

Gesundheitsangebote bei Diabetes

Brauche ich das wirklich?

IGeL Für manche Untersuchungen und Behandlungen muss man selbst zahlen. Nicht alle sind sinnvoll

Text: Andrea Gehwolf





Bei Menschen mit Diabetes ist leider das Risiko für Folgeerkrankungen erhöht. Deshalb werden sie engmaschig medizinisch betreut. Doch braucht es darüber hinaus auch noch individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL), für die man selbst zahlen muss?

Versicherte zahlen Milliarden

Viele Praxen bieten zahlreiche solche Selbstzahlerleistungen an, meistens zur Früherkennung bestimmter Krankheiten. Die Untersuchungen werden nicht pauschal von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen, weil ihr medizinischer Nutzen nicht ausreichend belegt ist. Etwa 2,4 Milliarden Euro geben gesetzlich Krankenversicherte jährlich für Selbstzahlerleistungen aus, so der IGeL-Monitor des Medizinischen Dienstes Bund in Essen. Er bewertet IGeL nach ihrem Nutzen (siehe rechts). „Das ist eine sehr eindrucksvolle Summe. Wirtschaftliche Interessen spielen in Praxen sicherlich eine Rolle“, sagt Andrea Lichterfeld-Kottner, die kommissari-

sche Leiterin des IGeL-Monitors. Die Verbraucherzentrale hat beobachtet, dass notwendige Kontrolluntersuchungen in den Praxen manchmal als Selbstzahlerleistung abgerechnet werden. Patientinnen und Patienten dürften nicht unnötig zur Kasse gebeten werden und müssten besser geschützt werden, fordert die Organisation. „Manche IGeL sind zur Abklärung oder im Rahmen einer Verlaufskontrolle durchaus Kassenleistungen“, erläutert Lichterfeld-Kottner. Es lohne sich deshalb, genau nachzufragen, ob man eine Untersuchung wirklich selbst zahlen müsse. Einige Krankenkassen übernehmen auch die Kosten für bestimmte IGeL.

Wichtig zu wissen: Kostenpflichtige Untersuchungen sind immer freiwillig. „Die Arztpraxis muss nicht nur ausführlich über die Kosten und den Nutzen, sondern auch über mögliche Schäden beraten“, so Lichterfeld-Kottner. So können zum Beispiel falsch positive Befunde Angst machen und unnötige Untersuchungen nach sich ziehen.

Manche Ärztinnen und Ärzte raten in großem Umfang zu IGeL, andere sind zurückhaltender. Für medizinische Laien sei es oft schwierig, sich selbst ein Bild zu machen, so Lichterfeld-Kottner: „Wenn eine ►



Gut informiert

Sie möchten gut versorgt sein, aber nicht unnötig zur Kasse gebeten werden? Unabhängige Infos gibt es hier:

IGeL-Monitor
a-u.de/
!1236335

Verbraucher-
zentralen
a-u.de/
!1236887

Bei Diabetes sinnvoll? Eine Entscheidungshilfe

Professionelle Zahnreinigung

Kosten: ca. 80 bis 120 Euro

Bewertung durch den IGeL-Monitor: nicht bewertet

Menschen mit Diabetes sollten wegen ihres erhöhten Parodontitisrisikos auf gute Mundhygiene achten. „Eine professionelle Zahnreinigung zweimal jährlich beim Zahnarzt ist daher zu empfehlen“, sagt der Diabetologe Baptist Gallwitz. Viele Kassen gewähren Zuschüsse oder übernehmen einmal jährlich die Kosten.

HbA1c-Messung zur Früherkennung von Typ-2-Diabetes

Verfahren: Bestimmung des durchschnittlichen Blutzuckerwerts der vergangenen drei Monate

Kosten: ca. 12 bis 15 Euro

Bewertung: unklar, wenn kein Verdacht auf Diabetes vorliegt

Bei Diabetes ist die regelmäßige HbA1c-Messung Kassenleistung und ihr Nutzen klar belegt. Wenn es keine Anhaltspunkte für erhöhte Blutzuckerwerte gibt, muss man selbst zahlen. Bei der Gesundheitsuntersuchung „Check-up 35“ alle drei Jahre wird der Nüchternblutzucker kontrolliert. Der HbA1c-Wert gilt als zusätzlicher Test. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft fordert diesen Test als Früherkennung: „Die Kassen sollten ihn im Rahmen des Check-ups 35 übernehmen“, so Gallwitz. So ließe sich Diabetes in vielen Fällen schneller erkennen.



IGeL als besonders wichtig für die Gesundheit dargestellt wird, sollte man sich nicht unter Druck setzen lassen“. Dann gelte es nachzuhaken, ob sie wirklich notwendig sei.

Viele sind falsch informiert

Nur jeder Vierte gab in einer Forssa-Umfrage für den IGeL-Report



Knöchel-Arm-Index-Messung

Verfahren: Ultraschalluntersuchung an Armen und Beinen zur Erkennung von Gefäßveränderungen

Kosten: ca. 30 bis 50 Euro

Bewertung: nicht bewertet

Durchblutungsstörungen in den Beinen sind eine häufige Folgeerkrankung bei Diabetes. In manchen Fällen können die Kassen die Kosten übernehmen: etwa bei Symptomen, die auf Probleme mit den Gefäßen hinweisen, und bei einem höheren Risiko. Am besten nachfragen.

Ultraschall der Halsschlagader

Kosten: 50 bis 90 Euro für eine Halsseite

Bewertung: tendenziell negativ

Die Krankenkassen übernehmen ab 35 Jahren alle drei Jahre das Abhören der Halsschlagadern. Ist das Risiko für einen Schlaganfall hoch oder bestehen Gefäßerkrankungen – wie oft bei Diabetes – wird auch die Untersuchung per Ultraschall gezahlt. Bei beschwerdefreien Menschen senkt die IGeL laut Monitor das Schlaganfallrisiko nicht.

Hyaluronsäure-Injektionen in Gelenke

Kosten: ca. 18 bis 42 Euro plus Materialkosten

Bewertung: tendenziell negativ

Auch die Gelenke leiden bei Diabetes häufiger. Hyaluronsäure-Spritzen sollen Arthroseschmerzen lindern. Laut Monitor gibt es bessere, kostenfreie Alternativen. Experte Gallwitz ergänzt: „Wichtig ist eine regelmäßige Fußuntersuchung. Gelenkfehlbelastungen, vor allem am Fußgewölbe, sollten früh erkannt werden.“

2024 an, gut informiert zu sein. Zwei von drei Befragten glaubten, Selbstzahlerleistungen seien immer medizinisch notwendige Untersuchungen.

Und was gilt für Menschen mit Diabetes? Gibt es Selbstzahlerleistungen, die unbedingt notwendig sind? Der Diabetologe Prof. Dr. Baptist Gallwitz vom Universitätsklinikum Tübingen, Sprecher der Deutschen Diabetes Gesellschaft, sieht

viele IGeL eher kritisch: „Die meisten sind nicht notwendig, wenn Menschen mit Diabetes regelmäßig zu den im Gesundheits-Pass Diabetes vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen gehen. Und diese sind natürlich eine Kassenleistung.“ Dazu gehört zum Beispiel einmal pro Quartal der Check von Gewicht, Blutdruck und Blutzucker-Langzeitwert. Einmal jährlich bestimmen Ärztin oder Arzt die Blut- ►



Test zur Darmkrebs-Früherkennung

Verfahren: Nachweis eines von Tumorzellen gebildeten Enzyms (M2-PK-Test)

Kosten: 30 bis 45 Euro

Bewertung: unklar

Ab 50 Jahren zahlen die Kassen einen Stuhltest oder alternativ zweimal im Abstand von zehn Jahren eine Darmspiegelung. Der M2-PK-Test ist ein zusätzliches Angebot. Expertinnen und Experten halten ihn für nicht notwendig.

Früherkennung von (Alzheimer-)Demenz

Verfahren: Fragebogen, MRT

Kosten: 7 bis 21 Euro (Fragebogen), 260 bis 580 Euro (MRT)

Bewertung: tendenziell negativ

Bei Menschen, die sich geistig fit fühlen, rät der IGeL-Monitor von beiden Untersuchungen ab. Man wisse gar nicht, ob ein MRT für eine Früherkennung geeignet sei.

Früherkennung eines Glaukoms (grüner Star)

Verfahren: Augenspiegelung und Messung des Augeninnendrucks

Kosten: 20 bis 40 Euro

Bewertung: tendenziell negativ

Erhöhte Zuckerwerte können die Netzhaut schädigen. Bei bereits vorliegenden Augenschäden durch einen Diabetes übernimmt die Kasse die Kosten. Wichtig: ein ärztlicher Augenchek alle zwei Jahre.

fettwerte, untersuchen die Füße, kontrollieren Nieren, Leber, Herz, Nerven und Gefäße. Alle zwei Jahre steht eine Augenuntersuchung an. Was darüber hinaus ratsam ist, sollte individuell mit dem Arzt oder der Ärztin besprochen werden.

Im DMP gut versorgt

Eine gute Unterstützung für Menschen mit chronischen Erkrankungen sind sogenannte Disease-Management-Programme (DMP) der gesetzlichen Krankenkassen. Teil-

nehmen können alle gesetzlich Versicherten. Die Anmeldung, zum Beispiel in der Hausarztpraxis, ist kostenlos. Wer eingeschrieben ist, bekommt regelmäßig Einladungen zu Kontrolluntersuchungen, Schulungsangebote und Informationsmaterial. „Es gibt im Rahmen des DMP aber keine zusätzlichen Vorsorgeuntersuchungen“, sagt Baptist Gallwitz. Ein DMP soll zu viele und auch zu wenige Behandlungen vermeiden. Die Behandelnden haben den gesamten Therapieplan



Freiwilliger Sport-Check

Verfahren: verschiedene Untersuchungen wie EKG, Lungenfunktion, Herzultraschall

Kosten: je nach Umfang 80 bis 250 Euro

Bewertung: nicht bewertet

Menschen mit Diabetes sollten sich ausreichend bewegen. Arztpraxen bieten verschiedene medizinische Untersuchungen für Sport-Einsteiger an. Viele Krankenkassen übernehmen einen Teil dieser Selbstzahlerleistungen. Im Gesundheits-Check-up alle drei Jahre sind einige der Untersuchungen kostenlos enthalten. Ein EKG gehört bei Diabetes zu den jährlichen Vorsorgeleistungen.

im Blick und engen Kontakt zu den Patientinnen und Patienten. Wenn sich die Krankheit verschlechtert, können sie schnell gegensteuern. Folgeschäden, Notfälle und Krankenhauseinweisungen lassen sich so leichter vermeiden. ◀



Über den QR-Code
finden Sie die Quellen
zu diesem Beitrag

!s Wichtigste in Kürze

IGeL sind freiwillige Selbstzahlerleistungen. Mindestens 2,4 Milliarden Euro geben Patientinnen und Patienten jährlich für diese medizinisch teilweise fragwürdigen Untersuchungen aus.

Für Menschen mit Diabetes (und auch für alle anderen) ist es wichtig, sich genau zu informieren. Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über Nutzen, aber auch über Risiken von IGeL aufklären und fragen Sie nach, ob die Krankenkasse in Ihrem Fall die Untersuchung übernimmt.