

Kassel, den 22. Februar 2020

Boni und Prämien von der LKK

Gesundheitsvorsorge zahlt sich doppelt aus

Willst du nicht mal wieder zur Vorsorgeuntersuchung gehen?“ „Wie lange ist eigentlich deine letzte Tetanusschutzimpfung her?“ „Gehst du nächste Woche mit Malte zur Kindervorsorgeuntersuchung?“ „Müssen wir einen Bewegungskurs eigentlich selbst bezahlen?“

Diese oder ähnliche Fragen werden in vielen Familien immer mal wieder gestellt. Manchmal sind sie Auslöser, um aktiv zu werden, manchmal werden die Antworten aber auch gerne in die Zukunft verschoben. Dabei ist die Gesundheit das wertvollste Gut, was wir besitzen.

Belohnung winkt

Deshalb belohnt die Landwirtschaftlichen Krankenkasse (LKK) ihre Versicherten, wenn sie etwas für die eigene Gesundheit tun, mit einer Geldprämie. An bestimmten Leistungen zur Früherkennung von Krankheiten oder qualitätsgesicherte Leistungen zur Prävention beteiligt sich die LKK an den Kosten oder zahlt eine Geldprämie.

Bonuspunkte sammeln

Das Bonusprogramm der LKK soll Versicherte und ihre Familienangehörigen in ihrem gesundheitsbewussten Verhalten nachhaltig bestärken. Das Verfahren ist einfach gestaltet: Für verschiedene Maßnahmen sind Bonuspunkte festgelegt. Ein Bonuspunkt entspricht einem Gegenwert von einem Euro. Der Bonus wird bei 30 gesammelten Punkten fällig und kann einmal pro Kalenderjahr beansprucht werden. Bei 50 Punkten wird sogar ein Sonderbonus von zusätzlich zehn Euro gezahlt. Insgesamt ist - neben dem guten Gefühl, etwas für seine Gesundheit getan zu haben - eine Prämie bis 60 Euro möglich. Diese Leistungen werden mit Bonuspunkten bewertet und bei einer Geldprämiengewährung berücksichtigt:

- Einmaliger Gesundheits-Check-up für Frauen und Männer im Alter von 18 bis 35 Jahren (10 Bonuspunkte)
- Gesundheits-Check-ups für Frauen und Männer ab dem Alter von 35 Jahren für (10 Bonuspunkte je Untersuchung)
- Hautkrebs-Screening für Frauen und Männer ab dem Alter von 35 Jahren (10 Bonuspunkte je Untersuchung)
- Krebsfrüherkennung für Männer dem Alter von 45 Jahren (10 Bonuspunkte je Untersuchung)



- Krebsfrüherkennung für Frauen ab dem Alter von 20 Jahren (10 Bonuspunkte je Untersuchung)
- Mammographie-Screening zur Früherkennung von Brustkrebs für Frauen im Alter von 50 bis 69 Jahren (10 Bonuspunkte je Untersuchung)
- Darmspiegelung zur Früherkennung von Darmkrebs für Frauen ab dem Alter von 55 Jahren; zwei Untersuchungen im Abstand von zehn Jahren (10 Bonuspunkte je Untersuchung)
- Darmspiegelung zur Früherkennung von Darmkrebs für Männer ab dem Alter von 50 Jahren; zwei Untersuchungen im Abstand von zehn Jahren (10 Bonuspunkte je Untersuchung)
- Leistungen der Primärprävention zur Bewegung, Ernährung sowie zum Stressmanagement und Suchtmittelkonsum (10 Bonuspunkte je in Anspruch genommener Leistung)
- Schutzimpfungen, die zu Lasten der LKK abrechnungsfähig sind (4 Bonuspunkte je Impfung)
- Vollständig durchgeführte Kinderuntersuchungen U3 bis U7 (10 Bonuspunkte pauschal)
- Kinderuntersuchungen U7a, U8, U9 und J1 (10 Bonuspunkte je Untersuchung)
- zahnärztliche Kinder-Früherkennungsuntersuchung (5 Bonuspunkte je Untersuchung)

Die Bonuspunkte werden dem Versicherten gutgeschrieben. Für Versicherte unter 16 Jahren werden sie dem Elternteil, bei dem die Familienversicherung besteht, zugeordnet.

Bonuspunkte gibt es nur für Maßnahmen, die regelmäßig in Anspruch genommen werden, das heißt wenn zwischen ihnen nicht mehr als 18 Monate liegen. Wird dieser Zeitraum überschritten, verfallen die bis dahin angesammelten Bonuspunkte.

Ebenfalls verfallen die Bonuspunkte, für die Geldprämien bezahlt wurden. Bonifizierbare Leistungen, die während der Versicherung bei einer anderen Krankenkasse in Anspruch genommen wurden, können angerechnet werden.

Die Teilnahme am Bonusprogramm ist freiwillig und muss im Vorfeld gegenüber der LKK schriftlich erklärt werden. Teilnehmen können alle bei der LKK versicherten Personen. Die Teilnahmeerklärung gibt es bei der LKK. Angehörige ab dem 16. Lebensjahr müssen ihre Teilnahme selbst erklären. Bei Ende der Versicherung endet automatisch auch die Teilnahme am Bonusprogramm.

Soll der Bonus ausgezahlt werden, muss dies beantragt werden und die in Anspruch genommenen Vorsorgeleistungen nachgewiesen werden. Dafür gibt es das LKK-Bonusheft. Für Kinder kann der Nachweis mit dem Vorsorgepasses erbracht werden.



Prämie für chronisch Kranke

Unabhängig vom Bonusprogramm bietet die LKK chronisch kranken Versicherten mit den Diagnosen

- Diabetes mellitus, Typ I und Typ II
- Koronare Herzkrankheit (KHK)
- Asthma bronchiale
- Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)

die Teilnahme an einem strukturierten Behandlungsprogramm an. Da chronisch Kranke durch den – oft lebenslangen – Verlauf ihres Leidens in besonderer Weise auf medizinische Betreuung angewiesen sind, haben sie einen erhöhten Beratungs- und Schulungsbedarf. Dieser soll dazu beitragen, dass sich die Krankheit nicht verschlimmert oder sie gar zu bewältigen. Zudem soll die dadurch verloren gegangene Lebensqualität wieder hergestellt werden.

Wer sich für ein strukturiertes Behandlungsprogramm einschreibt, erhält von der LKK einmalig eine Prämie von 40 Euro. Die Teilnahmeerklärung ist schriftlich einzureichen. Diese liegt in aller Regel den zugelassenen Ärzten vor und wird der LKK über diesen zugeleitet.

Zusatzleistungen

Neben den Prämien gewährt die LKK gemäß ihrer Satzung zusätzliche Leistungen sowie Zuschüsse zu verschiedenen Maßnahmen. Hierzu zählen:

- Professionelle Zahnreinigung
- Osteopathie
- Rufbereitschaft der Hebammen
- Toxoplasmose-Test und B-Streptokokken-Untersuchung
- Untersuchung von Kindern und Jugendlichen (über die gesetzlichen Regelungen hinaus auch „Grundschulcheck U10“, „Schülercheck U11“ und „Jugendvorsorge J2“)
- Hautkrebsscreening
- Sanierung bei einer Besiedlung mit MRSA (Methicillin-resistentem Staphylococcus aureus)
- Ärztliche Zweitmeinung Onkologie

Präventionskurse

Wer unter Anleitung mehr für seine Gesundheit tun möchte, kann sich einen passenden Präventionskurs auswählen. Diese Kurse sollen helfen, Krankheiten vorzubeugen und einen gesünderen Lebensstil zu pflegen. Präventionskurse bieten für jeden etwas.

Das Tragen schwerer Lasten, einseitige Bewegungen oder Bewegungsmangel im Arbeitsalltag können zu körperlichen Beschwerden führen. Mit Wirbelsäulen- oder Aquagymnastik kann ihnen entgegengewirkt werden.



Stress kann mit Entspannungskursen wie Hatha-Yoga oder autogenes Training reguliert werden.

Nimmt eine einseitige Ernährung überhand, kann sich auch das negativ auf die Gesundheit auswirken. Hier können beispielsweise Vorträge Tipps und Anregungen gegen eine mangel- und fehlerhafte Ernährung geben.

Der Stress im Arbeitsalltag wird manchmal auch durch Suchtmitteln versucht auszugleichen. Dass übermäßiger Konsum von Alkohol und/oder Nikotin schlecht für die Gesundheit ist, sollte hinlänglich bekannt sein. Die LKK unterstützt ihre betroffenen Versicherten und fördert Kurse zum Nichtrauchen, zur Reduzierung des Alkoholkonsums sowie zum richtigen Umgang mit Suchtmitteln.

Die Teilnahme an einem Präventionskurs erfolgt auf eigene Initiative. Eine ärztliche Verordnung ist hierfür nicht erforderlich.

Die LKK erstattet für zwei Präventionskurse im Kalenderjahr mindestens 80 Prozent der Kosten. Bedingung: Die Kurse müssen von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert sein und es muss eine regelmäßige Teilnahme von mindestens 80 Prozent der Kurseinheiten durch eine Teilnahmebescheinigung nachgewiesen werden. Nach zwei Präventionskursen innerhalb eines Kalenderjahres ist die Teilnahme an einem weiteren Kurs zwar nicht ausgeschlossen, für diesen entfällt jedoch eine Kostenbeteiligung durch der LKK.

Sturzprävention der LKK

Die LKK bietet auch eigene Präventionskurse wie die Sturzprävention „Trittsicher durchs Leben“ an. Das Programm wurde in Kooperation mit dem Deutschen LandFrauenverband, dem Robert-Bosch-Krankenhaus Stuttgart und dem Deutschen Turner-Bund entwickelt. Es soll ältere Menschen aus dem ländlichen Raum darin unterstützen, ihre Selbständigkeit und Unabhängigkeit zu erhalten. Die Aktivitäten des täglichen Lebens, wie spazieren gehen, Gartenarbeit oder die Hilfe im Betrieb, sollen bis ins hohe Alter erhalten bleiben. Diese Kurse werden von der LKK zu 100 Prozent übernommen.

LKK-Kurzkur

Für diejenigen, die aufgrund ihres Arbeitspensums nicht regelmäßig Präventionskurse besuchen können, bietet die LKK die „LKK-Kurzkur“ an. Sie umfasst in der Regel drei bis sieben Übernachtungen in ausgesuchten Hotels und ist im Gegensatz zum Präventionskurs vorab bei der LKK zu beantragen. Vor Antritt der Kurzkur muss diese von der LKK genehmigt sein. Hierfür ist keine ärztliche Verordnung erforderlich. Die Teilnahme an einer LKK-Kurzkur kann maximal einmal pro Kalenderjahr bezuschusst werden. Die Höhe des Zuschusses variiert je nach dem Ort, der für die Kurzkur gewählt wird. Die Kosten für Übernachtung, Verpflegung, Kurtaxe und andere Sonderleistungen trägt der Versicherte.



Generell gilt für Präventionskurse, dass sich die LKK an den Kosten für maximal zwei von ihnen pro Jahr und Versicherten beteiligt.

Fazit

Die LKK unterstützt ihre Versicherten in verschiedenen Lebenssituationen in ihrem gesünderen Alltagsverhalten. Denn die Gesundheit zu erhalten oder zu verbessern sind wichtige Ziele und Auftrag zugleich. Darüber hinaus senkt die Gesunderhaltung auch die Kosten für die Versichertengemeinschaft.

Nähere Informationen gibt es im Internet unter www.svlfg.de > Versicherungen & Leistungen > Krankenkasse > Leistungen.

Marko Siebken
SVLFG

