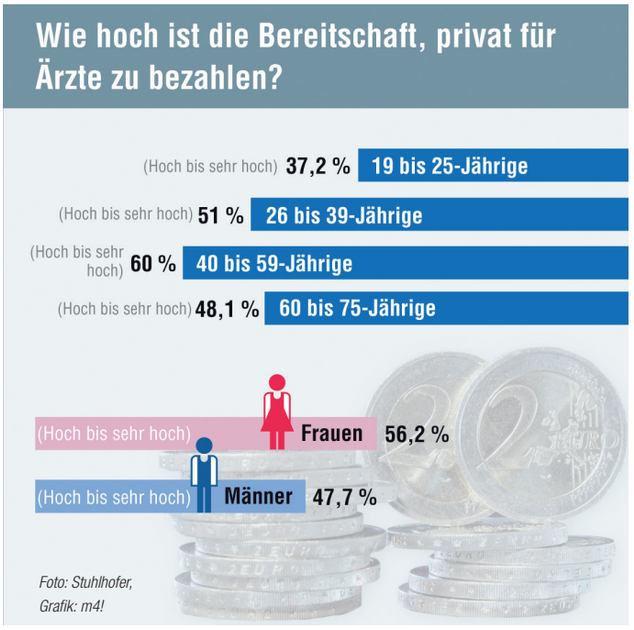
10-10-11 - seiten pr · OK.ps 05.03.2007 12:44 Uhr Seite 10



Die Gesundheit lässt man sich was kosten

Exklusivumfrage für die WOCHE: Die Hälfte der Grazer würde privat für Ärzte zahlen.

Privat statt Kasse. Die Leistungen, die mit der Pflichtversicherung abgedeckt sind, reichen offenbar immer weniger Grazern aus. Bei einer aktuellen Umfrage von m(Research für die WOCHE kam nämlich ans Tageslicht, dass nicht wenige den Griff ins Geldbörsel scheuen würden, um eine optimale ärztliche Versorgung gewährleistet zu wissen. In Summe ist bei 52 Prozent der Befragten die Bereitschaft sehr hoch beziehungsweise hoch, auch privat für Arztbesuche zu bezahlen. Bei den weiblichen Befragten (siehe auch Infografik oben) beträgt der Anteil sogar über 56 Prozent. Die Gründe liegen auf der Hand – auf der einen Seite die mitunter langen Wartezeiten in den Ordinationen, auf der anderen auch die raschere Terminvergabe für Privatpatienten. Zudem haben viele häufig auch das Gefühl, dass man sich für sie und ihre Beschwerden schlichtweg mehr Zeit nimmt. Ein weiteres Detail fördert die Umfrage ebenfalls zutage. Laut m(Research hat ein Drittel der Befragten noch nie eine Gratis-Vorsorgeuntersuchung durchführen lassen (siehe auch Infos unten), wobei vor allem die 19- bis 25-Jährigen dabei schlecht abschneiden. Der Anteil der Vorsorgeverweigerer beträgt in dieser Altersgruppe 63 Prozent.

GRATIS-CHECK

Haben Sie bereits eine Gesundenuntersuchung durchführen lassen?

• ja, einmal	21,4 %
• ja, mehrmals	23,7 %
• ja, regelmäßig	27,1 %
• nein	27,7 %

m Research® Marktforschung Merchandising Consulting GmbH

Einmal Service für

Ein paar Tropfen Blut sind der erste Schritt, um das „Gesundheits-Pickerl" zu bekommen.

WOCHE MITTENDRIN
VERENA SCHLEICH

Ich frühstücke nicht. Doch genau an diesem Morgen überfällt mich der Heißhunger. Der Grund: Ich habe einen Termin zur Vorsorgeuntersuchung in der Gebietskrankenkasse und muss nüchtern erscheinen. Mit Grummeln im Bauch – ein wenig Sorge ist auch dabei, – denn schließlich kenne ich all meiner Unzulänglichkeiten, die nicht gerade gesundheitsfördernd sind.

Um Punkt 8 Uhr morgens dann der erste Schritt – der ist einfach. Ein Formular wird ausgefüllt: Welche Krankheiten, Operationen hatte ich schon? Gibt es Vorbelastungen in meiner Familie was Krebserkrankungen anbelangt)? Wieviel rauche ich (hüstel, 15 Zigaretten am Tag)?…

Dann geht's schon ab ins Labor. Schwester Andrea zückt die Nadel. Ob mir leicht schlecht werde beim Blutabnehmen, fragt sie. O ja, und ob. Ich lenk mich ab und schau auf die Baustelle vor der GKK runter. Ein paar Augenblicke später ist alles vorbei. Fürs kleine „Aua" gibt's auch gleich ein Pflaster. An Spitzentagen wird hier 60-mal Blut für die Vorsorgeuntersuchungen abgezapft. Das kleine Röhrchen mit meinem roten Lebenssaft ist bereits auf dem Weg zur Analyse. Und auch das Becherl für die „Morgentoilette" wartet schon.

Das Arztgespräch

Jetzt ist die Allgemeinuntersuchung bei der Frau Doktor mit Namen **Brigitte Blematl** dran. Dafür geb ich sogar mein letztes Hemd, sprich: Ich steh in der Unterwäsche vor ihr. Der Blutdruck wird gemessen: 110 zu 80. Sehr schön, passt. Und auch der Schritt auf die Waage tut nicht weh. Schließlich hab ich in der Früh, wie gesagt, nichts gegessen – alles im grünen Bereich. Ein klein wenig irritiert die Anzeige bei der Körpergröße. Kann doch nicht sein, dass ich jetzt schon schrumpfe? Einen Zentimeter weniger ist das Ergebnis. Haut ist auch in Ordnung, doch den geschulten Augen der Frau Doktor entgeht nicht, dass die Wirbelsäule schief ist – mehr Bewegung rät sie und was für die Haltung tun. Regelmäßiger zum Zahnarzt und auch der Krebsabstrich (PAP-Test) beim Frauenarzt muss noch gemacht werden.

Wegen meiner Angabe der 15 Zigaretten schickt sie mich zum Lungenfunktionstest – das ist nicht bei jeder Untersuchung obligatorisch, aber bei Rauchern macht's Sinn. Dort geht mir schließlich die Luft aus. Mit einer Klammer auf der Nase wird deutlich, dass die Puste nicht reicht.

Risikoanalyse

Jetzt ist ein bisschen Zeit, um das Frühstück nachzuholen – endlich – schließlich heißt es noch auf das Laborergebnis zu warten. Beim Abschlussgespräch sind dann alle Befunde negativ – und das ist positiv. Allerdings bekomm ich doch noch gute Ratschläge, um das Nikotinlaster endlich hinter mir zu lassen, und auch meine Faulheit in puncto Bewegung ist Thema. Je nach Konstitution und Risikofaktoren sind die Untersuchungen durchaus unterschiedlich. Ab 40 ist etwa eine Mammographie obligatorisch, ab 50 eine Koloskopie – eine Darmspiegelung also.

Zum Schluss des Gesprächs – insgesamt hat der Körpercheck drei Stunden gedauert – werden das Gesamtrisiko bestimmt, Cholesterinwerte angeschaut, der Body-maß-Index berechnet und das Diabetes-Risiko eingestuft. Alles in allem liegen die Werte im Durchschnitt der Altersgruppe. Einen Minuspunkt hat allerdings das Rauchen eingebracht. Naja, vielleicht doch Zeit aufzuhören? Übrigens: der detaillierte Befund wird mir in den kommenden Tagen zugeschickt

11-10-11 - seiten pr · OK.ps 05.03.2007 12:44 Uhr Seite 11

e für den Körper, bitte!

Dr. Brigitte Blematl ist eine der Ärztinnen, die in der GKK für die Vorsorgeuntersuchungen zuständig ist. Eine Blutdruckmessung gehört dabei auch zum Programm. *Foto: geopho.com*

VORSORGE

Primar Gert Klima von der GKK: „Ziemlich genau 14,2 Prozent der Steirerinnen und Steirer kommen regelmäßig zur Gratisvorsorgeuntersuchung. Ziel sind 30 Prozent. Ab März starten wir eine groß angelegte Infokampagne. Dabei schreiben wir alle ab 18-Jährigen an, die im vergangenen Jahr weder eine Vorsorgeuntersuchung gemacht haben noch beim Hausarzt waren, und laden sie ein, das nachzuholen. Es ist ratsam, bis zum 40. Lebensjahr alle drei und ab dem 40. Lebensjahr alle zwei Jahre zur Vorsorge zu kommen. Es besteht allerdings der rechtliche Anspruch, das auch jährlich zu machen. Was landläufig noch als Gesundenuntersuchung bekannt ist, macht dann Sinn, wenn durch eine Lebensstiländerung Krankheiten vermieden werden oder durch die Entdeckung einer Krankheit diese im Vorstadium besser behandelbar ist."

Gesunder Schlaf mit Zirbenholz

Zirbenholzbetten von Binder sind gesund, das hat das Joanneum Research Graz in einer Studie bestätigt. Die Ersparnis von bis zu 3500 Herzschlägen pro Tag sorgt für eine bessere Erholungsphase im Schlaf und beeinflusst das Wohlbefinden positiv. In mehr als 30 verschiedenen Varianten wird von Möbel Binder das Zirbenbett angeboten. Auch individuelle Wünsche werden gerne erfüllt. Die Betten sind aus reinem Massivholz gefertigt und mit einer speziellen wohnbiologischen, atmungsaktiven Oberflächenbehandlung versehen. Nur aus reinem Zirbenholz kann der Duftstoff „Pinosylvin" entweichen, der die Herzschlagreduzierung bewirkt. Ideal ist die Kombination mit der Physio-Med-Gesundheitsmatratze, die von der Firma Ada in Zusammenarbeit mit Dr. Klaus Engelke, medizinischer Leiter des KH Theresienhof, entwickelt wurde. Infos: Möbel Binder, Bergstraße 4, Weiz/Preding, Tel. 0 31 72/25 63, www.moebel-binder.at

ANZEIGE

SENIOREN-NEWS

Kosten und Finanzierung für den "neuen Lebensabschnitt"

DDr. Ilse Amtmann*

Die Entscheidung in eine Seniorenresidenz zu übersiedeln stellt sowohl für die Betroffenen als auch Angehörigen eine einschneidende Veränderung dar. Die Finanzierung erfolgt mit der eigenen Pension, wobei der Anspruch auf Pflegegeld für alle Personen besteht, wenn der Pflegebedarf in Stunden pro Monat als Aufwand nachvollziehbar erscheint. Eigenmittel, Ersparnisse, sonstige Einkünfte etc. werden zur Zahlung herangezogen. Reichen diese Mittel nicht, so kann bei jedem zuständigen Sozialhilfeträger um Restkostenübernahme angesucht werden. Kinder sind aufgrund gesetzlicher Unterhaltsverpflichtung gegenüber den Eltern veranlasst, einen ihrem Einkommen entsprechenden Beitrag zu leisten, welcher max. 16% des Bruttoeinkommens betragen kann. Eine individuelle Beratung erscheint letztlich unverzichtbar.

**Fr. DDr. Ilse Amtmann Studien der Ethnologia-Europea, Pädagogik, Psychologie sowie Soziologische Philosophie. 20 Jahre als Referentin und Ausbildungsleiterin in Sozial- und Pflegeberufen und damit verbunden sozialpsychologisches Management in der Seniorenresidenz Waldhof.*

ANZEIGE

Neue Lebenslust auch im hohen Alter: Unterwasser-Gymnastik im Wellness -Bereich der Senioren-Residenz Waldhof

SENIORENRESIDENZ WALDHOF

In der Seniorenresidenz Waldhof in Lieboch heißt die Devise Luxus pur.

Nähere Informationen bei Frau DDr. Amtmann unter 0664-2345621.

WALDHOF
Senioren Residenz
GEPFLEGTES WOHNEN IN DEN BESSEREN JAHREN.