

Gesund bleiben kann man nicht früh genug

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie fühlen sich gesund? Viele Krankheiten beginnen schleichend; Bluthochdruck, Diabetes, zu hohes Cholesterin. Der Patient merkt erst einmal nichts. Unbehandelt können daraus aber schwere Erkrankungen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall entstehen. Durch bestimmte Untersuchungen kann Ihr Arzt Risiken und oft auch Hinweise auf bestimmte Krebserkrankungen frühzeitig entdecken. Je früher eine Krankheit erkannt wird, umso höher sind die Heilungschancen, umso schonender ist die Therapie. Nutzen Sie Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen. Sie stehen Ihnen zu. Als Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse haben Sie Anspruch darauf. Und: Für diese Untersuchungen müssen Kassenpatienten keine Praxisgebühr entrichten, wenn Sie keine darüber hinausgehenden Untersuchungen und Beratungen in Anspruch nehmen.

Vorsorge auch für Kinder

In Deutschland haben alle Kinder von Geburt an Anspruch auf Früherkennungsuntersuchungen – die so genannten U- Untersuchungen. Für die Größeren Kinder im Alter von 12 bis 14 Jahren ist die Jugendgesundheitsuntersuchung J 1 gedacht. Welche Leistungen die jeweiligen Untersuchungen umfasst erklären wir Ihnen gerne. Bitte bringen Sie zu diesen Untersuchungen das „Gelbe Heft“ mit.

In unserer Praxis werden U- Untersuchungen ab der U 3 bis J 1 durchgeführt.

Vorsorgekalender für Frauen

Alter ab	Untersuchung	Was wird gemacht
20	Früherkennung Gebärmutterhalskrebs und Krebserkrankungen des Genitals	jährlich: 1 gezielte Anamnese (z.B. Fragen nach Regelstörungen, Ausfluss) Untersuchung der äußeren und inneren Geschlechtsorgane Abstrich zur Zellgewinnung vom Muttermund und aus dem Gebärmutterhalskanal mit nachfolgender mikroskopischer Untersuchung der Zellen
30	Früherkennung Brustkrebs *	jährlich: zusätzlich zu 1 Abtasten der Brustdrüsen und der Lymphknoten (Achselhöhle)
35	Früherkennung Hautkrebs	alle zwei Jahre: Untersuchung der gesamten Haut
35	Checkup 35 Früherkennung Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Nierenerkrankungen	alle zwei Jahre: Erhebung der Patientenvorgeschichte körperliche Untersuchung Blutdruckmessung, Kontrolle des Cholesterin und des Blutzuckers Kontrolle des Urins
50	Früherkennung Darmkrebs *	jährlich: zusätzlich zu 1+2 Test auf nicht sichtbares Blut im Stuhl
50	Früherkennung Brustkrebs *	alle zwei Jahre Erhebung der Patientenvorgeschichte Mammographie-Screening der Brust
55	Früherkennung Darmkrebs *	Darmspiegelung (Koloskopie) nach 10 Jahren zweite Darmspiegelung oder alle 2 Jahre Test auf nicht sichtbares Blut im Stuhl

*mit zunehmendem Alter erweitert sich die Krebsvorsorge für Frauen

Alle diese Untersuchungen bieten wir in unserer Praxis an mit Ausnahme des Mammographie-Screenings und der Darmspiegelung.

Vorsorgekalender für Männer

Alter ab	Untersuchung	Was wird gemacht
35	Früherkennung Hautkrebs	alle zwei Jahre: Anamnese Untersuchung der gesamten Haut
35	Checkup 35 Früherkennung Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Nierenerkrankungen	alle zwei Jahre: Anamnese körperliche Untersuchung Blutdruckmessung, Kontrolle des Cholesterin und des Blutzuckers Kontrolle des Urins
45	Früherkennung Krebserkrankungen der Prostata und der äußeren Geschlechtsorgane	jährlich: Anamnese Inspektion und Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane Enddarmaustastung zur Untersuchung der Prostata Untersuchung der örtlichen Lymphknoten
50	Früherkennung Darmkrebs	jährlich: Test auf nicht sichtbares Blut im Stuhl
55	Früherkennung Darmkrebs	Darmspiegelung (Koloskopie) nach 10 Jahren zweite Darmspiegelung oder alle 2 Jahre Test auf nicht sichtbares Blut im Stuhl

*mit zunehmendem Alter erweitert sich die Krebsvorsorge für Männer

Individuelle Vorsorge- Gesundheitsleistung

40	PSA Labortest	Wir empfehlen die Untersuchung des PSA, das ist ein Labortest auf Prostatakrebs. Die Kosten für diesen Test werden nicht von den Krankenkassen übernommen. Der PSA Test kostet 17,50 €
----	---------------	--

Alle diese Untersuchungen bieten wir in unserer Praxis an mit Ausnahme der Darmspiegelung.

Impfkalender für Kinder + Erwachsene										
	Alter in vollendeten Jahren					Alter in vollendeten Monaten				
	5-6	9-11	12-17	ab 18	ab 60	2	3	4	11-14	15-23
Empfohlenes Impfalter										
Diphtherie	A	A	A	A***		1.	2.	3.	4.	
Wundstarrkrampf(Tetanus)	A	A	A	A***		1.	2.	3.	4.	
Keuchhusten (Pertussis)	A	A	A	A****		1.	2.	3.	4.	
Haemophilus influenza Typ b (Hib)						1.	2.*	3.	4.	
Kinderlähmung (Poliomyelitis)			A			1.	2.*	3.	4.	
Hepatitis B			G			1.	2.*	3.	4.	
Pneumokokken				S		1.	2.	3.	4.	
Masern, Mumps, Röteln									1.	2.
Windpocken (Varizellen)			G						1.	2.
Influenza					S*****					
Meningokokken									1.	
Humane Papillomaviren (HPV)			SM***							

A= Auffrischung, S= Standardimpfung, SM= Standardimpfung für Mädchen, G= Grundimmunisierung für alle Jugendlichen, ohne Impfschutz bzw. Komplettierung unvollständiger Impfschutz

* bei bestimmten Impfstoffen kann dieser Termin entfallen,
 ** Grundimmunisierung mit 3 Dosen für alle Mädchen
 *** Wiederimpfung alle 10 Jahre
 **** einmalig in Verbindung mit der nächsten TD-Impfung
 ***** jährlich mit aktuellem Impfstoff

Kleiner Piks, große Wirkung!

Es gibt Krankheiten wie Tetanus, Masern oder Röteln, die sich allein durch regelmäßiges Impfen verhindern lassen. Am besten mit dem Impfen schon im Säuglings- und Kindesalter anfangen! Doch auch im Erwachsenenalter gilt: Besser ein später Schutz als gar keiner. Wichtig: Die Impfungen müssen in regelmäßigen Abständen aufgefrischt werden. Welche Impfung für wen und wann empfohlen wird, finden Sie im Impfkalender auf diesem Flyer. Unsere Ärzte beantworten Ihnen gerne Ihre Fragen rund ums Impfen und beraten Sie zu eventuellen Impfplücken. Bringen Sie hierzu unbedingt Ihr gelbes Impfbuch zum Termin mit.

Früherkennung Hautkrebs

Ab dem Alter von 35 können Versicherte zu Lasten ihrer Krankenkasse alle zwei Jahre diese Untersuchung in Anspruch nehmen. Dabei wird die gesamte Haut einschließlich des Kopfes von unseren Ärzten untersucht. Die Ärzte haben dabei nicht nur ein Auge auf den „schwarzen“ Hautkrebs, sondern auch auf den häufiger auftretenden, aber weniger auffälligen „weißen“ Hautkrebs. Wenn wir verdächtige Pigmentflecke entdeckt, überweisen wir Sie an einen Hautarzt, der die auffälligen Stellen nochmals untersucht. Das erhöht die Sicherheit der Vorsorge. Auch die Beratung zum individuellen Krankheitsrisiko und Verhaltenstipps zum Schutz vor Hautkrebs sind Teil dieser Leistung. In Berlin bieten einzelne Krankenkassen ihren Versicherten auch unter 35 Jahren über besondere Verträge mit der KV Berlin das Screening „auf Chipkarte“ an. Hier ist allerdings die Praxisgebühr zu entrichten. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse, ob sie entsprechende Sonderverträge zur Hautkrebsvorsorge abgeschlossen hat.

Ihr Vorsorgekalender

Dr. Sabine Omankowsky

Ärztin für Allgemeinmedizin

Alt-Moabit 58
10555 Berlin ☎ 030 / 391 76 03

www.doktor-omankowsky.de



HAUSÄRZTLICHE VERSORGUNG

Sprechzeiten:

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9 - 12	9 - 12	9 - 12	9 - 12	9 - 12
14 - 17	14 - 20		14 - 17	14 - 17
17 - 18:30 nur nach Vereinbarung			17 - 18 nur nach Vereinbarung	

**Samstags für Berufstätige und Notfälle von 9 – 12
Um vorherige telefon. Anmeldung wird gebeten.**

