



## Check-up 35: Sie sollten es sich wert sein!

(Mynewsdesk) Das Auto kommt regelmäßig in die Inspektion. Mit sich selbst gehen die Deutschen weit weniger sorgsam um. Dabei gibt es eine Reihe von kostenlosen Vorsorge-Untersuchungen, die man nutzen sollte. Beispielsweise der Check-up 35, den die Krankenkassen anbieten. Dieser wird jedoch nur von etwas mehr als 20 Prozent der Versicherten in Anspruch genommen.(1)

Dr. med. Albrecht von Schrader-Beielstein, Facharzt für Allgemeinmedizin, Reisemedizin und Naturheilverfahren beantwortet die wichtigsten Fragen zum Thema.

Was genau ist der Check-up 35?

Beim Check-up 35 geht es darum, häufig auftretende Krankheiten und deren Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen. Nur wer sein individuelles Risiko zum Beispiel für einen Herzinfarkt kennt, kann wirkungsvoll gegensteuern. Mit einem gesunden Lebensstil lässt sich präventiv sehr viel erreichen, und diese guten Chancen sollte jeder nutzen. Deshalb gibt es den Check-up 35, zu dem neben der Untersuchung und dem Laborcheck eine Ergebnisbesprechung, eine Präventionsberatung und eine Überprüfung des Impfstatus gehört.

Wer kann den kostenfreien Check-up 35 in Anspruch nehmen?

Der Check-up 35 ist ein Angebot für alle gesetzlich und privat Krankenversicherten ab einem Alter von 35 Jahren. Alle zwei Jahre können sich die Versicherten ohne Zuzahlung untersuchen und beraten lassen. Den Check-up 35 kann jeder Hausarzt durchführen, man muss nur hingehen.

Was genau wird beim Check-up 35 gemacht?

In erster Linie geht es um das Auffinden von Zivilisationserkrankungen wie den Diabetes mellitus, Erkrankungen des Herzens, der Gefäße, Nieren und des Bewegungsapparates. Mittels Befragung, körperlicher Untersuchung und Labortests wird gecheckt, ob Risikofaktoren oder eventuell sogar schon Symptome dieser Erkrankungen vorliegen. Auch das Impfen wird beim Check-up thematisiert. Bringen Sie Ihren Impfpass zum Termin mit. Viele haben ihren Impfpass verloren und kennen ihren Impfstatus nicht. Hier kann der/die Arzt/Ärztin Sie beraten, welche Impfungen sinnvoll sind und diese ggf. gleich durchführen. Fotografieren Sie den dann komplettierten Impfpass auf Ihr Handy, so haben Sie Ihren Impfstatus stets verfügbar.

Sie spielen auf die großen Impfücken hierzulande an?

Ja, das ist wirklich ein großes Problem. Gegen Erkrankungen wie beispielsweise Masern besitzen viele Erwachsene keinen wirksamen Impfschutz. Das ist mit ein Grund, warum die Masern in Deutschland immer noch nicht ausgerottet sind. Fälschlicherweise werden die Masern als harmlose Kinderkrankheit angesehen. Dabei erkranken immer mehr Erwachsene. In diesem Alter kann die Erkrankung wirklich kritisch werden. Todesfälle sind beschrieben. 95 Prozent der Bevölkerung müssten immun sein, damit die Masernviren nicht zirkulieren können. Es liegt in der Verantwortung jedes Einzelnen, sich zum eigenen Schutz und dem anderer impfen zu lassen. Im Leben sollten zwei dokumentierte Impfungen vorzugsweise mit dem Kombinationsimpfstoff gegen Masern/ Mumps/Röteln erfolgt sein, um einen ausreichenden Schutz zu gewährleisten. Die Zweitimpfung fehlt häufig. Hier bietet die Check-up-Untersuchung eine gute Gelegenheit zur Komplettierung, ggf. auch der Impfung gegen Tetanus/Diphtherie und Keuchhusten.

Wie kommt es, dass so wenige Menschen den Check-up 35 nutzen?

Viele Menschen gehen erst zum Arzt, wenn sie sich krank fühlen. Die großen Volkskrankheiten machen über lange Zeit oft keine Beschwerden. Deshalb sind Früherkennung und Prävention so wichtig: Sie sollten es sich wert sein!

(1) Gesundheitsberichterstattung des Bundes 2010

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/31a6u3>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/gesundheit/check-up-35-sie-sollten-es-sich-wert-sein-33422>

=== Jeder gesetzlich Versicherte ab 35 sollte die Möglichkeit nutzen, alle zwei Jahre zur kostenlosen Vorsorgeuntersuchung zu gehen. (Bild) ===

Shortlink:

<http://shortpr.com/v0dqp8>

Permanentlink:

[http://www.themenportal.](http://www.themenportal.de/bilder/jeder-gesetzlich-versicherte-ab-35-sollte-die-moeglichkeit-nutzen-alle-zwei-jahre-zur-kostenlosen-vorsorgeuntersuchung-zu-g)

[de/bilder/jeder-gesetzlich-versicherte-ab-35-sollte-die-moeglichkeit-nutzen-alle-zwei-jahre-zur-kostenlosen-vorsorgeuntersuchung-zu-g](http://www.themenportal.de/bilder/jeder-gesetzlich-versicherte-ab-35-sollte-die-moeglichkeit-nutzen-alle-zwei-jahre-zur-kostenlosen-vorsorgeuntersuchung-zu-g)  
ehen

## Pressekontakt

Borchert & Schrader PR GmbH

Frau Theresa Schneider  
Antwerpener Str. -12 6  
50672 Köln

[t.schneider@borchert-schrader-pr.de](mailto:t.schneider@borchert-schrader-pr.de)

## Firmenkontakt

Borchert & Schrader PR GmbH

Frau Theresa Schneider  
Antwerpener Str. -12 6  
50672 Köln

shortpr.com/31a6u3  
t.schneider@borchert-schrader-pr.de

GlaxoSmithKline eines der weltweit führenden forschenden Arzneimittel- und Healthcare-Unternehmen engagiert sich für die Verbesserung der Lebensqualität, um Menschen ein aktives, längeres und gesünderes Leben zu ermöglichen. In Deutschland gehört GSK zu den wichtigsten Anbietern medizinischer Produkte und engagiert sich darüber hinaus in vielfältigen sozialen Projekten: So unterstützen wir wellcome für das Abenteuer Familie, den Verein zur Förderung kranker Kinder und Jugendlicher der Staatlichen Schule für Kranke München e.V. und Plan International. Zudem stellt GSK seine MitarbeiterInnen einen Tag im Jahr am so genannten OrangeDay frei, um in sozialen Einrichtungen mitzuhelfen.