

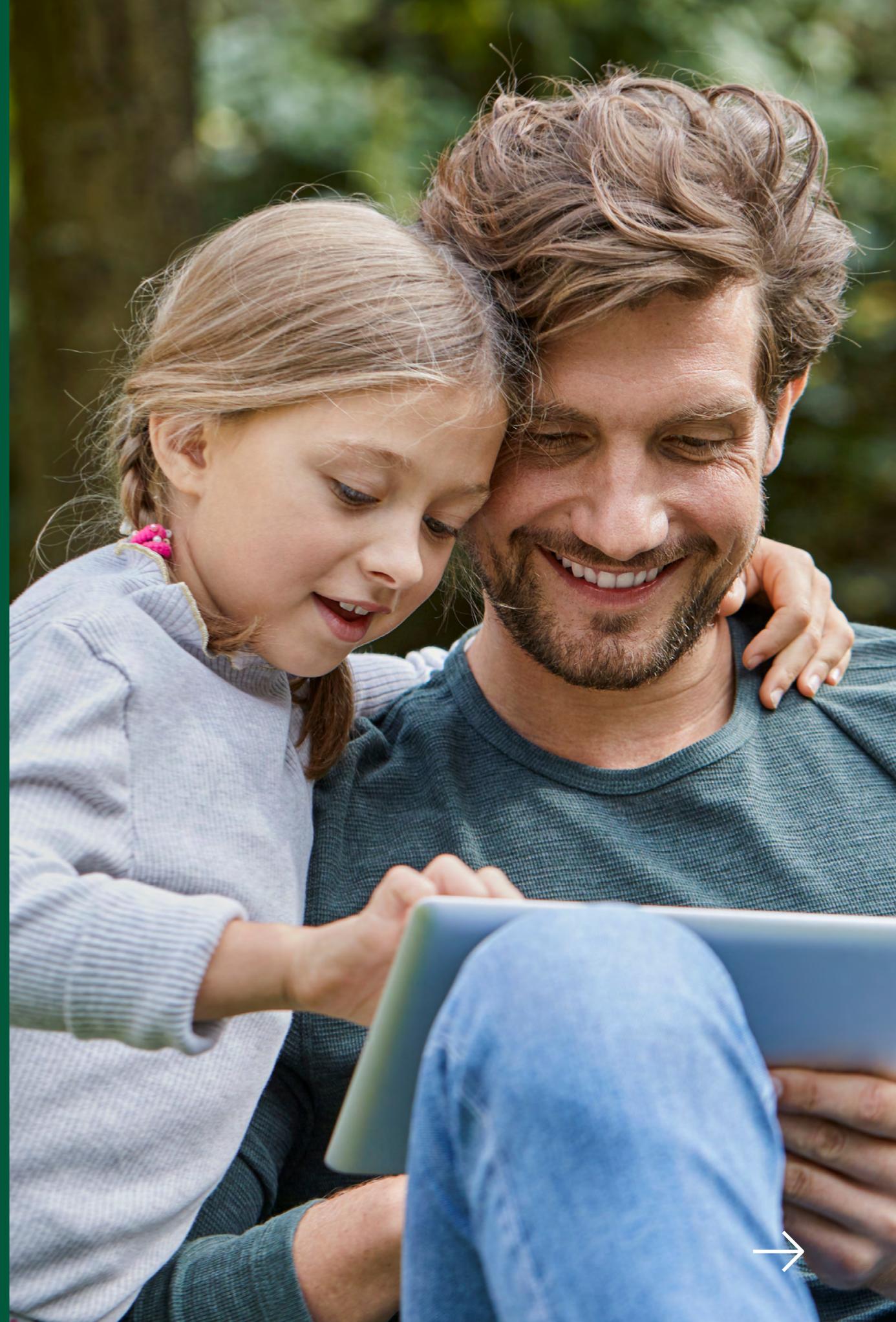


# 800 Euro zusätzlich für Ihre Gesundheit

Mit unserem Gesundheitskonto über mehr Leistungen und mehr Sicherheit freuen.

[aok.de/hessen/gesundheitskonto](https://aok.de/hessen/gesundheitskonto)

AOK Hessen  
Die Gesundheitskasse.





## Das Gesundheitskonto der AOK Hessen

Haut-, Brust- oder Darmkrebsvorsorge? Sportmedizinische Untersuchung? Gerne! Nutzen Sie unser umfangreiches Angebot an Extra-Leistungen und profitieren Sie vom Gesundheitskonto der AOK Hessen.

**800 Euro** stehen Ihnen jährlich für zusätzliche Leistungen zur Verfügung.

Wählen Sie Ihre Wunschleistung aus den jeweiligen Kategorien aus:

- Impfungen bis zu 300 Euro
- Vorsorgeleistungen bis zu 200 Euro
- Alternativmedizin bis zu 150 Euro
- Zahngesundheit bis zu 150 Euro

**Familien können sich gleich mehrfach freuen:** AOK-Versicherte und ihre mitversicherten Angehörigen haben jeweils ein eigenes Gesundheitskonto von 800 Euro.





# Starker Schutz für starke Abwehrkräfte

Impfungen gehören zu den wichtigsten vorbeugenden Maßnahmen, um Kinder und Erwachsene vor schweren Krankheiten zu schützen. Deshalb erstatten wir bis zu **300 Euro** für Impfleistungen.





## Reiseschutzimpfungen

Wenn Sie einen Urlaub im Ausland planen, sollten Sie frühzeitig vor Reiseantritt Ihren Impfschutz ärztlich prüfen lassen. Vor allem für Fernreisen sind besondere Reiseschutzimpfungen sinnvoll, teilweise sogar vom Einreiseland vorgeschrieben. Informieren Sie sich rechtzeitig, für welches Land welche Impfungen empfohlen werden und wie lange Sie benötigen, um einen Grundschutz zu erlangen.

## FSME-Impfung

Frühsommer-Meningoenzephalitis(FSME)-Viren werden vor allem durch Zecken auf den Menschen übertragen. Bei der Erkrankung kann es zu Entzündungen des Gehirns, der Hirnhaut oder des Rückenmarks kommen.

Eine Kostenerstattung für diese Extra-Leistungen ist jeweils jährlich möglich.



## Meningokokken-B-Impfung

Diese Impfung wird derzeit in Deutschland nicht standardmäßig empfohlen. Meningokokken kommen weltweit vor und können eine bakterielle Hirnhautentzündung oder eine Blutvergiftung (Sepsis) auslösen. Am häufigsten sind Säuglinge im ersten Lebensjahr, Kleinkinder oder Jugendliche betroffen.

## HPV-Impfung

Die meisten sexuell aktiven Menschen infizieren sich mindestens einmal im Leben mit HPV (humane Papillomviren). HPV werden dabei in Hochrisiko-Typen und Niedrigrisiko-Typen unterschieden. Hochrisiko-Typen können zu Krebs führen, während Niedrigrisiko-Typen für Genitalwarzen verantwortlich sind. Eine HPV-Infektion verläuft in den meisten Fällen ohne Symptome, weshalb sie häufig unentdeckt bleibt.

Die HPV-Impfungen bieten einen Schutz gegen bestimmte Virusstämme, sofern bisher noch keine Infektion mit diesen vorliegt.



Eine Kostenerstattung für diese beiden Extra-Leistungen ist jeweils jährlich möglich, bis eine komplette Immunisierung vorliegt.





# Vorsorge zahlt sich aus

Bei den meisten Krankheiten das Allerwichtigste: dass sie so früh wie möglich erkannt und gezielt behandelt werden. Deshalb bieten wir Ihnen vielfältige Leistungen zur individuellen Vorsorge und erstatten Ihnen hierfür bis zu **200 Euro**.



## Taktilographie der Brust

Je früher eine Krebserkrankung entdeckt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Die Taktilographie der Brust (Tastuntersuchung) durch blinde oder sehbehinderte Personen bietet Ihnen einen entscheidenden Vorteil. Blinde und sehbehinderte Personen verfügen über einen besonders sensiblen Tastsinn, der es ihnen ermöglicht, selbst kleinste Veränderungen und Auffälligkeiten in der Brust zu erkennen.



## Sonographie der Brust

Als Sonographie der Brust bezeichnet man die Ultraschalluntersuchung der Brust. Dabei wird die Gewebestruktur mithilfe von Ultraschallwellen abgebildet. Das Prinzip beruht darauf, dass Gewebe verschiedener Dichte in unterschiedlichem Ausmaß die Wellen reflektiert. Der Vorteil dieser Methode ist die geringe Strahlenbelastung.

## Mammographie der Brust

Als Mammographie bezeichnet man die Röntgenuntersuchung der Brust. Im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung können mit dieser Methode sehr kleine, noch nicht tastbare Knötchen oder sogenannter Mikrokalk, oft ein Vorstadium von Brustkrebs, erkannt werden.

Die Kostenerstattung für eine Brustkrebsvorsorge (Taktilographie, Mammographie oder Sonographie der Brust) ist alle zwei Jahre möglich.



## Sportmedizinische Untersuchung

Wer untrainiert mit einer Sportart beginnt, setzt sich Verletzungsgefahren oder Gesundheitsrisiken aus. Bei einer sportmedizinischen Untersuchung werden Herz, Kreislauf und Bewegungsapparat untersucht. Zusätzlich gibt das sportärztliche Fachpersonal individuelle Tipps für die geplante Sportart. Die sportmedizinische Untersuchung schließt auch die Erstellung eines Belastungskardiogramms mit ein.



## Hautkrebs-Screening

Hautkrebs zählt zu den häufigsten Krebserkrankungen in Deutschland. Die Zahl der Hautkrebserkrankungen steigt zudem stetig. Frühzeitig erkannt ist Hautkrebs jedoch meist gut heilbar.

## Darmkrebsvorsorge

Bei Darmkrebs entstehen Wucherungen, die ins Innere des Darms hineinragen. Diese sogenannten Polypen sind in der Regel klein und harmlos. Die Polypen können Blut in den Stuhl absondern. Das Blut ist jedoch meist nicht mit bloßem Auge zu erkennen. Dieses sogenannte okkulte Blut im Stuhl lässt sich durch den Stuhltest zur Krebsfrüherkennung aufspüren.

Eine Kostenerstattung für diese drei Extra-Leistungen ist jeweils alle zwei Jahre möglich.



## Mikronährstoffanalyse

Grundsätzlich können dem Körper mit einer ausgewogenen Ernährung ausreichend Vitamine und Mineralstoffe zugeführt werden. Es gibt jedoch Personengruppen, die ein erhöhtes Risiko für eine grenzwertige Versorgung haben. Die Mikronährstoffanalyse liefert Messwerte, die unter Berücksichtigung des individuellen Gesundheitsstatus und der Gesundheitssituation der Patientin oder des Patienten ermittelt werden.

Folgende Mikronährstoffe sind Bestandteil dieser Extra-Leistung: Vitamin D, Vitamin B12, Calcium, Eisen, Jod, Folsäure, Omega-3-Fettsäuren.

Die Kosten für die Analyse weiterer Mikronährstoffe können nicht erstattet werden. Die Ergebnisse werden dann zusammen mit ärztlichem Fachpersonal besprochen, um entsprechende Maßnahmen zu planen, z. B. eine Anpassung der Ernährungsgewohnheiten.

## Gesundheits-Check-up

Der Gesundheits-Check-up erfasst Gesundheitsrisiken und dient der Früherkennung von häufig auftretenden Krankheiten, insbesondere von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Nierenerkrankungen und Diabetes mellitus. Beim Gesundheits-Check-up erfolgt eine ärztliche Anamnese, eine körperliche Untersuchung, eine Laboruntersuchung von Blut und Urin und eine abschließende Beratung über die Untersuchungsergebnisse und individuelle Risikofaktoren.

Eine Kostenerstattung für diese beiden Extra-Leistungen ist jeweils alle drei Jahre möglich.





# Auf natürlichem Weg zu ganzheitlicher Gesundheit

Entdecken Sie, wie Sie Ihre Gesundheit und Lebensqualität auf natürliche Weise steigern können. Für Leistungen der Alternativmedizin erhalten Sie bis zu **150 Euro**.



## Osteopathie

Die Osteopathie ist ein ergänzendes Therapieverfahren zur wissenschaftsorientierten Medizin mit dem Ziel, Bewegungseinschränkungen, Verhärtungen und Verspannungen zu lösen.

Eine Kostenerstattung für diese Extra-Leistung ist jährlich für drei Behandlungen (max. 50 Euro je Behandlung) möglich.

## Homöopathie

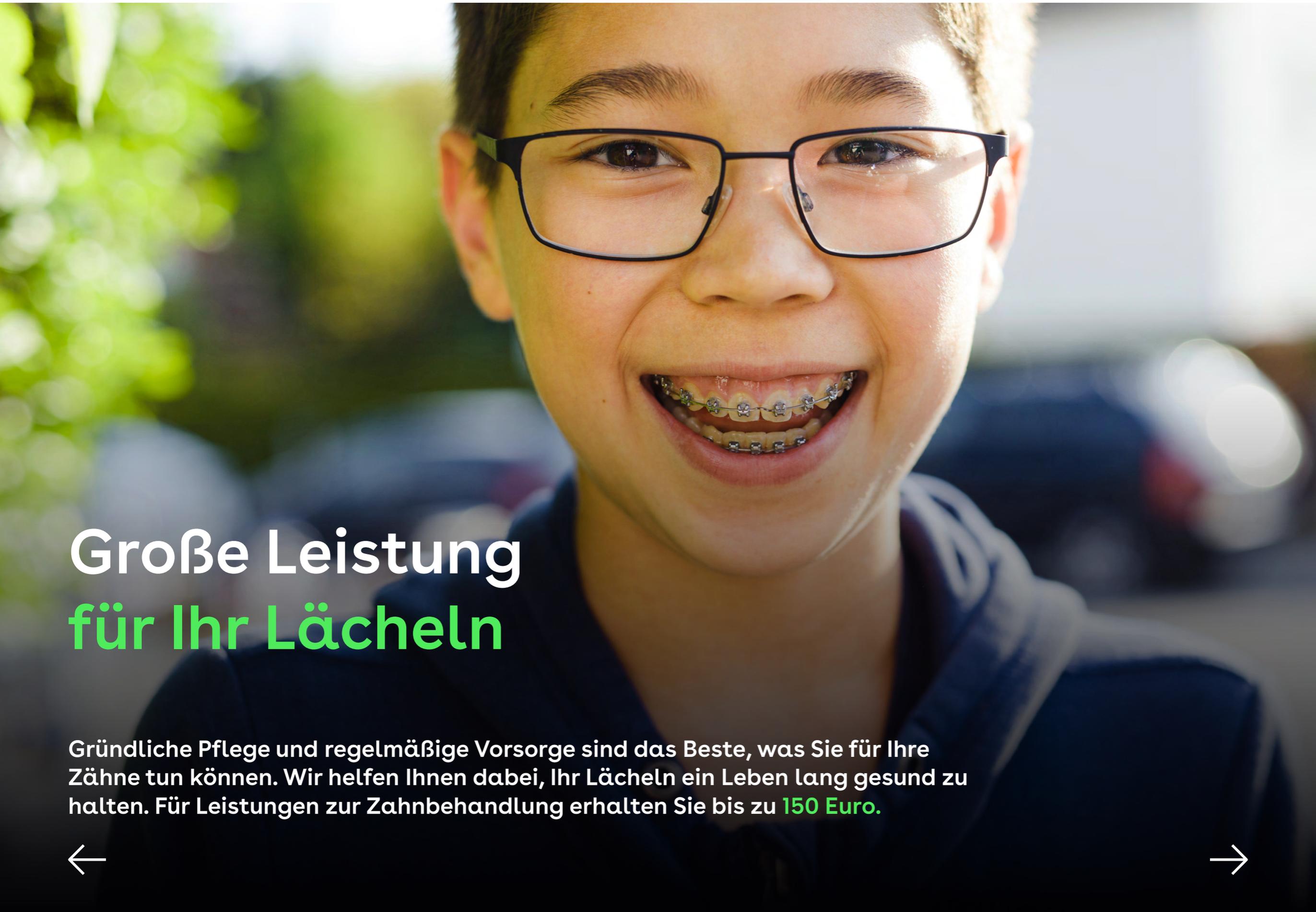
Die homöopathische Medizin ist eine komplementärmedizinische Heilmethode. Sie möchte den Menschen ganzheitlich stärken, damit Krankheiten besser bewältigt werden können.

Bei der Homöopathie werden geringe Dosen von solchen Stoffen eingenommen, die in stärkeren Dosen bei gesunden Menschen die Krankheitssymptome auslösen würden. Homöopathische Medikamente sind mehrfach verdünnte Substanzen. Sie werden als Lösungen, Tabletten oder kleine Kügelchen, sogenannte Globuli, verabreicht.

Die AOK Hessen erstattet sowohl homöopathische Arzneimittel als auch die homöopathische Anamnese.

Eine Kostenerstattung für diese Extra-Leistung ist jährlich möglich.





# Große Leistung für Ihr Lächeln

Gründliche Pflege und regelmäßige Vorsorge sind das Beste, was Sie für Ihre Zähne tun können. Wir helfen Ihnen dabei, Ihr Lächeln ein Leben lang gesund zu halten. Für Leistungen zur Zahnbehandlung erhalten Sie bis zu **150 Euro**.



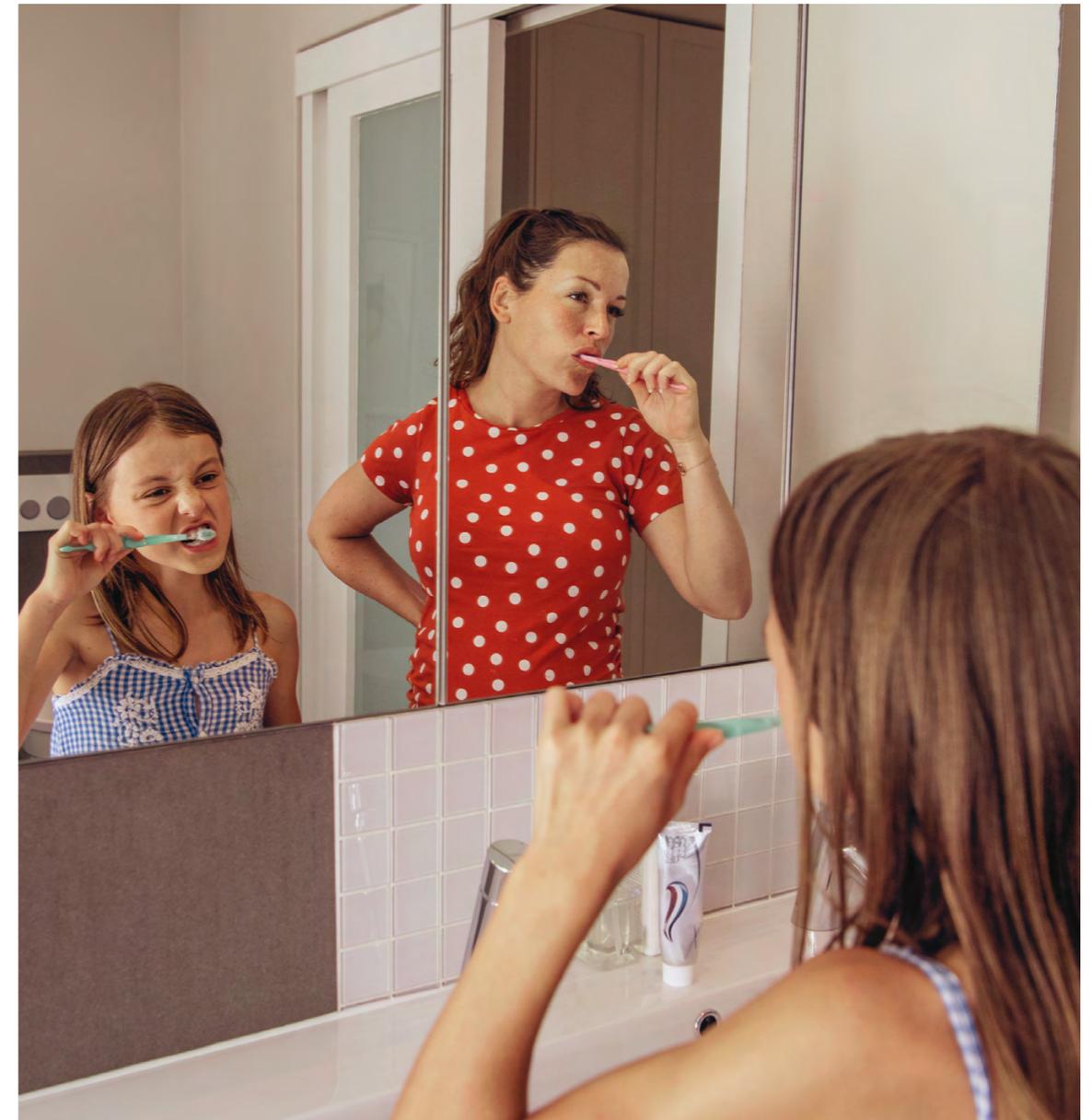
## Zahnversiegelung bei fester Zahnspange

Die AOK Hessen beteiligt sich bei einer genehmigten kieferorthopädischen Behandlung mit festsitzender Zahnspange an den Kosten zur Versiegelung von Zahnflächen, auf die z.B. Brackets geklebt werden.

## Lachgassedierung

Kinder und Jugendliche haben oft Angst vor Zahnbehandlungen. Um ihnen diese zu nehmen, wird bei größeren Eingriffen wie der Entfernung (Extraktion) der Weisheitszähne daher häufig eine Allgemeinanästhesie (Vollnarkose) angeboten. Mittlerweile gibt es jedoch eine schonendere Möglichkeit der Sedierung (leichte Narkose): Die Lachgassedierung gilt als eine der modernsten und sichersten Methoden für eine entspannte und angstfreie Behandlung.

Eine Kostenerstattung für diese beiden Extra-Leistungen ist jeweils jährlich möglich.



## Kostenerstattung leicht gemacht

So erstatten wir Ihnen die Kosten für Ihre in Anspruch genommenen Leistungen.



### Rechnungen einreichen

Die Extra-Leistungen werden nicht über die elektronische Gesundheitskarte abgerechnet. Sie erhalten von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt eine Privatrechnung. Die Rechnungen und sonstige Nachweise können Sie über unser Onlineportal „**Meine AOK**“ ganz einfach hochladen oder postalisch an **AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen, 64520 Groß-Gerau** senden.



### Bankverbindung angeben

Bitte geben Sie Ihre Bankverbindung an, auf die wir das Geld erstatten sollen.



### Erstattung erhalten

Innerhalb weniger Tage überweisen wir Ihnen das Geld auf Ihr Konto.



## Das Gesundheitskonto auf einen Blick


**Erstattungsbetrag**  
 bis zu 300 Euro

Impfungen	Altersgrenze	Nutzung
Meningokokken-B-Impfung	–	jährlich
FSME-Impfung	–	jährlich
HPV-Impfung	bis 26 Jahre	jährlich
Reiseschutzimpfungen	–	jährlich


**Erstattungsbetrag**  
 bis zu 200 Euro

Vorsorgeleistungen	Altersgrenze	Nutzung
Taktilographie der Brust	ab 30 Jahren	alle 2 Jahre
Mammographie der Brust	ab 45 Jahren	alle 2 Jahre
Sonographie der Brust	ab 40 Jahren	alle 2 Jahre
Darmkrebsvorsorge	ab 45 Jahren	alle 2 Jahre
Hautkrebs-Screening	18 bis 34 Jahre	alle 2 Jahre
Sportmedizinische Untersuchung	–	alle 2 Jahre
Mikronährstoffanalyse	–	alle 3 Jahre
Gesundheits-Check-up	18 bis 34 Jahre	alle 3 Jahre


**Erstattungsbetrag**  
 Gesamtbetrag bis zu 150 Euro  
 (Osteopathie 3 x bis zu 50 Euro)

Alternativmedizin	Altersgrenze	Nutzung
Osteopathie	–	jährlich
Homöopathie	–	jährlich


**Erstattungsbetrag**  
 bis zu 150 Euro

Zahngesundheit	Altersgrenze	Nutzung
Zahnversiegelung		
bei fester Zahnsperre	–	jährlich
Lachgassedierung	bis 25 Jahre	jährlich

Für die Erstattung sind Ihre ärztlichen Rechnungen oder sonstige Nachweise über die berechtigte Leistungsanspruchnahme erforderlich. Weitere Informationen finden Sie auf [aok.de/hessen/gesundheitskonto](https://aok.de/hessen/gesundheitskonto)



## So profitiert Ihre ganze Familie vom Gesundheitskonto

Rechenbeispiel für eine vierköpfige Familie

Gesundheitskonto	Leistung	Euro
Mutter	Hautkrebs-Screening	70
	Mammographie	+ 120
	Homöopathie	+ 150
	Reiseschutzimpfung	+ 300
		<b>= 640</b>
Vater	Osteopathie	150
	Sportmedizinische Untersuchung	+ 120
	Mikronährstoffanalyse	+ 80
		<b>= 350</b>
Kind 1	Reiseschutzimpfung	300
	Zahnversiegelung	+ 120
		<b>= 420</b>
Kind 2	Osteopathie	150
	Meningokokken-B-Impfung	+ 300
		<b>= 450</b>



**Erstattungsbetrag gesamt:**  
**1.860 Euro**



# Wir sind immer **in Ihrer Nähe**



**0800 00 00 255 (kostenfrei)**

24 Stunden an 365 Tagen für Sie da



**facebook.com/aokhessen**

**youtube.com/aokdergesundheitskanal**

**instagram.com/aokhessen**



**aok.de/hessen/  
gesundheitskonto**

## „Meine AOK“

Über unser Onlineportal oder die App erledigen Sie viele Anliegen rund um Ihre Krankenversicherung papierlos und sicher. Gleich registrieren auf **hessen.meine.aok.de**

## Das AOK-Gesundheitsmagazin online

Viele Anregungen und Tipps rund um Gesundheit und Leben gibt's auf **aok.de/hessen/gesundheitsmagazin**

## AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen

Körperschaft des öffentlichen Rechts · Basler Str. 2 · 61352 Bad Homburg

Gestaltung: KNSK GROUP GmbH · Fotos: AOK · Bestell-Nr.: 9770102 · © AOK 12/23