



Gesundheitskonto

Rundum gut versorgt mit
individuellen Leistungen

Das Beste für Ihre Gesundheit und Ihren Geldbeutel

Mit dem Gesundheitskonto bietet die Heimat Krankenkasse Ihnen ein Extra-Budget für attraktive Zusatzleistungen für Ihre Gesundheit. Sie entscheiden selbst, welche der vielfältigen Leistungen aus den unterschiedlichen Bereichen Sie nutzen möchten.

Ihr Gesundheitskonto – Ihr Budget



Individuelle Vorsorgeuntersuchungen

50 Euro pro Jahr

Mehr auf Seite 4 bis 7



Professionelle Zahnreinigung

80 Euro pro Jahr

Mehr auf Seite 8 bis 9



Erweiterte zahnärztliche Leistungen

40 Euro pro Jahr

Mehr auf Seite 10 bis 11



Osteopathie

120 Euro pro Jahr

Mehr auf Seite 12 bis 13



Alternative Arzneimittel für Kinder und Jugendliche

80 Euro pro Jahr

Mehr auf Seite 14 bis 15



Vorsorgeuntersuchungen in der Schwangerschaft

100 Euro pro Jahr

Mehr auf Seite 16 bis 17





Individuelle Vorsorge- untersuchungen

Die Heimat Krankenkasse bietet zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen, die deutlich über den gesetzlichen Leistungskatalog hinausgehen. Bereits ab 18 Jahren können unsere Versicherten individuelle Leistungen in Höhe von bis zu 50 Euro pro Jahr flexibel für eine oder mehrere der nachfolgend aufgezählten Vorsorgeuntersuchungen verwenden.

Hautkrebsvorsorge mit Auflichtmikroskopie

Versicherte der Heimat Krankenkasse können schon ab 18 Jahren eine jährliche Untersuchung zur Hautkrebsvorsorge in Anspruch nehmen – und das sogar mit dem wirksamen Verfahren der Auflichtmikroskopie.

Glaukom-Vorsorge

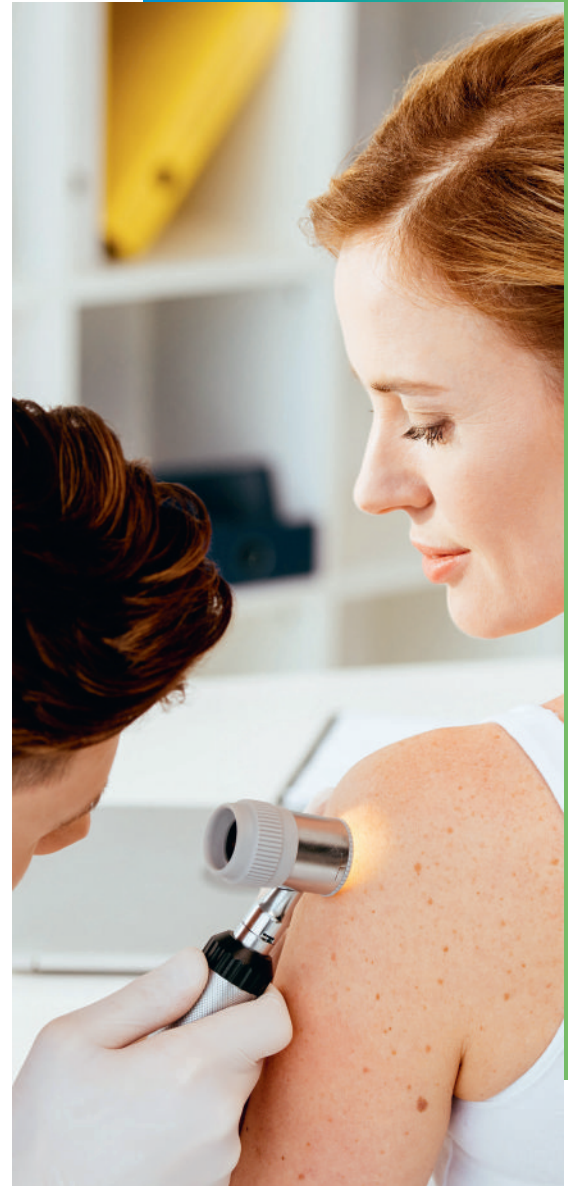
(z. B. Messung des Augeninnendrucks)

Glaukome führen durch die Schädigung von Nervenzellen der Netzhaut und des Sehnervs langfristig zu Sehverlusten. Damit die Augenerkrankung frühzeitig erkannt werden kann, erstattet Ihnen die Heimat Krankenkasse die Kosten für die Tonometrie (Messung des Augeninnendrucks) und die Spaltlampenmikroskopie (Beurteilung des Sehnervs) – zwei der wichtigsten Schritte in der Früherkennung des Glaukoms.

Knochendichtemessung

(bei Verdacht auf Osteoporose)

Bei dieser Untersuchung wird der Mineralsalzgehalt und damit die Dichte des Knochens bestimmt. Die Knochendichtemessung dient der Früherkennung von Osteoporose, einer der häufigsten Skeletterkrankungen. Nutzen Sie auch hier den finanziellen Zuschuss der Heimat Krankenkasse.





Mammografie

Die Mammografie ist eine etablierte Methode zur Früherkennung von Brustkrebs und zählt für Frauen zwischen 50 und 69 Jahren zur gesetzlich vorgesehenen Vorsorge. Die Heimat Krankenkasse bezuschusst die Mammografie darüber hinaus für unter 50-jährige Frauen.

Ultraschalluntersuchung (Sonografie) der Brust

Insbesondere bei jüngeren Frauen stellt die Ultraschalluntersuchung der Brust in der bildgebenden Diagnostik eine wichtige Ergänzung im Rahmen der Vorsorge dar. Die Heimat Krankenkasse bietet die Möglichkeit, sich die Kosten bezuschussen zu lassen.

Ultraschalluntersuchung (Sonografie) der Prostata

Prostatakrebs gilt als die häufigste Krebserkrankung bei deutschen Männern. Es gibt aber gute Chancen, den tückischen Tumor zu besiegen – wenn er rechtzeitig erkannt wird: Mit der bildgebenden Prostata-sonografie untersucht der Urologe, ob das Organ gesund ist. Die Heimat Krankenkasse bezahlt allen männlichen Versicherten ab 18 Jahren eine Sonografie pro Kalenderjahr.

PSA-Wert-Messung

Die Bestimmung des prostataspezifischen Antigenwertes (PSA-Wert) mittels Blutuntersuchung ist eine Ergänzung zur Prostatakrebs-Früherkennung beim Mann. Der Test kann beim Urologen oder beim Hausarzt durchgeführt werden.

Sportmedizinische Untersuchung

Für Sportler und alle, die es werden wollen, bezuschussen wir eine sportmedizinische Untersuchung und Beratung pro Kalenderjahr – sofern eine ärztliche Verordnung und die Rechnung eines Vertragsarztes mit der Zusatzbezeichnung „Sportmedizin“ vorliegen.

So funktioniert die Erstattung:

- Sie bezahlen die Privatrechnung Ihres Arztes zunächst selbst und reichen diese anschließend unter Angabe Ihrer Bankverbindung bei uns ein. Nutzen Sie dafür gerne unser Antragsformular. Dieses finden Sie unter:
www.heimat-krankenkasse.de/gesundheitskonto
- Wir überweisen Ihnen dann den Rechnungsbetrag bis zur Höchstgrenze von 50 Euro pro Jahr auf Ihr Konto.



Sie entscheiden selbst, welche und wie viele der hier vorgestellten zusätzlichen Vorsorgeuntersuchungen Sie nutzen möchten. Das Angebot gilt für alle Versicherten der Heimat Krankenkasse ab 18 Jahren.



Professionelle Zahnreinigung

Die Heimat Krankenkasse bezuschusst die Kosten für eine professionelle Zahnreinigung (PZR) pro Jahr. Das heißt für Sie: Egal bei welchem Zahnarzt Sie die PZR durchführen lassen – Sie erhalten von der Heimat Krankenkasse für eine professionelle Zahnreinigung pro Jahr einen Zuschuss von bis zu 80 Euro.

Lächeln erwünscht

Die PZR ist die ideale Ergänzung zu Ihrer täglichen Zahnpflege – für ein dauerhaft gesundes Gebiss. Zähne und Zahnzwischenräume können im Rahmen der PZR gründlicher gereinigt werden, als dies mit einer handelsüblichen Zahnbürste möglich ist. Die Zähne werden abschließend poliert und mit konzentrierten Präparaten, wie z. B. Fluorid, gestärkt. Auch für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren kann eine PZR eine sinnvolle Ergänzung sein – im Speziellen, wenn eine Zahnspange getragen wird.

So funktioniert die Erstattung:

- Die Rechnung zahlen Sie zunächst selbst und reichen diese anschließend unter Angabe Ihrer Bankverbindung bei der Heimat Krankenkasse ein. Nutzen Sie dafür gerne unser Antragsformular. Dieses finden Sie unter:
www.heimat-krankenkasse.de/gesundheitskonto
- Wir erstatten Ihnen die Kosten einmal jährlich bis zu einem Höchstbetrag von 80 Euro per Direktüberweisung auf Ihr Konto.



i

Eine Kostenerstattung ist nur möglich, wenn die PZR gemäß Gebührenordnung für Zahnärzte (GOZ) nach der Nummer 1040 abgerechnet wird. Sollten Sie sich unsicher sein, fragen Sie gerne Ihren Zahnarzt. Unser Angebot gilt für unsere Versicherten jeden Alters.



Erweiterte zahnärztliche Leistungen

Gepflegte und gesunde Zähne sehen nicht nur schön aus, ihre Gesundheit wirkt sich auch auf unseren gesamten Körper aus. Daher bieten wir Ihnen erweiterte zahnärztliche Leistungen zur Vorsorge und schonenden Behandlung an.

Zweite Zahnsteinentfernung

Viele Zahnärzte führen einmal jährlich eine kostenlose Zahnsteinentfernung durch. Versicherte der Heimat Krankenkasse können noch eine zweite Zahnsteinentfernung im Jahr vornehmen und die Kosten im Rahmen unseres Gesundheitskontos bezuschussen lassen.



Bitte beachten Sie, dass diese Leistung nur erstattungsfähig ist, wenn sie gemäß Gebührenordnung für Zahnärzte (GOZ) nach den Nummern 4050 und 4055 durchgeführt und abgerechnet wird. Fragen Sie einfach Ihren Zahnarzt danach.

Fissurenversiegelung

Wenn Kinder bleibende Zähne bekommen, können diese besonders geschützt werden. Dazu versiegelt der Zahnarzt kleine Rillen und Furchen (Fissuren) vorbeugend mit einem speziellen Kunststoff. Die gesetzlichen Leistungen umfassen bisher nur Versiegelungen im hinteren Backenzahnbereich. Im Rahmen unseres Gesundheitskontos bezuschussen wir die Fissurenversiegelung auch im vorderen Backenzahnbereich (Prämolaren), sofern es sich um bleibende kariesfreie Zähne handelt.

Bakterientest vor Parodontose-Behandlung

Bei schweren Formen von Parodontose (Entzündung des Zahnbetts) empfiehlt sich ein Bakterientest, um bei Bedarf eine gezielte Antibiotika-Therapie einzuleiten. Hierfür erhalten Sie einen Zuschuss über das Gesundheitskonto.

Kariesinfiltration

Es muss nicht immer gebohrt werden: Viele Zahnärzte nutzen die Kariesinfiltration für eine schonende Behandlung von beginnender Karies ohne Bohren und Zahnsubstratverlust. Für diese innovative mikroinvasive Methode erhalten Sie einen Kostenzuschuss über das Gesundheitskonto.

So funktioniert die Erstattung:

- Bezahlen Sie die Privatrechnung für die erweiterten zahnärztlichen Leistungen zunächst selbst. Reichen Sie die Rechnung anschließend unter Angabe Ihrer Bankverbindung ein. Nutzen Sie dafür gerne unseren Erstattungsantrag. Diesen finden Sie unter:
www.heimat-krankenkasse.de/gesundheitskonto
- Wir erstatten die Kosten bis zu einem Höchstbetrag von 40 Euro pro Jahr per Direktüberweisung auf Ihr Konto.



Jedem Versicherten der Heimat Krankenkasse stehen für die erweiterten zahnärztlichen Leistungen 40 Euro pro Jahr zur Verfügung. Sie entscheiden selbst, welche Angebote Sie nutzen möchten.



Osteopathie

Ein Besuch beim Osteopathen unterscheidet sich in vielerlei Hinsicht von einem Termin bei einem klassischen Mediziner: Medikamente oder medizinische Apparate sind hier kaum zu finden. In der osteopathischen Therapie werden Beschwerden fast ausschließlich durch sanfte Griffe und Techniken behandelt. Sie sollen die Selbstheilungskräfte unterstützen und dem Körper so helfen, sich selbst zu regulieren.

Die Grundannahme der Osteopathie ist, dass jede Struktur des Körpers – Gelenke und Muskeln, aber auch Organe, Sehnen und Nerven – ihre eigene Bewegung hat. Ist die Beweglichkeit gestört, kommt es zu körperlichen Beschwerden, die sich auf vielfältige Weise äußern können. Sie machen sich jedoch nicht zwangsläufig am Ort der Entstehung bemerkbar: Kopfschmerzen können beispielsweise auch auf einen Beckenschiefstand zurückgehen.

Die Osteopathie berücksichtigt daher die verschiedenen Zusammenhänge im Organismus und betrachtet den Körper immer in seiner Gesamtheit.

In diesen Bereichen hilft die Osteopathie:

- Gelenkprobleme, Rückenschmerzen, Verstauchungen
- Verdauungsstörungen, Organsenkung, Kopfschmerzen, Migräne
- Mittelohrentzündung, Schwindel, Kiefergelenkprobleme
- Menstruationsbeschwerden, Geburtsvorbereitung und -nachsorge
- Schreikinder, Entwicklungsverzögerungen, Hyperaktivität



So funktioniert die Erstattung:

- Ihre osteopathische Behandlung muss durch einen Arzt veranlasst sein. Einen Vordruck für die notwendige ärztliche Bescheinigung finden Sie unter: www.heimat-krankenkasse.de/osteopathie
- Der behandelnde Osteopath muss Mitglied in einem Berufsverband für Osteopathie oder zum Eintritt in einen solchen Verband berechtigt sein. Eine Liste der Verbände finden Sie unter: www.heimat-krankenkasse.de/osteopathie
- Die Rechnung bezahlen Sie zunächst selbst und reichen diese anschließend zusammen mit der ärztlichen Bescheinigung, dem Qualifikationsnachweis des Osteopathen sowie unter Angabe Ihrer Bankverbindung bei uns ein. Nutzen Sie dafür gerne unseren Erstattungsantrag. Diesen finden Sie unter: www.heimat-krankenkasse.de/gesundheitskonto



Wir erstatten Ihnen maximal drei Sitzungen à 40 Euro (= Höchstbetrag von 120 Euro) pro Jahr durch Direktüberweisung auf Ihr Konto. Das Angebot gilt für Versicherte jeder Altersgruppe.



Alternative Arzneimittel für Kinder und Jugendliche

Alternative Arzneimittel aus Homöopathie, Phytotherapie und Anthroposophie können bei vielfältigen Krankheits- und Beschwerdebildern eingesetzt werden. Der Mensch wird ganzheitlich betrachtet, es wird also sowohl das körperliche als auch das seelische Befinden analysiert.

Besonders bei Kindern und Jugendlichen zeigt sich eine gute Wirksamkeit der alternativen Medikamente. Deshalb bezuschussen wir für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren im Rahmen unseres Gesundheitskontos die Kosten für nicht verschreibungspflichtige, aber apothekenpflichtige alternative Arzneimittel, die vom Arzt auf einem Privatrezept vorab verordnet wurden.



Homöopathische Arzneimittel

Die Homöopathie arbeitet unter der Annahme, dass homöopathische Mittel unverdünnt genau die Beschwerden auslösen, die sie „potenziert“ (verdünnt) heilen.

Phytotherapie

In der Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) wird mit rein pflanzlichen Arzneimitteln gearbeitet. Sie werden zur Vorbeugung, Behandlung von akuten Symptomen und Verbesserung des Allgemeinzustands eingesetzt.

Anthroposophie

Die Anthroposophie bringt Körperfunktionen mithilfe natürlicher Ausgangsstoffe wieder ins Gleichgewicht. Im Mittelpunkt der Betrachtung steht die Wechselwirkung zwischen Körper, Seele und Geist.

So funktioniert die Erstattung:

- Für die Kostenerstattung muss Ihr Arzt die genannten nicht verschreibungspflichtigen, aber apothekenpflichtigen Arzneimittel vorab auf einem Privatrezept verordnen.
 - Sie bezahlen die Arznei in der Apotheke zunächst selbst und reichen anschließend das Rezept und die Apothekenrechnung unter der Angabe Ihrer Bankverbindung bei uns ein. Nutzen Sie dafür gerne unseren Erstattungsantrag.
- Diesen finden Sie unter:

www.heimat-krankenkasse.de/gesundheitskonto

i

Wir erstatten Ihnen die Kosten bis zu einem Betrag von 80 Euro pro Jahr durch Direktüberweisung auf Ihr Konto. Das Angebot gilt für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren, die bei der Heimat Krankenkasse versichert sind.

Wichtig zu wissen: Einige Arzneimittel sind grundsätzlich von einer Erstattung durch gesetzliche Krankenkassen ausgeschlossen, z. B. Appetitzügler oder Haarwuchsmittel. Sollten Sie unsicher sein, ob Ihre Arznei erstattungsfähig ist, rufen Sie uns gerne an: **0800 1060100 (kostenfrei)**.



Vorsorgeunter- suchungen in der Schwangerschaft

Jede Frau wünscht sich eine unkomplizierte Schwangerschaft und einen guten Start in das Leben mit Kind. Damit Sie die Schwangerschaft unbeschwert erleben können, bezuschussen wir zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen.

Toxoplasmose-Test

Die sogenannte Toxoplasmose ist in der Regel ungefährlich, viele Betroffene bemerken ihre Ansteckung gar nicht. Doch in der Schwangerschaft kann die Infektion gefährlich werden, sogar zu Früh- oder Fehlgeburten führen. Ein einfacher Test kann Sicherheit geben.

Serologische Untersuchungen auf Infektionen

Mithilfe von serologischen Untersuchungen (Blutuntersuchungen) können Erkrankungen bei der Mutter, wie z. B. die Infektion mit Listerien, frühzeitig entdeckt werden.

Cytomegalie-Test

Ob eine Immunität gegen die Cytomegalieviren (CMV) vorliegt, kann anhand einer Blutuntersuchung bei der Mutter festgestellt werden.

Blutuntersuchung zur Feststellung von Antikörpern gegen Windpocken und Ringelröteln

Werdende Mütter können sich mithilfe einer Blutuntersuchung auf Antikörper gegen Windpocken und Ringelröteln testen lassen und so Sicherheit über den eigenen Immunstatus erlangen.

So funktioniert die Erstattung:

- Sie bezahlen die Privatrechnung Ihres Gynäkologen zunächst selbst und reichen diese anschließend unter Angabe Ihrer Bankverbindung bei uns ein. Nutzen Sie dafür gerne unser Antragsformular. Dieses finden Sie unter: www.heimat-krankenkasse.de/gesundheitskonto
- Wir erstatten die Kosten bis zu einem Höchstbetrag von 100 Euro pro Jahr per Direktüberweisung auf Ihr Konto.



Da uns die Gesundheit Ihres noch ungeborenen Kindes ebenso wichtig ist wie Ihnen, stehen Ihnen für die zusätzlichen Vorsorgeuntersuchungen bis zu 100 Euro pro Kalenderjahr zur Verfügung. Am besten informieren Sie sich frühzeitig bei Ihrem Gynäkologen, welche Untersuchungen in Ihrem Fall sinnvoll sind. Das Angebot gilt für unsere Versicherten jeder Altersgruppe.





Neue Mitglieder werben, Prämie kassieren

Sie sind von unseren Leistungen überzeugt? Dann empfehlen Sie uns doch einfach weiter! Für jedes neu geworbene Mitglied erhalten Sie eine attraktive Prämie in Höhe von 25 Euro – als Direktüberweisung auf Ihr Konto.

Weitere Informationen zum Thema Freundschaftswerbung finden Sie auf unserer Website.

www.heimat-krankenkasse.de/freunde-werben



**25 €
Prämie
sichern**

Weitere Leistungen für Sie

Unsere Versicherten sollen sich bei uns gut aufgehoben und versorgt fühlen. Deshalb sind ein breites Leistungsspektrum und umfassende Serviceangebote für uns selbstverständlich. Ob Familie oder Single, jung oder alt, gesund oder krank – bei uns finden Sie passende Leistungen für jede Lebenslage. Von der unabhängigen Beratung zu medizinischen Fragen bis zu zusätzlichen Budgets für Maßnahmen, die über die gesetzlichen Standards hinausgehen, bieten wir Ihnen ein umfassendes Gesamtpaket für Ihre Gesundheit.

Vorsorge und Prävention

Gesundheitsprogramme „Auszeit“ und „Aktivwoche“	160 €
Ambulante und stationäre Vorsorgekuren	
Zusätzliche Schutzimpfungen	300 € und Impfberatung
Individuelle Vorsorgeuntersuchungen (siehe Gesundheitskonto)	50 €

Im Krankheitsfall

Arztterminservice	
Behandlung für chronisch Kranke: BKK MedPlus	
Klinikfinder	
Besondere Versorgungsverträge	
Haushaltshilfe	

Auf sanfte Heilung setzen

Alternative Arzneimittel für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren (siehe Gesundheitskonto)	80 €
Homöopathie	
Osteopathie (siehe Gesundheitskonto)	120 €

Schwangerschaft und Familie

Babybonus von bis zu 200 € für Ihren Nachwuchs	
Kinderbonusprogramm für aktive Kids von 1 bis 15 Jahren	
Hebammenrufbereitschaft	250 €
Geburtsvorbereitungskurse, auch für Väter	
Digitale Hebammenberatung „Kinderheldin“	
Zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche (U10, U11 und J2)	
Zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen in der Schwangerschaft (siehe Gesundheitskonto)	100 €

Zahngesundheit

Professionelle Zahnreinigung (siehe Gesundheitskonto)	80 €
Zahnersatz zum Spartarif	
Zweite Zahnsteinentfernung oder Kariesinfiltration (siehe Gesundheitskonto)	40 €

Service und Beratung

Arzneimittelberatung	
Arztterminservice	
Ärzte-Telefon	
ServiceApp der Heimat Krankenkasse	

Ausführliche Informationen und weitere Leistungen finden Sie auf unserer Website unter:
www.heimat-krankenkasse.de/leistungen

Wir sind für Sie da

Service-Telefon:

0800 1060100 (kostenfrei)

Mo–Fr: 7.30 – 23.00 Uhr

Sa: 9.00 – 23.00 Uhr, So: 10.00 – 23.00 Uhr

Kontaktformular:

www.heimat-krankenkasse.de/kontakt

Zentrale Postanschrift:

Herforder Straße 23, 33602 Bielefeld

Entdecken Sie unser Fitmacher-Magazin mit spannenden Themen rund um Ihre Gesundheit

www.fitmacher.de



Bielefeld

Herforder Straße 23, 33602 Bielefeld

T. 0521 92395-0

Budenheim

Rheinstraße 27, 55257 Budenheim

T. 06139 89-515

Wittenburg

Südring 5, 19243 Wittenburg

T. 038852 611-5410

Wittlich

Zum Rachtiger Wald 3, 54516 Wittlich

T. 06571 925-5100

