

Empfohlener Vorsorgeplan

Frau:

Zahnvorsorge		Halbjährlich
Krebsvorsorge	ab 20 (jährlich)	Untersuchung Genitalorgane mit Abstrich (Gyn)
Krebsvorsorge	ab 30 (jährlich)	Untersuchung Genitalorgane mit Abstrich (Gyn) zusätzlich Brust und Lymphknoten abtasten (Gyn)
Gesundheitsuntersuchung	ab 35 (alle 2 Jahre)	Körperliche Untersuchung lediglich zwei Blutwerte (Blutzucker und Gesamtcholesterin) Urintest
Hautkrebsscreening	ab 35 (alle 2 Jahre)	Inspektion der Haut (Hautarzt oder Hausarzt)
Darmkrebsvorsorge	50 bis 55 (jährlich)	Hämoccult-Test (Test auf okkultes Blut im Stuhl)
Darmkrebsvorsorge	ab 55	2 x Darmspiegelung (mit 55 und 65 Jahren) ohne weiteren Hämoccult-Tests (Internisten) Alternativ: alle 2 Jahre Hämoccult-Test
Mammographie	50 bis 69 (alle 2 Jahre)	
Impfungen	ab 60 Jahren	Pneumokokken, Shingrix (Gürtelrose) Alle 10 Jahre Diphterie-/Tetanus-Impfung
Bauchaortenaneurysma	ab 65 Jahren	Einmaliges Ultraschalluntersuchung

Mann:

Zahnvorsorge		Halbjährlich
Gesundheitsuntersuchung	ab 35 (alle 2 Jahre)	Körperliche Untersuchung lediglich 2 Blutwerte (Blutzucker und Gesamtcholesterin) Urintest
Hautkrebsscreening	ab 35 (alle 2 Jahre)	Inspektion der Haut (Hautarzt oder Hausarzt)
Krebsvorsorge Prostata	ab 45 (jährlich)	Prostata abtasten (Urologe oder Hausarzt) Urintest ggf. PSA-Bluttest (<u>keine</u> Kassenleistung)
Darmkrebsvorsorge	50 bis 55 (jährlich)	Hämoccult-Test (Test auf okkultes Blut im Stuhl)
Darmkrebsvorsorge	ab 55	2 x Darmspiegelung (mit 55 und 65 Jahren) ohne weiteren Hämoccult-Tests (Internisten) Alternativ: alle 2 Jahre Hämoccult-Test
Impfungen ab 60 Jahren		Pneumokokken, Shingrix (Gürtelrose)
Bauchaortenaneurysma	ab 65 Jahren	Alle 10 Jahre Diphterie-/Tetanus-Impfung Einmalige Ultraschalluntersuchung