



Für Gesundheit vorsorgen



SA, 12. 10.,
17.30 Uhr,
ORF 2 **UT**

**Bewusst
gesund**

ORF TVTHEK

7 Tage zum
Nachsehen auf
TVthek.ORF.at

Eigentlich ist es doch unser aller Wunsch, gesund alt zu werden. Das eine oder andere Wehwehchen nehmen wir ja in Kauf, aber im Vordergrund soll schließlich unser Wohlbefinden stehen. Dafür müssen wir allerdings auch etwas tun – nämlich rechtzeitig vorsorgen! Ja genau, auf rechtzeitig liegt die Betonung. Das müssen sich leider auch vor allem wir Männer zu Herzen nehmen, gelten wir doch als Vorsorgemuffel schlechthin. Dabei ist es ganz einfach.

Die Vorsorgeuntersuchung. Vorbeugen ist bekanntlich besser als Heilen – der Gesundheitscheck im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung liefert wichtige Erkenntnisse über den allgemeinen Gesundheitszustand. So können chronische Erkrankungen bereits im Frühstadium erkannt und mögliche Risikofaktoren durch entsprechende Maßnahmen minimiert werden. Die Früherkennung von Krankheiten kann die Heilungschancen verbessern. Ein Schwerpunkt der Vorsorgeuntersuchung liegt auf Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen. Diese Krankheiten zählen bundesweit zu den häufigsten Todesursachen. Die Vorsorgeuntersuchung bietet allen Personen ab dem 18. Lebensjahr mit Wohnsitz in Österreich einmal pro Jahr ein umfangreiches Untersuchungsprogramm. Die Vorsorgeuntersuchung kann auf Kosten der Sozialversicherung einmal jährlich in Anspruch genommen werden. Auch nicht versicherte Personen haben einen Anspruch darauf. Für sie übernimmt die örtlich zuständige Gebietskrankenkasse die Kosten. Ergibt die Basisuntersuchung im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung einen Hinweis auf eine mögliche Erkrankung, wird dies durch zusätzliche Untersuchungen abgeklärt.



**VORBEUGEN IST BESSER ALS
HEILEN – NUTZEN SIE DIE
VORSORGEUNTERSUCHUNGEN**

Ab einem bestimmten Alter werden spezielle Untersuchungen empfohlen. Dazu zählen u. a. die Mammografie, Koloskopie oder Hör- bzw. Sehtests.

Brustkrebsvorsorge. Zudem bekommen Frauen im Rahmen des neuen Österreichischen Brustkrebs-Früherkennungsprogramms, im Alter zwischen 45 und 69 Jahren alle zwei Jahre per Post einen persönlichen Einladungsbrief zur Mammografie-Untersuchung. Frauen im Alter zwischen 40 und 44 Jahren sowie zwischen 70 und 74 Jahren können auf Wunsch bei der kostenlosen *Servicehotline 0800 500 181* eine Einladung anfordern. Eine ärztliche Zuweisung zur Mammografie ist neben dieser Einladung nicht mehr notwendig. Bei Beschwerden oder Krankheitsverdacht besteht weiterhin die Möglichkeit einer diagnostischen Mammografie. Die ärztliche Zuweisung erfolgt hier altersunabhängig über eine Indikationsliste, die gemeinsam von Sozialversicherung und Österreichischer Ärztekammer erstellt wurde.

Darmspiegelung als

Zusatzuntersuchung. Die Darmspiegelung kann bei

Fachärztinnen und Fachärzten für Innere Medizin oder Chirurgie sowie im Krankenhaus auf den Abteilungen für Innere Medizin/ Gastroenterologie oder Chirurgie durchgeführt werden. Eine Überweisung ist erforderlich. Das Projekt „Qualitätszertifikat Darmkrebsvorsorge“ und die Homepage www.oeggh.at informieren über alles Wissenswerte.

Ergeben die Untersuchungen erste Hinweise für eine Erkrankung, wurde Zeit gewonnen, um gegenzusteuern. Ein individuelles ärztliches Beratungsgespräch soll über einen gesundheitsfördernden Lebensstil aufklären und Unterstützung bei Veränderungsbedarf bieten. ■