

## Vorsorgeuntersuchungen für Erwachsene: was wird wann untersucht?

Vorsorgeuntersuchungen sollen helfen, Gefahren für die Gesundheit zu entdecken, bevor sie wirklich gefährlich geworden sind. Doch noch nehmen zu wenige die Angebote wahr.

Für viele Krankheiten gilt: Je früher sie diagnostiziert werden, desto größer sind die Heilungschancen. Je nach Alter haben Krankenversicherte Anspruch auf unterschiedliche Präventionsmaßnahmen. Nach Angaben des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziale Sicherung sind Vorsorgeuntersuchungen wie die Untersuchung zur Früherkennung von Krebs, Schwangerschaftsvorsorge, der Gesundheits-Check-Up, die Untersuchungen zur Zahnvorsorge sowie Schutzimpfungen von der Praxisgebühr befreit.

### Frauen

- **ab 20:** Frauen ab 20 Jahren wird einmal im Jahr eine gynäkologische Untersuchung bei ihrer Frauenärztin oder ihrem Frauenarzt empfohlen. Hierbei sollten eine gezielte Anamnese (zum Beispiel Fragen nach Blutungsstörungen, Ausfluss), eine Inspektion des Muttermundes, ein Krebsabstrich und eine zytologische Untersuchung, eine gynäkologische Tastuntersuchung sowie die Beratung über das Ergebnis erfolgen.
- **ab 30:** Ab 30 Jahren sollten Frauen jährlich ihre Brust und die Haut untersuchen lassen – Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen in Deutschland. Bei der Krebsvorsorgeuntersuchung entnimmt der Arzt einen Abstrich, der auf Krebszellen untersucht wird. Die Brustuntersuchung erfolgt in Verbindung mit einer Untersuchung der Haut. Dazu gehören eine gezielte Anamnese (zum Beispiel Fragen nach Veränderungen/Beschwerden der Haut und der Brust), die Inspektion und das Abtasten der Brust und der regionären Lymphknoten einschließlich der Anleitung zur Selbstuntersuchung sowie die Beratung über das Ergebnis.
- **50 bis 69:** Frauen zwischen 50 und 69 Jahren haben alle 2 Jahre Anspruch auf Teilnahme am bundesweiten Mammographie-Screening. Dabei wird die Brust geröntgt, um eventuelle Tumore so früh wie möglich zu finden.

## Männer

- **ab 45:** Männer ab 45 Jahren sollten jährlich eine Untersuchung des Enddarms, der Prostata und der Geschlechtsorgane vornehmen lassen, dabei wird zusätzlich die Haut kontrolliert. Dazu gehören dann eine gezielte Anamnese (z. B. Fragen nach Veränderungen/Beschwerden), eine Inspektion und Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane, das Abtasten der Prostata, eine Tastuntersuchung der regionären Lymphknoten und die entsprechende Beratung über das Ergebnis.

## Frauen und Männer

- **ab 35:** Häufig auftretende Krankheiten, wie Herz-Kreislauf-, Nierenerkrankungen sowie die Zuckerkrankheit werden beim Gesundheits-Check-Up „ins Auge“ gefasst. Frauen und Männer ab 35 Jahren können diesen „Körper-TÜV“ alle zwei Jahre in Anspruch nehmen. Das umfasst unter anderem folgende Leistungen: Anamnese, insbesondere die Erfassung des Risikoprofils, klinische Untersuchungen (körperliche Untersuchung einschließlich Blutdruckmessen), Blut- und Urinuntersuchungen sowie die Beratung über das Ergebnis.
- **ab 50:** Dickdarm- und Rektumuntersuchung: Frauen und Männer ab 50 sollten einmal jährlich eine Untersuchung des End- und des Dickdarms durchführen lassen. Dazu gehörten eine Tastuntersuchung des Enddarms und die Untersuchung einer Stuhlprobe auf verborgenes Blut (jährlich bis zum Alter von 55 Jahren).
- **ab 55:** Ab diesem Alter können Frauen und Männer zur Früherkennung von Dickdarmkrebs eine Darmspiegelung vornehmen lassen. Dabei können mögliche Vorstufen von Dickdarmkrebs entdeckt und entfernt werden. Die Untersuchung kann im Abstand von 10 Jahren zwei Mal in Anspruch genommen werden. Als Alternative wird empfohlen, alle zwei Jahre eine Stuhlprobe auf verborgenes Blut untersuchen zu lassen.

Die Zähne sollten bei Kindern und Erwachsenen in jedem Kalenderhalbjahr durch eine Zahnvorsorge-Untersuchung kontrolliert werden.

Quelle: Medizinauskunft.de - das Newsportal zu Medizin und Gesundheit.  
Berliner Ärzteverlag GmbH