

# Hausarbeit

Übersicht und Erläuterung von  
Gesundheitsvorsorge und  
Früherkennungsuntersuchungen

Michaela Becker

Birkenweg 7

15910 Schönwald OT Schönwalde

Schönwalde, 16.06.2008

## Inhalt

- Was ist Gesundheitsvorsorge?
- Was sind Früherkennungsuntersuchungen?
- Warum Früherkennung ?
- Wer führt diese Untersuchungen durch?
- Formen der Früherkennungsuntersuchungen
- Fristen, Intervalle
- Inhalte der Früherkennungsuntersuchungen
- Weitere Formen der Früherkennung
  - Spezielles Hautkrebsscreening
  - Mammographiescreening
  - Dispensaireuntersuchungen nach bestimmten schweren Krankheiten in festgelegtem Rhythmus
  - Pränatale Diagnostik bei ungeborenen Kindern
  - Schwangerenvorsorge
  - Kontrolluntersuchungen beim Zahnarzt
- Formen der Vorsorge
  - Impfungen
  - DMP
  - RehaMaßnahmen
  - Arbeitsmedizinische Untersuchungen
  - Prophylaxe beim Zahnarzt einschl. professioneller Zahnreinigung
- Schlussfolgerung
- Literaturangaben
- Anhänge
- Präsentation

## Was ist Gesundheitsvorsorge?

Sie umfasst die Gesamtheit der Maßnahmen zur Verhütung und Früherkennung von Krankheiten sowie die Vermeidung von Rückfällen. Zur Gesundheitsvorsorge gehören im Einzelnen folgende Bereiche:

- ✚ Allgemeine Gesundheitsbildung,-Erziehung-und Beratung zur Vermeidung von Krankheiten, sie ist Aufgabe der Familien sowie von Kindergärten, Schulen, Volkshochschulen und anderen Bildungseinrichtungen. Die individuelle Gesundheitsberatung obliegt dem Arzt, ebenso die obligatorischen Jugendarbeitsschutzuntersuchungen für Jugendliche vor Eintritt in den Beruf und die arbeitsmedizinische Betreuung der Arbeitnehmer durch betriebsärztliche Dienste.
- ✚ Verhütung von Rückfällen bei schweren Erkrankungen durch Rehabilitationsmaßnahmen
- ✚ Im öffentlichen Gesundheitswesen richtet sich die Gesundheitsvorsorge auf die Verhütung und Bekämpfung übertragbarer Krankheiten (Seuchengesetzgebung) und von Suchterkrankungen wie Alkoholismus, Drogensucht und Medikamentenmissbrauch, auf die Verbesserung betrieblicher Arbeitsbedingungen (Gewerbeaufsicht) und die Erkennung und Eindämmung von Umweltbelastungen der Luft, des Wassers, der Lebensmittel und des Bodens.
- ✚ Von Bedeutung ist noch die schulärztliche Betreuung.

## Was sind Früherkennungsuntersuchungen?

Medizinische Früherkennungsuntersuchungen sind, wie der Name schon sagt, diagnostische Maßnahmen zur Krankheitsfrüherkennung. Das ermöglicht eine frühzeitige Erkennung von kindlichen Entwicklungsstörungen oder von Krankheitszuständen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Gelegentlich werden sie auch als Vorsorgeuntersuchung bezeichnet. Diese Bezeichnung ist jedoch sachlich nicht ganz korrekt. Unter Vorsorge (Prophylaxe oder auch Prävention) versteht man Maßnahmen zur Vorbeugung von Erkrankungen.

## Warum Früherkennung ?

Früherkennung ist notwendig, um

- ✚ Die Bevölkerung vor schweren Krankheiten zu schützen, an denen sie sterben könnte, oder für den Rest ihres Lebens behindert, arbeitsunfähig, auf Hilfe von anderen angewiesen, also in ihrer Lebensqualität erheblich eingeschränkt wäre.
- ✚ Der Gesellschaft die Arbeitsfähigkeit und Leistungsfähigkeit ihrer Mitglieder zu erhalten.
- ✚ Die Kostenträger (Krankenkassen, Versicherungen u. a.) vor hohen Behandlungs-und Folgekosten zu bewahren.

## Wer führt diese Untersuchungen durch?

Früherkennungsuntersuchungen werden von niedergelassenen Allgemeinmedizinern, Kinderärzten, Internisten, Gynäkologen und Urologen durchgeführt.

## Formen der Früherkennungsuntersuchungen

- Kinder
  - Neugeborenencreening
  - Vorsorgeuntersuchung U1 bis J2
  - Kindergartenuntersuchung
  - Schuluntersuchung
  - Stoffwechselstörungen
  - Wachstumsstörungen
- Erwachsene
  - Schwangerschaftsvorsorge - Mutter-Kind-Pass
    - Amniozentese
    - Phenylketonurie
  - Augenheilkunde
    - Glaukom-Screening
  - Allgemeinmedizin
    - arterielle Hypertonie
    - Lipidstoffwechselstörung
      - Cholesterin
      - Triglyceride
    - Schlafapnoe
    - Diabetes mellitus
    - Nierenerkrankungen
  - Arbeitsmedizin
    - Arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen
  - Krebsfrüherkennung
    - Zervixkarzinom
      - PAP-Test
    - Brustkrebs
      - Mammographie
    - Prostatakarzinom
      - Prostataspezifisches Antigen (PSA)
  - Hautkrebsscreening
  - Tumoren des Magen-Darm-Traktes
    - Magenkarzinom
    - Kolonkarzinom
    - Haemoccult
    - Gastroskopie
    - Koloskopie

## Fristen und Intervalle

### Kinder U-Untersuchungen :

- U1 : direkt nach der Geburt im Krankenhaus
- U2 : 03.-10. Lebenstag (meist auch noch im Krankenhaus)
- U3 : 04.-06. Lebenswoche
- U4 : 03.-04. Lebensmonat
- U5 : 06.-07. Lebensmonat
- U6 : 10.-12. Lebensmonat
- U7 : 21.-24. Lebensmonat
- U8 : 43.-48. Lebensmonat
- U9 : 60.-67. Lebensmonat

### Jugendgesundheitsuntersuchung J1

Zwischen dem 12. und 15. Lebensjahr

### Jugendgesundheitsuntersuchung J2

Zwischen dem 16. und 18. Lebensjahr

### Gesundheitsuntersuchung oder auch Check up genannt

Ab dem 35. Lebensjahr alle zwei Jahre  
BARMER- Versicherte im Hausarztprogramm jährlich

### Krebsvorsorge bei Frauen

- Ab 20 Jahre jährlich Gebärmutterhalskrebs und Krebserkrankungen des Genitale
- Ab 30 Jahre jährlich Brustkrebs
- Ab 50 Jahre Darmkrebs jährlich (Test auf occ. Blut)
- Ab 50 Jahre Mammographiescreening alle zwei Jahre
- Ab 55 Jahre Koloskopie zur Darmkrebsvorsorge, nach zehn Jahren Wiederholung

### Krebsvorsorge bei Männern

- Ab 45 Jahre jährlich Prostata und äußeres Genitale
- Ab 50 Jahre Darmkrebs (Test auf occ. Blut) jährlich
- Ab 55 Jahre Koloskopie zur Darmkrebsvorsorge, nach zehn Jahren Wiederholung

## Inhalte der Früherkennungsuntersuchungen

### Kinder

Bei den Kindervorsorgeuntersuchungen wird vor allem auf eine zeitgerechte Entwicklung des Kindes geachtet. Um sowohl den körperlichen, motorischen und geistigen Entwicklungszustand eines Kindes einzuschätzen, werden bei jeder Vorsorgeuntersuchung verschiedene Tests angewandt. Die Ergebnisse werden ins Kinderuntersuchungsheft eingetragen, z.B. Größe, Gewicht, Kopfumfang. Eine ausführliche Anamnese und ein Ganzkörperstatus gehören ebenso dazu wie die Aufklärung über notwendige Impfungen und Durchführung derselben.

### Jugendgesundheitsuntersuchung

Neben der geistigen, seelischen und körperlichen Entwicklungseinschätzung wird hierbei zusammen mit dem Jugendlichen über die Alkohol,-Nikotin-und Drogenproblematik, familiäre oder schulische Probleme, Hautprobleme, Essstörungen, aber auch über Verhütung gesprochen. Ein Check von Größe, Gewicht, Blut, Harn, Blutdruck, dem Zustand der Organe, des Skelettsystems und der Sinnesfunktionen wird durchgeführt, desweiteren eine Überprüfung des Impfstatus und nach Aufklärung die Durchführung von noch ausstehenden Impfungen.

### Gesundheits-und Krebsvorsorgeuntersuchungen im Erwachsenenalter

Der Check up umfasst die Anamnese, die körperliche Untersuchung einschl. Blutdruck sowie die Bestimmung von drei Laborparametern (Blutzucker, Cholesterin und Urinstatus). Die Früherkennung von Gesundheitsstörungen lohnt sich und erspart den Menschen Leid und Schmerzen. Unbehandelter Bluthochdruck oder erhöhte Cholesterinwerte können zu ernsthaften Herz- Kreislauf- Erkrankungen, zu Schlaganfall und Herzinfarkt führen. Dabei reichen oft schon kleine Verhaltensänderungen (Aufgabe des Rauchens, sportliche Betätigung, gesunde Ernährung etc.) aus, um bestehende Risikofaktoren zu mindern. Früherkennung einer Zuckerkrankheit lohnt – sie eröffnet frühzeitig Wege zur Therapie und ermöglicht qualifizierte Vorsorge im Hinblick auf gravierende Diabetesfolgen wie Herz- Kreislauf- Krankheiten, Erkrankungen der Augen, der Nieren, Nervenerkrankungen (Neuropathien) sowie Durchblutungsstörungen.

Die Gesundheitsuntersuchung dient dazu, mögliche individuelle Risikofaktoren zu finden und einen speziell auf den Patienten abgestimmten Fahrplan zu ihrem Abbau zu erstellen. Die Gesundheitsuntersuchung soll der Vermeidung von Krankheiten und damit der Erhaltung der Lebensqualität dienen. Deshalb ist eine Untersuchung vor allem für Versicherte gedacht, die noch nicht krank sind oder die sich noch nicht krank fühlen. Gerade die sogenannten Zivilisationskrankheiten wie Herz- Kreislauf- Erkrankungen, Diabetes mellitus oder Nierenerkrankungen stellen sich schleichend ein und machen anfänglich keine Beschwerden. Aber Herz- Kreislauf- Erkrankungen sind hierzulande noch immer die häufigste Todesursache.

Die Krebsvorsorgeuntersuchung hat das Ziel, bösartige Erkrankungen im Frühstadium zu entdecken und somit eine effektive Therapie durchführen zu können um möglichst eine hundertprozentige Heilungsrate zu erreichen.

Krebsvorsorge bei der Frau :

- Anamnese, Blutdruckmessung
- Gynäkologische Untersuchung einschl. Abstrich und rektaler Untersuchung
- Untersuchung der Brust
- Abtasten nach Lymphknoten
- Anleitung zur Selbstuntersuchung der Brust
- Inspektion der Haut von Kopf bis Fuß
- Eventl. Koloskopie, oder Test auf occultes Blut im Stuhl

Krebsvorsorge beim Mann :

- Anamnese, Blutdruckmessung
- Rektale Untersuchung
- Inspektion der Haut von Kopf bis Fuß
- Abtasten nach Lymphknoten
- Urin und Stuhluntersuchung
- Eventl. Koloskopie

Da die gesetzlichen Krankenkassen nur ein Mindestmaß an Untersuchungen bezahlen, ist es möglich, in der Praxis ergänzende sinnvolle Untersuchungen als IGEL- Leistungen anzubieten.

Dazu gehören zum Beispiel:

- ✚ **Erweiterter Check-up** : zusätzlich zur gesetzlichen Vorsorgeuntersuchung Durchführung von EKG, Lungenfunktionsmessung, Ultraschall, Langzeit- oder Belastungs-EKG und einer Vielzahl von Laboruntersuchungen
- ✚ **Zusätzlicher Check-up** : Vorsorge vor dem 35. Lebensjahr oder jährliche Untersuchung
- ✚ **Bestimmung des Homocystein- Wertes** : das ist ein Risikofaktor für die Arterienverkalkung
- ✚ **Bestimmung des PSA- Wertes** : ein Parameter, der das mögliche Vorliegen eines Prostatakrebses anzeigen kann

Nach Absolvierung aller Untersuchungen und Eingang aller Befunde ist eine abschließende Befundbesprechung und eventuell je nach Ergebnis die Festlegung weiterer Maßnahmen erforderlich.

## Weitere Formen der Früherkennung

- ✚ Ab 40. Lebensjahr alle 2 Jahre Bestimmung des Augeninnendrucks – Glaukom - früherkennung, leider keine Kassenleistung, aber sehr zu empfehlen!
- ✚ Hautkrebscreening, seit 01.07.2008 auch beim speziell fortgebildeten Hausarzt möglich
- ✚ Mammographiescreening, Ziel ist es Brustkrebs zu erkennen bevor er tastbar ist oder andere Symptome hervorruft, dadurch werden die Heilungschancen erhöht sowie die Anzahl der radikalen Operationen und belastenden Therapien erheblich verringert
- ✚ Dispensaire-Untersuchungen nach schweren Krankheiten in festgelegten Intervallen
- ✚ Pränatale Diagnostik bei ungeborenen Kindern
- ✚ Schwangerschaftsvorsorge: die Betreuung von Schwangeren nimmt einen besonderen Stellenwert ein. Regelmäßige Untersuchungen und Beratungen während der Schwangerschaft und auch unmittelbar nach der Geburt sind für die Gesundheit von Mutter und Kind eminent wichtig.  
Zu der Schwangerschaftsvorsorge gehören die Feststellung der Schwangerschaft sowie die Betreuung während der Schwangerschaft und nach der Entbindung. Dabei soll die Schwangere untersucht und beraten werden, z.B. über Gesundheitsrisiken oder Ernährung. Es gehören die Erkennung und Überwachung von Risikoschwangerschaften, Ultraschalldiagnostik, serologische Untersuchungen, Verhinderung von Infektionen und Untersuchung und Beratung der Wöchnerin dazu. Hierbei wirken Ärztinnen und Ärzte, Hebammen und Krankenkassen zusammen.
- ✚ Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt regelmäßig jedes halbe Jahr, denn gesunde Zähne = gesunder Körper.

- ❖ Untersuchung auf Zahn,- Mund- und Kieferkrankheiten bei Kindern :
  - Häufigkeit : - 3x/Jahr bis zum Alter von 6 Jahren  
danach 2x/Jahr im Alter von 6-18 Jahren
  - Art der Untersuchung : - Einschätzung des Kariesrisikos  
- Mundhygiene  
- Inspektion der Mundhöhle  
- Motivation zur Prophylaxe
  
- ❖ Zahnvorsorge- Untersuchung bei Erwachsenen :
  - Häufigkeit : - 2x/Jahr ab dem 18. Lebensjahr
  - Art der Untersuchung : - eingehende Untersuchung  
- Untersuchung im Rahmen des Bonusheftes



## Formen der Vorsorge

- ✚ Impfungen – kleiner Pieks – große Wirkung  
Gefährliche Krankheiten wie Diphtherie und Kinderlähmung sind bei uns kaum noch bekannt und so sind viele sorglos im Umgang mit Schutzimpfungen. Impfen ist eine der einfachsten und wirksamsten vorbeugenden Maßnahmen zum Schutz vor schweren Infektionskrankheiten. Impfungen schützen nicht nur den Geimpften vor der Krankheit, sondern auch seine Familie. Denn bei Erreichen hoher Durchimpfungsraten können einzelne Krankheitserreger regional und schließlich weltweit ausgerottet werden. Bestimmte Impfungen müssen regelmäßig aufgefrischt werden, damit der Impfschutz erhalten bleibt. Impfstoffe gehören zu den sichersten Arzneimitteln, die wir haben. Sie sind heute so gut verträglich, dass niemand sich oder sein Kind der Gefahr einer lebensbedrohlichen Infektion aussetzen sollte. Moderne Kombinationsimpfstoffe haben den Vorteil, dass sie mit einem Pieks gegen mehrere Erkrankungen schützen.  
(siehe Anhang 1: Impfkalender )
- ✚ Disease-Management-Programme (DMP)
  - DMP Diabetes mellitus Typ I und II
  - DMP KHK
  - DMP COPD
  - DMP Asthma
  - DMP Brustkrebssind strukturierte Behandlungsprogramme. Sie wurden entwickelt, um chronisch kranke Menschen bestmöglich zu behandeln, zu überwachen und zu unterstützen. Innerhalb der einzelnen Programme arbeiten Ärzte und andere medizinische Fachgruppen eng und systematisch zusammen.
- ✚ Rehabilitationsmaßnahmen
- ✚ Arbeitsmedizinische Untersuchungen
- ✚ Prophylaxe beim Zahnarzt einschl. professioneller Zahnreinigung

## Schlussfolgerung

Früherkennungs- und Vorsorgeuntersuchungen sind wichtig und notwendig. Sie sollten vermehrt von Ärzten angeboten und von Patienten genutzt werden. Aufklärung ist das A und O der Vorsorge. Viele Menschen sind erstaunlich uninformatiert, obwohl heutzutage so viele Möglichkeiten zur Information zur Verfügung stehen. Der Mensch tut vieles um seiner Gesundheit zu schaden (Alkohol, Rauchen, Drogen usw.), also sollte er zumindest die Möglichkeiten nutzen, die unser Gesundheitssystem bietet, um sich beraten, untersuchen und behandeln zu lassen.

Aus dem Vorangegangenen können wir entnehmen, es gibt eine Vielzahl von Untersuchungsmöglichkeiten und Maßnahmen zur Gesunderhaltung.

**Nutzen wir sie!**

## Literaturangaben

- Nachschlagewerk „Der Brockhaus“
- Internet z.B.:
  - [www.rki.de](http://www.rki.de)
  - [www.aok.de](http://www.aok.de)
  - [www.dgk.de](http://www.dgk.de)
  - [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)
  - [www.diagnoseklinik-muenchen.de](http://www.diagnoseklinik-muenchen.de)
  - [www.die.praevention.de](http://www.die.praevention.de)
  - [www.kvberlin.de](http://www.kvberlin.de)
  - [www.frauenarzt-infos.de](http://www.frauenarzt-infos.de)

## Anhang

1. Impfkalender Stand Juli 2008
2. Praxisinformation I
3. Praxisinformation II
4. Praxisinformation III
5. Praxisinformation IV

## Voraussichtliche Präsentation

PowerPoint Präsentation