



BAHN BKK

WIR GEHÖREN  
ZUR FAMILIE

# Wir stellen uns vor

Verlässlich, innovativ und immer einen Schritt voraus, sind wir die Krankenkasse mit dem i-Tüpfelchen an Service. Als gesetzliche Kasse mit **Präventionsschwerpunkt** arbeiten wir ständig daran, unsere Leistungen auszubauen und an Ihre Bedürfnisse anzupassen.

**Historie und Herkunft** | Unsere Wurzeln reichen bis in das Jahr 1837 zurück, als beim Bau der Eisenbahnstrecke Leipzig-Althen die ersten Hülfcassen für die Eisenbahner ins Leben gerufen wurden. Diese Hülfcassen sind die unmittelbaren Vorläufer der BAHN-BKK.

Wir sind damit die älteste gesetzliche Krankenkasse Deutschlands – das sind fast **180 Jahre Erfahrung und Kompetenz**. Und auch heute noch sind wir die Gesundheitsspezialistin für die Verkehrsbranche und Unternehmenskasse der Deutschen Bahn AG.

**Unsere Schwerpunkte** | Als **Präventionskasse** tun wir alles dafür, dass Sie gar nicht erst krank werden. Deswegen bieten wir vielfältige EXTRAS im Bereich der Vorsorge und Früherkennung – auch und gerade für (werdende) **Familien**. Neben Leistungen aus der klassischen Medizin bieten wir Ihnen zusätzlich spannende Angebote aus dem Bereich der **alternativen Heilmethoden**.

**Partnernetz** | Um Ihnen eine optimale Gesundheitsvorsorge anzubieten, arbeiten wir mit verschiedenen Partnern zusammen, zum Beispiel Vertragsärzten und Service-Dienstleistern. Dabei suchen wir für Sie immer nach den besten und innovativsten Anbietern der Branche.

**Kooperation** | Mit den **Krankenzusatzversicherungen** unserer Kooperationspartnerin **DEVK** können Sie Ihre Gesundheitsvorsorge zusätzlich optimal absichern. Und das sogar zu besonders günstigen Konditionen.

**Betriebliches Gesundheitsmanagement** | Eine ganzheitlich ausgerichtete Gesundheitsvorsorge hört am Arbeitsplatz nicht auf. Deshalb unterstützen wir Unternehmen der Verkehrsbranche dabei, ein kluges und erfolgreiches betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) aufzubauen.

**Service mit Herz** | Jede Krankenversicherung ist nur so gut, wie ihr Service. Das wissen wir und sind deshalb gerne für Sie da – **persönlich, telefonisch und online**. Aber Erreichbarkeit ist natürlich nicht alles: Unsere internen **ServiceStandards** garantieren, dass Ihre Fragen schnell und kompetent beantwortet werden – mit Herz und Verstand.

# Der Gesundheitsbonus 150

Belohnen Sie sich doppelt. Mit unserem Gesundheitsbonus ist das leichter als Sie denken: Absolvieren Sie Aktivitäten aus neun verschiedenen Gesundheitsbereichen und Sie erhalten **bis zu 150 Euro** pro Kalenderjahr. Darüber freuen sich Ihre Gesundheit und Ihr Geldbeutel!

**So einfach geht's** | Sie sind mindestens 16 Jahre alt und bei uns versichert? Dann weisen Sie einfach zwei Aktivitäten aus den aufgeführten Gesundheitsbereichen nach. Wenn Sie diese 1x im Kalenderjahr während Ihrer Mitgliedschaft absolviert haben, erhalten Sie bereits den Basis-Bonus von 60 Euro.<sup>1</sup>

Für jede weitere Aktivität erhöht sich Ihr Bonus um jeweils 30 Euro auf **bis zu 150 Euro** pro Kalenderjahr.

**Wann bekomme ich meinen Gesundheitsbonus?** | Senden Sie uns Ihren Bonussammler nach zwei Aktivitäten für den Basisbonus von 60 Euro oder warten Sie bis zum Ende eines Kalenderjahres bzw. bis Sie den vollen Gesundheitsbonus von 150 Euro erreicht haben. Nur: Warten Sie nicht länger als bis zum Ende des Folgejahres, dann verfällt der Gesundheitsbonus

## **Welche Aktivitäten werden anerkannt?**

Ihre Aktivitäten können Sie aus neun verschiedenen Gesundheitsbereichen wählen<sup>2</sup>:

- Aktive Mitgliedschaft in einem Sportverein des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) oder in einem Fitness-Studio
- Erwerb des Deutschen Sportabzeichens
- Aktive Teilnahme am Hochschul- oder Betriebssport
- Teilnahme an einem von uns finanzierten oder bezuschussten Gesundheitskurs
- Eine Schutzimpfung<sup>3</sup>
- Eine jährliche Zahnvorsorge<sup>3</sup>
- Eine professionelle Zahnreinigung
- Eine Früherkennungsuntersuchung (Nachweis der J2 Untersuchung, Gesundheits-Check-Up 35, Krebsvorsorge, Hautkrebs-Screening oder Darmkrebs-Screening)<sup>3</sup>
- Eine Vorsorgeuntersuchung während der Schwangerschaft<sup>3</sup>

**Unser Tipp** | Alle Informationen finden Sie noch einmal ausführlich unter:  
 [www.bahn-bkk.de/gesundheitsbonus](http://www.bahn-bkk.de/gesundheitsbonus)

<sup>1</sup> Maßnahmen der Gesundheitsprämie 125, die Sie bis zum 31. Dezember 2018 durchgeführt haben, können Sie noch bis zu 4 Jahren bei uns anerkennen lassen. Der letztmögliche Zeitpunkt für die Prämie 2018 ist der 31. Dezember 2022.

<sup>2</sup> Pro Gesundheitsbereich erkennen wir innerhalb eines Kalenderjahres je eine Aktivität an.

<sup>3</sup> Anerkannt werden Untersuchungen bzw. Impfungen, für die wir die Kosten übernehmen.



## Alternative Heilmethoden

Naturheilkundliche Behandlungsmethoden sind für viele eine wirkliche Alternative zur sogenannten Schulmedizin. Deshalb unterstützen wir ausgewählte alternative Heilmethoden.

**Osteopathie** | Die Osteopathie kennt alle kleinen und großen Bewegungen des menschlichen Körpers. Sie hilft, Bewegungseinschränkungen aufzuspüren und zu lösen. Wir übernehmen pro Versichertem und Kalenderjahr 80 Prozent der Kosten, maximal 200 Euro unabhängig von der Zahl der Behandlungen. Der Zuschuss kann gezahlt werden, wenn eine ärztliche Verordnung vorliegt und die Osteopathie-Behandlung von einem zugelassenen Arzt, einem Physiotherapeuten oder einem Heilpraktiker geleistet wird, der Mitglied in einem Berufsverband der Osteopathen ist oder bestimmte Voraussetzungen erfüllt.

**Naturheilkundliche Medikamente** | Wir übernehmen pro naturheilkundlichem Medikament 100 Prozent der Kosten bis zu einer Höchstgrenze von 150 Euro je Versichertem im Kalenderjahr. Voraussetzung für die anteilige Kostenübernahme ist, dass die Medikamente von einem zugelassenen Arzt auf einem Privatrezept verordnet wurden.

**Unser Tipp** | Weitere Informationen und EXTRAS aus dem Bereich der alternativen Heilverfahren – zum Beispiel zu Homöopathie, Akupunktur und anthroposophischer Medizin – finden Sie unter:

🌐 [www.bahn-bkk.de/alternative-medizin](http://www.bahn-bkk.de/alternative-medizin)



# Vorsorge und Früherkennung

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen. Deswegen tun wir alles dafür, dass Sie gar nicht erst krank werden.

**StressFrei-Training** | Sie fühlen sich öfter gestresst, erschöpft und abgespant? Mit unserem Stresspräventionsprogramm für zu Hause lernen Sie in zehn Einheiten, richtig mit Stress umzugehen. Ihr persönlicher StressFrei-Trainer berät Sie telefonisch und schickt Ihnen Übungsmaterialien zu.

**Gesundheitsurlaub mit persönlichem Bonus** | Sie haben im (Arbeits-)Alltag keine Zeit, Gesundheitskurse zu besuchen? Kein Problem. Bei den fit4life-Aktivtagen besuchen Sie Gesundheitskurse in attraktiver Umgebung – auf Wunsch sogar im Ausland und mit Kinderbetreuung. Das Beste: Wir übernehmen die kompletten Kurskosten.

📍 [www.bahn-bkk.de/gesundheitsurlaub](http://www.bahn-bkk.de/gesundheitsurlaub)

**Auslandsreise-Schutzimpfungen – Gut geschützt beim Weltenbummel** | Wir übernehmen die Kosten für Schutzimpfungen bei Urlaubsreisen in Länder mit entsprechenden Impfpfehlungen der Stiko (Ständige Impfkommission).

**Saisonalen Gripeschutz** | Wir übernehmen die Kosten einer Gripeschutzimpfung. Damit Sie gut durch den Winter kommen.

**Einladungsservice** | Ab 35 Jahren sollten Sie jedes dritte Jahr eine Gesundheitsuntersuchung zur Früherkennung insbesondere von Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen sowie Diabetes durchführen lassen. Damit das nicht in Vergessenheit gerät, laden wir alle 35-Jährigen schriftlich zu dieser Untersuchung ein. Und alle Eltern erinnern wir an die Vorsorgeuntersuchungen U6 bis J2 ihrer Kinder.

**discovering hands®** | Ergänzend zur allgemeinen Krebsfrüherkennung bieten wir unseren Kundinnen ab 18 Jahren eine besondere Art der Früherkennung: discovering hands® ist eine speziell entwickelte Tastuntersuchung, bei der schon kleinste Veränderungen der Brust erfühlt werden. 📍 [www.bahn-bkk.de/discoveringhands](http://www.bahn-bkk.de/discoveringhands)

# Besondere Behandlungsmethoden

Wir unterstützen Sie dabei, so schnell wie möglich wieder gesund zu werden – mit innovativer Medizin und gutem Service.

**Offene Badekur** | Wir zahlen für ambulante Vorsorgeleistungen (offene Badekuren) den gesetzlich höchstmöglichen Zuschuss für Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten und Kurtaxe von 16 Euro pro Tag. Für bei uns versicherte chronisch kranke Kleinkinder sogar 25 Euro. Außerdem tragen wir die Kosten der ärztlichen Behandlung im Kurort und 90 Prozent der Anwendungskosten.

**PTBS – Posttraumatische Belastungsstörungen** | Wir bieten ein spezielles Behandlungsprogramm für posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS), wie sie nach außergewöhnlich belastenden Ereignissen auftreten können. Dieses findet in der Vital-Klinik Buchenholm statt: ☎ **04523 987-0**

**Schnelle Hilfe bei Psychotherapie** | Die Wartezeiten für eine Terminvergabe für eine Psychotherapie sind oft unzumutbar lang. Deshalb können Sie ambulante **psychotherapeutische** Leistungen auch von nicht zugelassenen Leistungserbringern in Anspruch nehmen, sofern die Behandlung medizinisch notwendig ist und für die Behandlung eine Vereinbarung zwischen der BAHN-BKK und dem Leistungserbringer vorliegt.

**Varizen-Laser-OP** | Wir übernehmen die Kosten für eine Varizen-Laser-Operation, wenn sie medizinisch notwendig ist und bei einem Arzt durchgeführt wird, mit dem ein entsprechender Vertrag besteht.



# Nachsorge und Rehabilitation

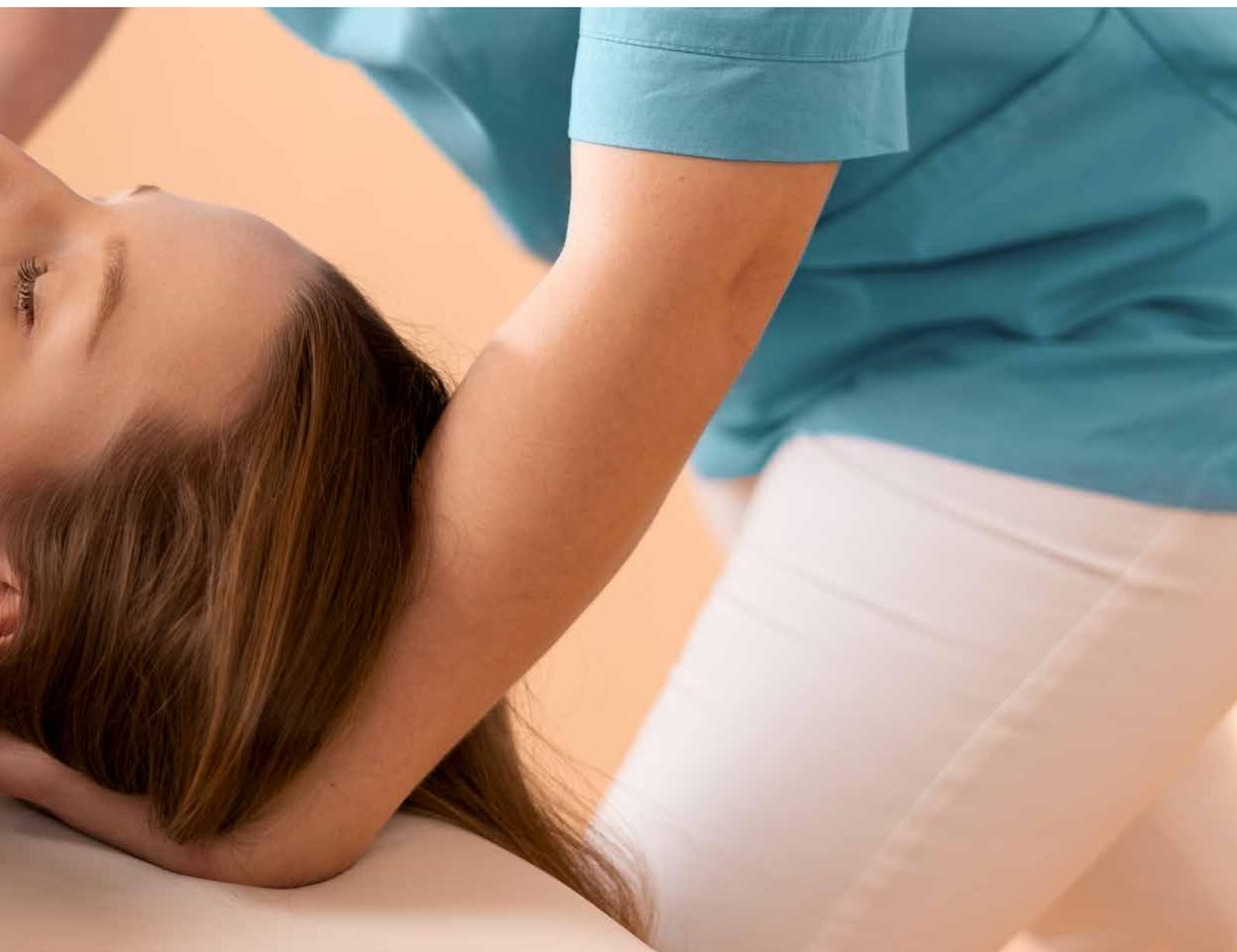
Kraft tanken, sich ausruhen, die Arbeit andere machen lassen. Das ist manchmal das Wichtigste, um langfristig fit zu bleiben.

**Fahrkartenservice bei Reha-Maßnahmen** | Sie machen eine stationäre Reha-Maßnahme (z. B. eine Mutter-Vater-Kind-Kur)? Dann nutzen Sie unseren Fahrkartenservice! Bestellen Sie über uns einfach Ihre Bahnfahrkarte für die 2. Klasse und Sie erhalten diese bequem per Post nach Hause.

**Häusliche Krankenpflege** | In bestimmten Fällen übernehmen wir zusätzlich zur Behandlungspflege auch die Kosten für die erforderliche Grundpflege und die hauswirtschaftliche Versorgung. Und das für bis zu vier Wochen je Krankheitsfall und 25 Pflegeeinsätzen im Kalendermonat.

**Pflege-Auszeit für Angehörige** | Sie kümmern sich um einen pflegebedürftigen Angehörigen und brauchen eine Auszeit? Unsere Vital-Klinik Dreizehnlinden in Bad Driburg bietet Pflegepersonen die Möglichkeit, in der Klinik Urlaub zu machen, eine Vital-Woche zu genießen oder eine Reha-Maßnahme durchzuführen, während der Pflegebedürftige von Fachkräften betreut wird. Die Kosten für den Pflegebedürftigen können mit der Pflegekasse als Kurzzeitpflege oder als Verhinderungspflege abgerechnet werden.

🌐 [www.bahn-bkk.de/pflege-auszeit](http://www.bahn-bkk.de/pflege-auszeit)



# Aktiv sein lohnt sich

Wer sich regelmäßig bewegt und auf seinen Lebenswandel achtet, tut sich und seiner Gesundheit einen großen Gefallen. Und das fördern wir natürlich!

**Gesundheitskurse** | Fehlernährung, Bewegungsmangel, einseitige Belastungen, Stress und Suchtgefahren gehören zu unserem Alltag. Damit diese Ihnen nichts anhaben können, fördern wir Ihre Teilnahme an Gesundheitskursen. Auf unserer Website finden Sie deshalb eine spezielle Kursdatenbank. Pro Jahr bezuschussen wir die Teilnahme an zwei Kursen mit bis zu 300 Euro. 🌐 [www.bahn-bkk.de/gesundheitskurse](http://www.bahn-bkk.de/gesundheitskurse)

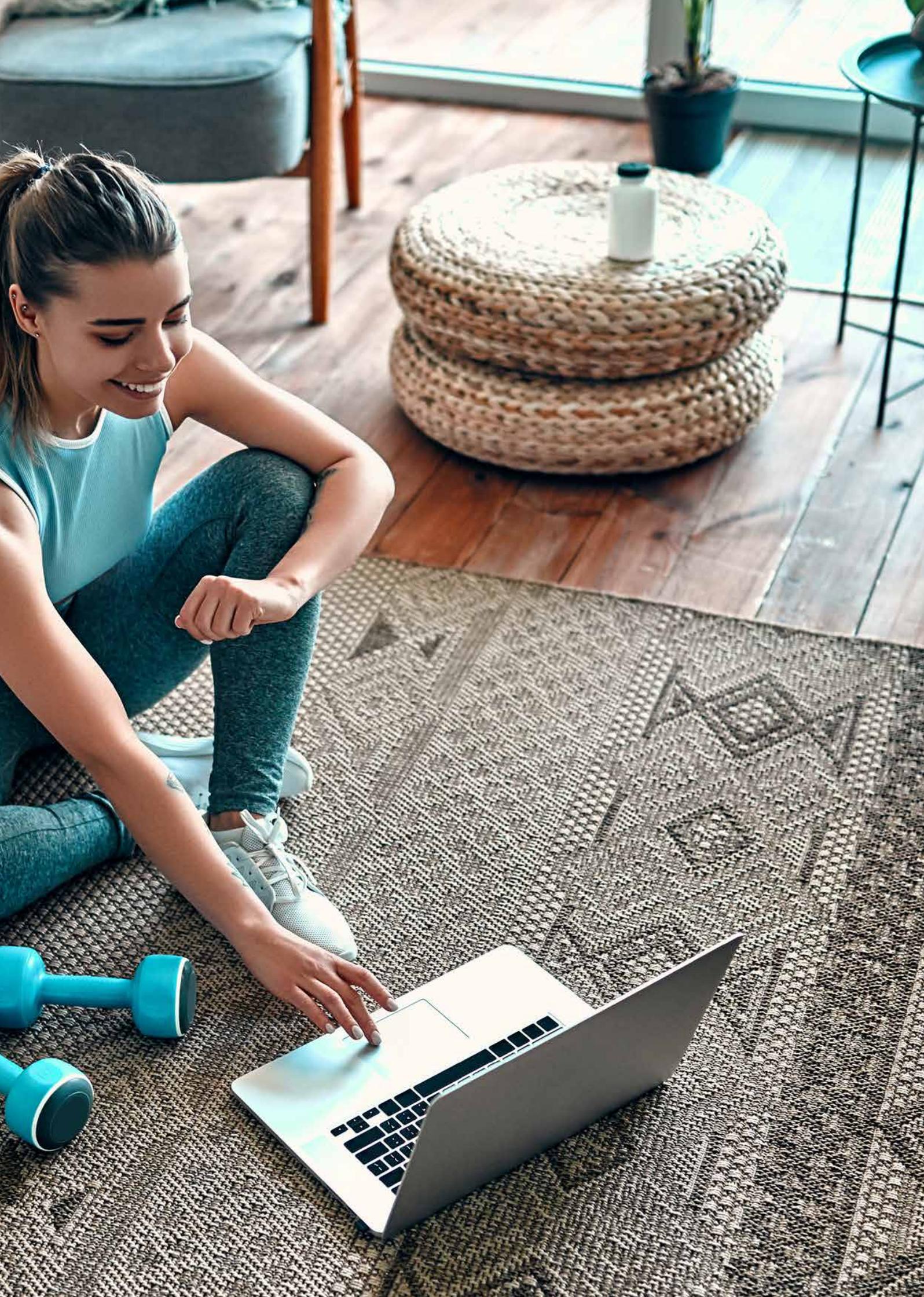
**Gymondo – Online Fitness** | Sie haben keine Zeit, ein Fitness-Studio zu besuchen und möchten dennoch etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann nutzen Sie die Online-Fitnesskurse von Gymondo. Nach erfolgreicher Teilnahme am Kurs „Rücken FIT & GESUND“ können Sie das vielfältige Angebot auf Gymondo 12 Monate kostenfrei nutzen und profitieren von 60 Programmen und 700 Workouts, die Ihnen jederzeit zur Verfügung stehen. Die Teilnahme an dem Kurs „Rücken FIT & GESUND“ wird Ihnen als Präventionskurs angerechnet.

🌐 [www.bahn-bkk.de/gymondo](http://www.bahn-bkk.de/gymondo)

**Gewichts-Coaching Premium** | Unser viermonatiges Abnehm-Programm für zu Hause unterstützt Sie darin, das eigene Gewicht zu regulieren. Sie werden von unseren Ernährungsexperten individuell am Telefon betreut. Zusätzlich erhalten Sie auf Ihre Situation zugeschnittene Tipps per Post.

🌐 [www.bahn-bkk.de/gewichtcoaching](http://www.bahn-bkk.de/gewichtcoaching)





# Beratung in allen Lebenslagen

Gesundheit ist ein komplexes Thema und meistens nicht selbsterklärend. Deshalb stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Fragen Sie uns einfach!

**InfoMedicus** | Mit unserer weltweiten, kostenfreien Gesundheitshotline sind wir rund um die Uhr, an sieben Tagen in der Woche und 365 Tagen im Jahr für Sie da. Die Gesundheitsexperten von InfoMedicus beantworten unter anderem Ihre Fragen zum Thema Gesundheit, zu Behandlungsoptionen und Medikamenten, finden ärztliche Notdienste und Fachkliniken in Ihrer Nähe, vermitteln Ihnen Selbsthilfegruppen und Facharzttermine. Und das Beste: Die Nummer steht auf der Rückseite Ihrer Gesundheitskarte. ☎ [www.bahn-bkk.de/infomedicus](http://www.bahn-bkk.de/infomedicus)

**InfoMedicus Videoberatung** | Sie wünschen sich ein individuelles Informations- und Beratungsgespräch mit einem (Fach-)Arzt, ohne dabei Ihr Zuhause verlassen zu müssen? Mit unserer Videoberatung ist das kein Problem. So können Sie Ihre Fragen von Angesicht zu Angesicht besprechen, bleiben zeitlich und örtlich aber flexibel.

**Ärztliche Zweitmeinung** | Sie wünschen sich eine zweite Meinung, um mehr Sicherheit und Vertrauen in eine anstehende Behandlung zu gewinnen? Sie sind unsicher, ob Sie einer Operation zustimmen sollen oder ob es andere Alternativen gibt? Fragen Sie unsere Fachärzte von InfoMedicus!

**Unterstützung bei Behandlungsfehlern** | In der Regel verlaufen medizinische Eingriffe positiv. Doch auch Ärzte sind Menschen, denen Fehler unterlaufen können. Die betroffenen Patienten haben dann allerdings nicht nur mit den Beschwerden zu kämpfen, sondern müssen auch noch den ärztlichen Behandlungsfehler nachweisen, um Schadensersatz zu erhalten. Wir unterstützen Sie! Zum Beispiel, indem wir zusätzliche Gutachten erstellen lassen und die Kosten dafür übernehmen.

**Online-Zuzahlungsrechner** | Mit diesem Rechner können Sie Ihre persönliche Zuzahlungsgrenze ganz einfach selbst ermitteln. Über diese Grenze hinausgehende Zuzahlungen erstatten wir Ihnen auf Antrag zurück.

**Persönliche Pflegeberatung** | Mit unserem Partner WDS GmbH bieten wir Ihnen eine kompetente und unabhängige Pflegeberatung. Die qualitätsgeprüften Pflegeberater kommen zu Ihnen nach Hause oder beraten Sie telefonisch – und das für Sie völlig kostenfrei. Sie erreichen die WDS GmbH unter der Servicenummer ☎ **0201 177 848 55**.

**Pflegeschulungsangebote** | Wir unterstützen nicht-professionelle Pflegepersonen und bieten über die BAHN-BKK Pflegekasse verschiedene Schulungen an. Diese Pflegekurse vermitteln Kenntnisse, die sie für ihre schwierige Aufgabe benötigen. Die Kurse finden als individuelle Schulungen in häuslicher Umgebung oder als Onlinekurs statt.

☎ [www.bahn-bkk.de/schulungsangebote](http://www.bahn-bkk.de/schulungsangebote)

**CoaguChek®-Schulungen** | Wir bezuschussen CoaguChek®-Schulungen mit 150 Euro bei Versicherten, die einen künstlichen Herzklappenersatz, häufiges Vorhofflimmern oder eine angeborene Gerinnungsstörung haben. Der Zuschuss wird bei Problemen mit der bisherigen konventionellen Betreuung gewährt oder wenn der Versicherte Schwierigkeiten hat, aufgrund der örtlichen Verhältnisse regelmäßig die Arztpraxis aufzusuchen.



**BAHN-BKK MedPlus Programme** | Wir bieten chronisch Kranken die bestmögliche Betreuung. Um die medizinische Versorgung und damit Ihre Lebensqualität zu verbessern, haben wir speziell strukturierte Behandlungsprogramme zusammengestellt. Derzeit gibt es die BAHN-BKK MedPlus-Programme für Diabetes-, Brustkrebs- und Asthmapatienten sowie für Koronare Herzkrankheit und Chronisch Obstruktiven Lungenerkrankungen (COPD). Studien beweisen, dass Teilnehmer von strukturierten Behandlungsprogrammen mittel- und langfristig weniger Folgeerkrankungen erleiden oder diese deutlich später eintreten als bei Nicht-Teilnehmern.  
🌐 [www.bahn-bkk.de/medplus](http://www.bahn-bkk.de/medplus)

Unser Begleitprogramm beinhaltet unter anderem:

- Schulungen zu speziellen Folgeerkrankungen (Blutzuckerwerte, Blutdruck),
- Information über Ärzte in der Nähe und Erinnerung an Arzttermine,
- Raucherentwöhnung,
- Bewegungsangebote und Ernährungsberatung zur Gewichtsreduktion.

# Vorteile für (werdende) Familien

Unsere EXTRAS für Babys und Kinder sind gezielt auf die speziellen Bedürfnisse kleiner Menschen ausgerichtet. Denn die Weichen für ein gesundes Leben werden schon in der Kindheit gestellt.

**Künstliche Befruchtung** | Ehepaare, die sich ihren Kinderwunsch nicht auf natürlichem Wege erfüllen können, haben unter bestimmten Voraussetzungen einen gesetzlichen Anspruch auf eine Kostenbeteiligung in Höhe von 50 Prozent für Maßnahmen zur künstlichen Befruchtung. Diese Kosten rechnet der Arzt direkt über die elektronische Gesundheitskarte ab. Wir gehen einen Schritt weiter: Für bei uns Versicherte übernehmen wir insgesamt 75 Prozent von deren personenbezogenen Kosten. Voraussetzung ist, dass während des Behandlungszeitraums eine Versicherung bei uns bestand. Sämtliche Kostenbeteiligungen werden im Rahmen der vertragsärztlichen Versorgung erbracht.

**Gesund schwanger** | Um das Risiko einer Frühgeburt zu minimieren, übernehmen wir die Kosten für folgende zusätzlichen Vorsorgeleistungen:

- Umfassendes Risikoscreening und ausführliche Beratung zu Risikofaktoren einer Frühgeburt,
- vaginale Ultraschalluntersuchung in der 4. bis 8. Schwangerschaftswoche und
- Infektionsscreening in der 16. bis 24. Schwangerschaftswoche zur frühzeitigen Erkennung und Behandlung von Infektionen.

Bitte rufen Sie uns an, wenn Sie dieses Angebot wahrnehmen möchten. Wir finden dann einen passenden Arzt in Ihrer Nähe, der an unserem Programm teilnimmt.

## **Abenteuer Baby – Online-Portal für die junge Familien |**

In diesem Internet-Portal erhalten Schwangere und werdende Väter Informationen zu Vorsorgeuntersuchungen und Organisatorischem sowie hilfreiche Tipps während der Schwangerschaft. Exklusive Interviews mit Experten runden das Angebot ab.

📍 [www.bahn-bkk.de/abenteuerbaby](http://www.bahn-bkk.de/abenteuerbaby)

## **Geburtsvorbereitungskurse für werdende Väter |**

Wir erstatten werdenden Vätern den gleichen Betrag wie ihren Partnerinnen für Geburtsvorbereitungskurse bei zugelassenen Hebammen.

**Hebammenrufbereitschaft** | Hebammenrufbereitschaft bedeutet, dass die Hebamme Ihres Vertrauens bei geplanten Entbindungen in Geburtshäusern oder bei Hausgeburten zu jeder Tages- und Nachtzeit abrufbar ist. Wir bezuschussen das mit bis zu 250 Euro.

**Elterntelefon** | Für alle Eltern bietet unsere Gesundheitshotline **InfoMedicus** eine eigene Beratung. Egal, ob Sie Fragen zur Behandlung und Pflege eines kranken Kindes oder zu einer kindgerechten Ernährung haben oder Rat zur Bewältigung typischer Alltagssituationen mit Kindern suchen – das Elterntelefon ist für Sie da. Die Nummer finden Sie auf der Rückseite Ihrer elektronischen Gesundheitskarte.

**Haushaltshilfe** | Sind Sie schwer erkrankt und können Ihren Haushalt nicht mehr versorgen? Dann übernehmen wir die Kosten für eine Haushaltshilfe für die Dauer von vier Wochen. Wenn Pflegebedürftigkeit ab Grad 2 vorliegt, stellen wir die Leistungen durch die Pflegekasse zur Verfügung. Es leben Kinder im Haushalt und Sie sind schwer erkrankt zu Hause oder müssen sogar stationär versorgt werden? Dann übernehmen wir die Kosten für eine Haushaltshilfe für die Dauer der stationären Versorgung oder bei schwerer Erkrankung zu Hause bis zu maximal 26 Wochen. Laut Gesetz darf das in Ihrem Haushalt lebende Kind nicht älter als elf Jahre alt sein. Wir übernehmen die Kosten für eine Haushaltshilfe jedoch bis zum 14. Geburtstag des jüngsten Kindes.

📍 [www.bahn-bkk.de/haushaltshilfe](http://www.bahn-bkk.de/haushaltshilfe)

**Schwanger Plus** | Damit Sie und Ihr Kind während der Schwangerschaft rundum gut versorgt sind beteiligen wir uns mit bis zu **150 Euro** an **weiteren Untersuchungen und Arzneimitteln**, die Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt während einer Schwangerschaft empfiehlt. Dazu zählen Arzneimittel auf Privatrezept mit den Wirkstoffen Eisen, Jod und Folsäure und Ultraschalluntersuchungen (auch 3D/4D), der B-Streptokokken-Test, Feststellung der Antikörper auf Ringelröteln bzw. Windpocken, der Toxoplasma-Test und der Zytomegalie-Test.

Mehr Information zu den Voraussetzungen unter:

📍 [www.bahn-bkk.de/schwangerschaftsvorsorge](http://www.bahn-bkk.de/schwangerschaftsvorsorge)

**NEU Online-Geburtsvorbereitungskurse** | Ab sofort bieten wir werdenden Müttern einen Geburtsvorbereitungskurs auch online an. Er ist für Versicherte kostenfrei und bereitet mit vielen Übungen, Tipps und vor allem wichtigen Wissen optimal auf die Geburt vor.

Nähere Informationen dazu finden Sie unter:

📍 [www.bahn-bkk.de/geburtsvorbereitungskurse](http://www.bahn-bkk.de/geburtsvorbereitungskurse)





#### **Bonusprogramm Jugendliche – Vorsorge wird belohnt |**

Jugendliche erhalten eine coole Sachprämie, wenn sie an allen Vorsorgeuntersuchungen U1 bis J1 teilnehmen.

**Kinder- und Jugenduntersuchungen |** Die gesetzlich vorgesehenen Kinder- und Jugenduntersuchungen umfassen elf Untersuchungen von der Geburt (U1) bis zum maximal 15. Lebensjahr (J1). Experten empfehlen, das Programm um drei Vorsorgeuntersuchungen zu ergänzen. Wir sehen das genauso und übernehmen daher die Kosten für die **U10** für Sieben- bis Achtjährige, die **U11** für Neun- bis Zehnjährige sowie die **J2** für Jugendliche im Alter von 16 oder 17 Jahren. Außerdem erinnern wir Sie an alle Vorsorgeuntersuchungen vom Kleinkind bis zum Teenager-Alter.

🌐 [www.bahn-bkk.de/kinder-jugenduntersuchungen](http://www.bahn-bkk.de/kinder-jugenduntersuchungen)

**Zusätzliche Impfungen |** Wir übernehmen die Kosten für die Impfungen gegen das Rotavirus auch gegen Meningokokken B. Das Rotavirus-Gastroenteritis löst bei Säuglingen und Kleinkindern Darminfektionen aus, während der Erreger des Typs Meningokokken B zu einer schweren Hirnhautentzündung oder Blutvergiftung führen kann. Die sicherste Vorsorge ist eine Impfung.

**Linderung bei Neurodermitis |** Rote, trockene und juckende Haut sind die äußerlichen Anzeichen der Hautkrankheit Neurodermitis. Betroffene Kinder leiden häufig stark und Sie als Eltern versuchen alles, um dieses Leiden zu mindern. Wir unterstützen Sie dabei mit **bis zu 200 Euro pro Kalenderjahr** für **Neurodermitis-Schutzkleidung** für Kinder unter sechs Jahren.



**LOOKING-Training** | Wird die Schwachsichtigkeit eines Auges – eine Amblyopie – festgestellt, wird meistens das gesunde, „stärkere“ Auge abgeklebt, um so das „schwache“ Auge zu trainieren (Okklusionsmethode). Mit dem LOOKING-Training kann diese Behandlung intensiviert und die Behandlungszeit verkürzt werden. Hierzu erhält Ihr Kind spezielle Lernspiele für den Computer, die das schwache Auge fordern und die Auge-Hand-Koordination trainieren. Wir übernehmen als erste Krankenkasse die Kosten für Kinder unter 16 Jahren.  
🌐 [www.bahn-bkk.de/looking](http://www.bahn-bkk.de/looking)

**Gesundheitsurlaub mit Kinderbetreuung** | Sie möchten gemeinsam mit Ihren Kindern ein paar Tage verreisen und die Zeit aktiv für Ihre Gesundheit nutzen? Dann haben wir genau das Richtige für Sie: den Gesundheitsurlaub mit Kinderbetreuung. Während Sie für Ihre Gesundheit aktiv sind, werden Ihre Kinder liebevoll betreut. 🌐 [www.bahn-bkk.de/gesundheitsurlaub](http://www.bahn-bkk.de/gesundheitsurlaub)



## Gesunde Zähne

Wir möchten, dass Sie mit einem strahlenden Lächeln durchs Leben gehen. Deswegen unterstützen wir Sie in Sachen Zahnpflege und Prophylaxe.

**2te-ZahnarztMeinung** | Auf diesem Auktionsportal für Zahnersatz können Sie kostenfrei ihren Heil- und Kostenplan für Zahnersatz einstellen und sich alternative Kostenvoranschläge einholen.

**DENT-NET – Zahnersatz zu Top-Konditionen** | Bei den Zahnärzten von DENT-NET erhalten Sie alle zur gesetzlichen Regelversorgung zählenden Zahnersatzbehandlungen ohne Zuzahlungen (bei ordnungsgemäß geführtem Bonusheft über 10 Jahre).

**Unser Tipp** | Noch mehr Informationen zur Zahnvorsorge gibt es unter:

🌐 [www.bahn-bkk.de/zaehne](http://www.bahn-bkk.de/zaehne)

**Zahnvorsorge für Kinder** | Bei der Zahnversiegelung werden die Zähne beschichtet, um sie vor Karies zu schützen. Wir übernehmen die Kosten bei Kindern im Alter von 6 bis 17 Jahren, wenn der behandelnde Zahnarzt dies für erforderlich hält. Dafür müssen die Kinder von Ihren Eltern in den Vertrag „Ihren Zähnen zuliebe“ eingeschrieben und die Behandlung bei einem an diesem Vertrag teilnehmenden Arzt durchgeführt werden.

**Zahngesundheit Plus für Kinder** | Wir stellen für jedes versicherte Kind und versicherten Jugendlichen bis zur Vollendung des 18. Lebensjahrs pro Kalenderjahr einen Betrag von 100 Euro zur Verfügung. Dieses Budget können Sie für viele Extraleistungen, zum Beispiel bei der Versorgung mit einem Multiband, nutzen.

🌐 [www.bahn-bkk.de/kinderzahngesundheit](http://www.bahn-bkk.de/kinderzahngesundheit)

# Vorteile für Teens und junge Erwachsene

Raus aus den Kinderschuhen, rein ins echte Leben! Wir bleiben an Ihrer Seite – egal, was Sie vorhaben.

**HPV-Impfung |** HP-Viren werden durch Geschlechtsverkehr übertragen und können zu Gebärmutterhalskrebs führen. Mediziner empfehlen deshalb, Mädchen und Jungen vor dem ersten Sexualkontakt mit dieser Impfung zu schützen. Wir übernehmen als bisher einzige gesetzliche Krankenkasse die Kosten für eine HPV-Impfung von Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 19 Jahren.

🌐 [www.bahn-bkk.de/hpv](http://www.bahn-bkk.de/hpv)

**Hautkrebs-Screening |** Hautkrebs ist die weltweit am häufigsten auftretende Krebserkrankung. Früh erkannt, ist Hautkrebs heute heilbar. Unsere Versicherten können sich bereits ab dem 16. Geburtstag alle zwei Jahre bei ausgewählten Ärzten auf Hautkrebs untersuchen lassen.

🌐 [www.bahn-bkk.de/hautkrebs-screening](http://www.bahn-bkk.de/hautkrebs-screening)

**Jugenduntersuchung J2 |** Bei der J2 wird nicht nur Ihre körperliche Gesundheit im Alter von 16 oder 17 Jahren gecheckt, Sie können sich außerdem zu Themen rund um Ihr Verhalten, Sexualität, Familie und Berufswahl von Ihrem Arzt beraten lassen – mit oder ohne Eltern. Wir halten die J2 für sehr sinnvoll und übernehmen die vollen Kosten, obwohl sie nicht zu den regulären Vorsorgeuntersuchungen zählt.

🌐 [www.bahn-bkk.de/kinder-jugenduntersuchungen](http://www.bahn-bkk.de/kinder-jugenduntersuchungen)

**Check-up 18 Plus |** Sie sind zwischen 18 und 34 Jahre alt und haben bereits Ihren einmaligen gesetzlichen Check-up in Anspruch genommen? Wir bezuschussen alle drei Jahre privatärztlich erbrachte Vorsorgeuntersuchungen mit bis zu 50 Euro. Damit unterstützen wir junge Menschen bei Ihrer Gesundheitsvorsorge über die

gesetzlichen Leistungen hinaus. Der Check-up 18 Plus ist auch auf unseren Gesundheitsbonus 150 anrechenbar.

🌐 [www.bahn-bkk.de/check-up-plus](http://www.bahn-bkk.de/check-up-plus)

**Berufsstarter |** Wir stehen Ihnen gerne für Fragen rund um dem Schulabschluss zur Seite und helfen Ihnen bei individuellen Fragen wie zum Beispiel dem Krankenversicherungsschutz bei Ferienjobs, Studentenjobs, Praktika, Freiwilligem Sozialem Jahr (FSJ) und vielem mehr.

🌐 [www.bahn-bkk.de/berufsstarter](http://www.bahn-bkk.de/berufsstarter)

**Auslandsversicherung |** Über unsere Kooperationspartnerin DEVK bieten wir eine spezielle Auslandsversicherung für Studenten, Au-Pairs, Sprachschüler und Praktikanten. Diese Versicherung ist die ideale Absicherung bei Langzeit-Auslandsaufenthalten bis zu zwölf Monaten. Sie beinhaltet zum Beispiel eine medizinische 24-Stunden-Notfall-Hilfe, Krankenrücktransport sowie die Kostenübernahme für stationäre und ambulante Heilbehandlungen. 🌐 [www.bahn-bkk.de/auslandsversicherung](http://www.bahn-bkk.de/auslandsversicherung)

**InfoMedicus |** Sie sind im Ausland und werden krank? Dann wenden Sie sich an InfoMedicus, unsere Gesundheitshotline für Ihren Auslandsaufenthalt. Ärzte und medizinisch geschultes Personal beantworten Ihre Fragen rund um das Thema Gesundheit und nennen Ihnen englisch- oder deutschsprachige Krankenhäuser und Ärzte in Ihrer Nähe. Kostenfrei und rund um die Uhr aus über 50 Ländern erreichbar:

☎ **0 800 40 44 2000**

🌐 [www.bahn-bkk.de/infomedicus](http://www.bahn-bkk.de/infomedicus)





# Wahltarife

Individuelle Bedürfnisse? Individuelle Lösungen!

**Besondere Versorgung** | Über diesen Wahltarif bieten wir Ihnen eine bessere Qualität der Patientenbetreuung und eine fachübergreifende medizinische Versorgung. Dazu gehören: DMP (Disease Management Programme), hausarztzentrierte und besondere Versorgung.

**Krankengeld Premium** | Selbstständige und unständig Beschäftigte können bis zu 50 Euro Krankentagegeld täglich erhalten, Künstler und Publizisten sogar bis zu 90 Euro. Ohne Gesundheitsprüfung und Risikozuschläge.



# Vollkasko Gesundheit

Mit den Krankenzusatzversicherungen unserer **Kooperationspartnerin DEVK** ist Ihre Gesundheitsvorsorge optimal abgesichert. Und das sogar zu besonders günstigen Konditionen.

**BAHN-BKK Prävention** | Dieser exklusive Tarif deckt die wichtigsten individuellen Vorsorgeleistungen (IGeL-Leistungen) für jedes Lebensalter ab. Die Highlights des Tarifes sind wichtige Zusatzuntersuchungen für Kinder, umfassende Gesundheits-Check-Ups für Erwachsene, professionelle Zahnreinigung sowie die Flug- und Reise-tauglichkeitsuntersuchung. Die Gesundheits-Check-Ups werden auf den Gesundheitsbonus angerechnet!

**Weitere Premium-Krankenzusatzversicherungen** | Zu folgenden Leistungen können Sie einzelne oder kombinierte Krankenzusatzversicherungen der DEVK abschließen:

- Auslandsreisekrankenversicherung
- Augenlaserung
- Brille und Kontaktlinsen/Sonnenbrillen
- Chefarztbehandlung
- Glaukomvorsorge
- Hilfsmittel
- Kieferorthopädische Behandlung
- Naturheilkundliche Behandlung
- Pflgetagegeld
- Professionelle Zahnreinigung
- Restkosten
- Sterbegeld
- Zahnersatz und -behandlung (bis zu 100 Prozent!)
- Zwei-Bett-Zimmer