mehr als 100 Muttermalen, Menschen, bei denen sich Muttermale in Größe, Form oder Farbe verändern oder bei denen Hautkrebs in der Familie vorkommt.</p> <p>Kosten: Die Krankenkasse übernimmt die Kosten, wenn ein Haut- oder Allgemeinmediziner mit entsprechender Zulassung die Untersuchung durchführt.</p>
<p>Herz & Gefäße</p>	<p>Doppler-Sonografie der großen Gefäße von Kopf, Hals, Bauch und Beinen</p> <p>Wer/Wann: Männer und Frauen ab 30 Jahren bei Beschwerden</p> <p>Untersuchung: Mit der Doppler-Sonografie kann der Arzt die Richtung und die Geschwindigkeit des Blutflusses in den Hals- und Beinarterien, im Herzen, den großen Körper- und Nierengefäßen darstellen und Engstellen oder Verschlüsse schnell erkennen.</p> <p>Sinnvoll? Die Untersuchung ist besonders nach Schlaganfällen sinnvoll oder für Risikopatienten, also Menschen, in deren Familien bereits Schlaganfälle oder andere Infarkte vorgekommen sind.</p> <p>Kosten: Die gesetzliche Krankenkasse bezahlt die Doppler-Sonografie nicht routinemäßig. Wenn Beschwerden oder der begründete Verdacht auf Gefäßstenosen bestehen, übernimmt sie die Kosten. Zur Früherkennung ist sie eine IGeL-Leistung und kostet je nach Gefäßart zwischen 27 und 94 Euro.</p>

Ultraschalluntersuchung des Herzens (Echokardiografie)

Wer/Wann: Männer und Frauen jeden Alters bei Beschwerden

Untersuchung: Bei der Untersuchung sendet ein Schallkopf Schallwellen, die durch das Gewebe des Herzens verändert werden und von dem Schallkopf wieder empfangen und in ein elektronisches Bild umgewandelt werden. Der Ultraschall erfolgt von außen über den vorderen Brustkorb oder von innen, dann wird der Schallkopf durch die Speiseröhre geschoben.

Sinnvoll? Die Echokardiografie ist Routine in der Diagnose von Herzerkrankungen und eignet sich zur Klärung eines Verdachts auf Herzfehler oder Störungen der Herzfunktion. Als routinemäßige Vorsorge für Menschen ohne Beschwerden ist sie nicht sinnvoll.

Kosten: Die gesetzlichen Krankenkassen bezahlen die Echokardiografie nicht routinemäßig. Wenn Beschwerden oder der begründete Verdacht auf Herzfunktionsstörungen bestehen, übernimmt sie die Kosten. Zur Früherkennung ist sie eine IGeL-Leistung und kostet zwischen 27 und 94 Euro.

MRT des Herzens (Magnetresonanztomografie)

Wer/Wann: Männer und Frauen bei Beschwerden

Untersuchung: Mit dem MRT prüft der Arzt, wie das Herz arbeitet, wie die Herzklappen funktionieren, wie der Herzmuskel beschaffen und durchblutet ist.

Sinnvoll? Ein MRT ist sinnvoll, um bei Herzbeschwerden die Funktion zu beurteilen oder um zum Beispiel eine Herzmuskelentzündung auszuschließen. Außerdem dient es als virtuelle Alternative zur herkömmlichen Koronarangiografie. Als routinemäßige Vorsorgeuntersuchung eignet sich das MRT nicht.

Kosten: Für Gesunde ist diese Untersuchung eine IGeL-Leistung und kostet rund 450 Euro. Wenn der begründete Verdacht auf Herzprobleme besteht, übernimmt die Krankenkasse die Kosten.

Ultraschalluntersuchung der Bauchaorta

Wer/Wann: Einmalig für Männer ab 65 Jahren

Untersuchung: Die Bauchaorta ist ein zentrales blutführendes Gefäß des Körpers. Reißt sie, besteht Lebensgefahr und viele Patienten erreichen nicht rechtzeitig das Krankenhaus. Meist bilden sich zuerst Ausstülpungen, die Aneurysmen, an denen das Gefäß dann einreißt. Seit 2018 gibt es deshalb das Screening für Männer (die besonders oft betroffen sind) einmalig ab 65 Jahren. Dabei misst der Arzt mittels Ultraschall die Aorta an der Stelle mit dem größten Durchmesser unterhalb der Stelle, an der die Nierengefäße abzweigen. Ist der Durchmesser an dieser Stelle größer als 2,5 Zentimeter, gilt er als auffällig. Ab drei Zentimetern liegt ein Aneurysma vor.

Sinnvoll? Ein Bauchaortenaneurysma kann extrem gefährlich werden und Symptome sind für Betroffene kaum wahrzunehmen. Wenn doch, sind sie oft nicht eindeutig - Bauch- oder Rückenschmerz oder ein Druckgefühl. Das Screening per Ultraschall ist unkompliziert und strahlenfrei, also eine sinnvolle Untersuchung ohne großen Aufwand oder Risiken für den Patienten.

Kosten: Die Kassen übernehmen seit 2018 einmalig das Screening für Männer ab 65 Jahren.

Magen & Darm

Atemtest zum Nachweis von Helicobacter pylori-Infektionen

Wer/Wann: Frauen und Männer mit Beschwerden wie Magendrücken, Blähungen, Sodbrennen oder gehäuften Durchfällen

Untersuchung: Der nüchterne Patient atmet tief in einen Beutel aus, trinkt einen speziellen Saft und atmet erneut in den Beutel. Die Atemprobe wird im Labor auf Kohlenwasserstoff untersucht, ein Stoffwechselprodukt der Helicobacter pylori-Bakterien (Hp-Bakterien).

Sinnvoll? Eine chronische Hp-Infektion gilt als Risiko für Magen- und Darmkrebs. Allerdings ist bislang nicht nachgewiesen, dass sich die Atemtest-Methode zur routinemäßigen Krebsfrüherkennung eignet. In Deutschland sind ca. 33 Millionen Menschen mit dem Bakterium infiziert und 10-20 Prozent von ihnen entwickeln deshalb ein Magengeschwür. Wird Helicobacter pylori nachgewiesen, sollte unbedingt medizinisch behandelt werden.

Kosten: Die Krankenkassen zahlen den Atemtest zum Nachweis nur als Kontrolle nach einer Hp-Behandlung. Wer den Test privat machen lassen will, muss mit Kosten um 25 Euro rechnen.

Darmkrebs-Früherkennung mittels Stuhluntersuchung iFOBT

Wer/Wann: Frauen und Männer ab 50 Jahren, einmal jährlich bis 55 Jahre. Danach alle zwei Jahre, wenn keine Früherkennungsdarmspiegelung (Koloskopie) in Anspruch genommen wurde. Bei auffälligen Ergebnissen besteht aber Anspruch auf eine Abklärungskoloskopie

Untersuchung: Bei dem so genannten immunologischen Stuhntest (iFOBT) bekommt der Patient ein Testset mit nach Hause. Dort entnimmt er selbst eine Stuhlprobe, indem er oder sie eine kleine Menge Stuhl auf das Testbriefchen streicht. Die Probe kommt in das Röhrchen aus dem Set und sollte binnen des Folgetages in der Arztpraxis abgegeben werden. Im Labor wird die Probe auf Blutrückstände untersucht, die durch Tumore und ihre Vorstufen entstehen.

Sinnvoll? Der Nachweis von verborgenem Blut im Stuhl zählt zu den besterprobten Methoden der Früherkennung. Er ist einfach und senkt nachweislich die Sterblichkeit, wenn nach einem positivem Befund anschließend der Darm gespiegelt wird. Das iFOBT-Verfahren, das seit April 2017 in Anspruch genommen werden kann, ist außerdem noch weniger störanfällig, weil es direkt auf Antikörper menschlichen Blutes reagiert.

Kosten: Der Test ist im Programm zur Krebsfrüherkennung der Gesetzlichen Krankenkassen enthalten. Männer und Frauen zwischen 50 und 55 Jahren haben Anspruch. Ab 55 Jahren können sie wählen: entweder alle zwei Jahre einen Stuhntest oder insgesamt zweimal alle zehn Jahre eine Darmspiegelung.

Große Darmspiegelung (Koloskopie) zum Nachweis von Darmkrebs und dessen Vorstufen

Wer/Wann: Frauen ab 55 und Männer ab 50 Jahren (ab 1. Juli 2019), zweimal im Abstand von zehn Jahren

Untersuchung: Bei der Darmspiegelung wird der gesamte Dickdarm untersucht. Vor der Untersuchung muss der Patient Abführmittel trinken, der Darm muss frei von Speise- und Stuhlresten sein. Dann führt der Arzt vom After her ein Koloskop ein: einen biegsamen, etwa fingerdicken Schlauch. An dessen Ende befinden sich u.a. eine Lichtquelle und eine Kamera. Die Bilder werden auf einen Bildschirm übertragen. Bei verdächtigen Veränderungen entnimmt der Arzt (wieder mit Hilfe des Koloskops) Gewebeprobe(n). Größere Polypen können mit einer elektrischen Schlinge entfernt werden.

Sinnvoll? Die Darmspiegelung gilt als die beste Möglichkeit, um den Darm auf verdächtige Veränderungen hin zu untersuchen.

Kosten: Seit 2002 wird die Darmspiegelung kostenlos zur Früherkennung angeboten. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten.

Prostatakrebs	<p>Rektales Abtasten der Prostata zur Früherkennung von Prostatakrebs</p> <p>Wer/Wann: Männer ab 45 Jahren, einmal jährlich</p> <p>Untersuchung: Der Patient liegt auf der Seite oder auf dem Rücken, der Arzt befühlt die Vorsteherdrüse mit einem Finger durch den After. Außerdem inspiziert der Arzt die äußeren Genitalorgane und die Lymphknoten in der Leiste.</p> <p>Sinnvoll? Der Arzt entdeckt nur etwa ein Drittel der vorhandenen Karzinome durch diese Untersuchung. Bei Männern, die älter als 75 Jahre alt sind, überwiegen die Risiken.</p> <p>Kosten: Wer gesetzlich versichert ist, hat einmal im Jahr Anspruch auf die Tastuntersuchung.</p>
	<p>PSA-Test zur Früherkennung von Prostatakrebs</p> <p>Wer/Wann: Männer ab 45 Jahren, jährlich</p> <p>Untersuchung: PSA steht für "Prostata-spezifisches Antigen". Das ist ein Eiweiß, das in der Prostata gebildet und in die Samenflüssigkeit abgegeben wird. Durch die gute Durchblutung der Prostata werden Eiweiße auch ins Blut abgegeben - hier setzt der Test an. Mittels einer Blutprobe werden die PSA-Werte bestimmt.</p> <p>Sinnvoll? Der PSA-Test ist umstritten, da er häufig zu falsch-positiven Befunden, also unnötig zu einer Krebsdiagnose führen kann. Die PSA-Werte schwanken im Laufe des Lebens natürlicherweise sehr stark, deshalb wird die Aussagekraft des Tests immer wieder angezweifelt. Ein eindeutiger Nutzen als (alleinige) Vorsorgeuntersuchung konnte bisher nicht nachgewiesen werden.</p> <p>Kosten: Der Test ist eine IGeL-Leistung und kostet zwischen 15 und 20 Euro. Durch das Beratungsgespräch und ergänzende Untersuchungen können die Gesamtkosten aber bis zu 50 Euro betragen.</p>
Schilddrüse	<p>Blutuntersuchung Schilddrüsenhormone</p> <p>Wer/Wann: Männer und Frauen ab 40 Jahren bei Verdacht auf Schilddrüsenstörung</p> <p>Untersuchung: Der Arzt nimmt dem Patienten Blut ab und lässt es im Labor auf die Schilddrüsenhormone (TSH, T3 und T4) sowie das Hormon TSH (Thyreotropin) aus der Hirnanhangdrüse (Hypophyse) untersuchen.</p> <p>Sinnvoll? Der Test ist sehr zuverlässig, als routinemäßige Früherkennung eignet er sich allerdings nicht. Sinn macht der Bluttest bei bekannten Schilddrüsenproblemen oder beim Vorkommen von Schilddrüsenenerkrankungen in der Familie.</p> <p>Kosten: Für Gesunde ist der Test eine IGeL-Leistung und wird nicht von der gesetzlichen Krankenkasse bezahlt. Als IGeL-Leistung kostet der Test etwa 17 Euro pro Wert. Patienten mit Beschwerden und/oder einem begründeten Verdacht auf eine Schilddrüsenenerkrankung haben Anspruch auf Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse.</p>

<p>Zähne</p>	<p>Zahnärztliche Vorsorge</p> <p>Wer/Wann: Männer und Frauen halbjährlich, Kinder von 3-6 Jahren dreimal jährlich.</p> <p>Untersuchung: Zahnärztliche Kontrolle der Zähne auf Karies und Parodontitis. Der Arzt entfernt außerdem Zahnstein und schließt andere Erkrankungen im Mund- und Kieferbereich aus.</p> <p>Sinnvoll? Empfehlenswert, die Mundgesundheitsstudie zeigt, dass die zahnärztliche Vorsorge die Karies in allen Altersklassen zurückdrängen konnte.</p> <p>Kosten: Die Krankenkassen übernehmen die Kosten bei Erwachsenen zweimal pro Jahr, bei Kindern bis sechs Jahre dreimal. Zahnstein wird einmal jährlich kostenlos entfernt. Wer regelmäßig zur Vorsorge geht, erhält bei Zahnersatz einen Zuschuss.</p>
	<p>Professionelle Zahnreinigung</p> <p>Wer/Wann: Männer und Frauen jeden Alters, bis zu zweimal jährlich.</p> <p>Untersuchung: Bei der ca. einstündigen Sitzung untersucht ein zahnmedizinischer Prophylaxe-Assistent (ZMP) Mund und Zahnfleisch und sondiert mit einem Messgerät die Tiefe der Zahnfleischtaschen. Sie oder er reinigt mit Scaler (Handinstrument mit hakenartiger Spitze) und Zahnseide die Zahnzwischenräume, entfernt Zahnstein z.B. mit dem Ultraschallgerät und mit einem Mini-Sandstrahler Farbrückstände von Kaffee, Tee oder Tabak. Danach reinigt die oder der ZMP die Zahnfleischtaschen, poliert die Zähne und bestreicht sie mit Fluorid-Gel.</p> <p>Sinnvoll? Die professionelle Zahnreinigung macht auch für fleißige und regelmäßige Zähneputzer Sinn: Denn selbst wer seine Zähne gründlich putzt, wird nie den kompletten Zahnstein und die Plaque entfernen. Besondere Problemzonen für die Zahnbürste: die Weisheits- und Backenzähne, Zahnfleischtaschen.</p> <p>Kosten: Igel-Leistung: Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten nur im Ausnahmefall. Einige Zahnzusatzversicherungen übernehmen sie bis zu einer maximalen Jahressumme. Bei Menschen mit Parodontitis gehört sie zur Therapie und wird übernommen. Eine Sitzung kostet zwischen 70 bis 120 Euro.</p>
<p>Stand:</p>	<p>25.02.2019</p>