

# AmPuls

Informationen der AOK PLUS  
zur Gesundheitspolitik

Ausgabe 1/2025

Gesundheit aktiv gestalten

## Prävention ins Rampenlicht



**Daniela Kolbe**, Vorsitzende des  
Verwaltungsrates der AOK PLUS

### Liebe Leserin, lieber Leser!

Die neue Bundesgesundheitsministerin Nina Warken steht vor gewaltigen Aufgaben. Sie muss nicht nur die Kranken- und Pflegeversicherung finanziell stabilisieren. Sie muss auch Strukturen verändern, damit die Schere zwischen Ausgaben und Einnahmen nicht weiter auseinander geht. Und nicht zuletzt muss sie dabei eine qualitativ hochwertige Versorgung der Versicherten

gewährleisten. Dafür wünschen wir viel Kraft und Erfolg.

Die AOK PLUS setzt derzeit eigene Impulse: Unsere Gesundheitsinitiative „Dein PLUS fürs gesündere Ich“ bringt Prävention in den Alltag – als Investition in ein gesünderes Leben. Wir fördern zudem neue Versorgungsmodelle, etwa ein Projekt der Kassenärztlichen Vereinigung Sachsen in Ostsachsen, bei dem ärztliche Betreuung digital ergänzt und durch Fachpersonal vor

Ort gewährleistet wird. Am Ende dieses Heftes, im Interview „ganz persönlich“, gibt uns Thüringens Gesundheitsministerin Katharina Schenk spannende Einblicke in ihre Pläne und zeigt, wie wichtig politische Weichenstellungen für die regionale Gesundheitsversorgung sind.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre!

Herzlichst, Ihre Daniela Kolbe

# Prävention ins Rampenlicht

Bluthochdruck, Übergewicht, Diabetes – die Menschen in Sachsen und Thüringen sind überdurchschnittlich häufig krank. Mit der Gesundheitsinitiative „Dein PLUS fürs gesündere Ich“ will die AOK PLUS ihre Kundinnen und Kunden aktiv auf ihrem Weg unterstützen, ein gesünderes Leben zu führen.

**A**n einem frischen Aprilmorgen führt der Weg in die AOK PLUS-Filiale am Dresdner Postplatz über eine Reihe von Kreidekästchen auf dem Pflaster. Arme kreisen, Kniebeuge machen – die Aufgaben an jedem Kästchen verraten: Hier geht es um mehr als eine Schulhof-Reminiszenz. Während draußen Kunden Spaß beim Bewegungsspiel haben, steht



## „Richtiges Verhalten muss man trainieren“

**Dr. Steidl, viele Menschen wissen, was ihnen guttut – schaffen es aber nicht, gesünder zu leben. Warum?**

Die größte Hürde ist nicht mangelndes Wissen, sondern eine innere Blockade durch Stress, fehlende Willenskraft oder alte Gewohnheiten. Anfangs sind viele motiviert, etwa nach einem Arztbesuch oder einem guten Vorsatz zum Jahresbeginn. Doch sobald der Alltag einkehrt, kehren auch die alten Muster zurück. Das liegt daran, dass Verhaltensänderung ein bewusster Prozess ist – und der braucht Zeit, Energie und Wiederholung. Unser Gehirn arbeitet in zwei Modi: dem rationalen, bewussten Denken und dem schnellen, automatisierten Handeln. Gesundheit braucht anfangs Disziplin, aber unser System bevorzugt Routinen. Genau das macht Veränderung so schwer.

**Wie können wir es besser schaffen, dranzubleiben?**

Wir müssen das neue Verhalten trainieren, bis es automatisiert ist. Das funktioniert über kleine, alltagstaugliche Übungen, wie kurze Atemtechniken zur Stressbewältigung oder kleine Bewegungseinheiten, die sich leicht in den Tagesablauf integrieren lassen. Je öfter wir sie wiederholen, desto schneller übernimmt unser intuitives Gehirn – und das neue Verhalten wird zur Gewohnheit. Wichtig ist, die

Hürde niedrig zu halten. Kleine Schritte sind nachhaltiger als große Umstellungen. Wenn unser Körper beginnt, automatisch zu reagieren – etwa mit bewusster Atmung in stressigen Situationen –, braucht es keine aktive Entscheidung mehr. Dann wird aus einem guten Vorsatz ein stabiles Verhalten.

**Welche Rolle können Krankenkassen wie die AOK PLUS dabei spielen?**

Eine große! Es reicht nicht, nur Programme bereitzustellen. Krankenkassen sollten Menschen befähigen, ihre persönlichen Barrieren zu erkennen, und ihnen helfen, diese zu überwinden. Tools wie ein Self-Check können hier ein Schlüssel sein: individuell, niedrighschwellig und wirksam. Gesundheit gelingt besser, wenn sie nicht als Pflicht erlebt wird, sondern als etwas, das sich gut anfühlt und im eigenen Leben verankert ist.

Das vollständige Interview mit Dr. Peter Steidl lesen Sie auf unserem Blog unter [aok.de/pp/plus](https://aok.de/pp/plus).



**Dr. Peter Steidl,**  
Autor und Neuro-  
marketing-Experte

drinnen AOK-PLUS-Vorstand Stefan Knupfer Medienvertretern Rede und Antwort zu dem, was von Dresden aus ganz Sachsen und Thüringen erfassen soll. Mit „**Dein PLUS fürs gesündere Ich**“ hat die Gesundheitskasse eine langfristige Initiative für mehr Wohlbefinden gestartet. Dafür bündelt sie ihr vielfältiges Angebot rund um Prävention und Gesundheitsförderung und will ihre 3,5 Millionen Kundinnen und Kunden noch leichter und genauer mit den Angeboten vernetzen, die sie in ihrer individuellen Situation weiterbringen.

So soll etwa ein **Self-Check** den Nutzerinnen und Nutzern mit wenigen Klicks zeigen, von welchen Gesundheitsangeboten sie ganz individuell am meisten profitieren würden. Und wer dann auch gleich loslegen will, findet viele Infos zu Bewegungsangeboten und anderen Präventionsleistungen der AOK PLUS. Ein Veranstaltungskalender zeigt zudem auf einen Blick, wann und wo es in der Nähe Sportveranstaltungen, Erlebnistage oder regionale Angebote der Gesundheitskasse vor Ort gibt.

### Lotse auf dem Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden

Die AOK PLUS setzt seit vielen Jahren auf Prävention. Vorsorge statt Behandlung lautet das Motto – und auf dem Weg zu mehr Gesundheit steht die Gesundheitskasse den Menschen als Lotse zur Seite. Die Gesundheitsdaten in Sachsen und Thüringen zeigen, dass das auch notwendig ist: In beiden Ländern ist die Quote von Menschen mit Bluthochdruck bundesweit am höchsten, auch Adipositas und Diabetes Typ 2 treten überdurchschnittlich häufig auf. Zudem besucht mehr als jeder Dritte in beiden Ländern mindestens einmal jährlich wegen Rückenschmerzen den Arzt.

Auch der Gesundheitsbericht des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO), der die Arbeitsunfähigkeitszahlen aus dem Jahr 2024 untersucht hat, spricht eine deutliche Sprache: Muskel- und Skeletterkrankungen

bleiben nach Atemwegserkrankungen der zweithäufigste Grund dafür, dass Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer krankgeschrieben sind. Bundesweit lag bei der AOK der Krankenstand in dieser Versichertengruppe bei 6,5 Prozent. Unter den AOK PLUS-Versicherten in Betrieben in Sachsen waren es 6,7 Prozent, in Thüringen sogar 7,6 Prozent.

Damit setzte sich der jahrelange Trend des hierzulande überdurchschnittlichen Krankenstands auch im vergangenen Jahr weiter fort. Bundesweit verursachen Krankenhausaufenthalte, Medikamente und

ten dazu, etwa Produktivitätsverluste durch Fehlzeiten, summieren sich die Gesamtkosten auf 63 Milliarden Euro jährlich. Während also Milliardenausgaben in anderen Bereichen des öffentlichen Interesses medienwirksam diskutiert werden, bleiben die Kosten eines gesundheitsschädigenden Lebensstils unbeleuchtet. Beispiel Ernährungspolitik: Trotz jahrelanger Bemühungen von Fachverbänden und Krankenkassen – allen voran des AOK-Bundesverbandes – blieb politischer Fortschritt aus. Jetzt verspricht der Koalitionsvertrag wieder mehr Förderung für Bewegung und gesunde

## „Prävention darf kein Luxus sein“

Uns liegt die Gesundheit aller Menschen am Herzen. Mit unserer Gesundheitsinitiative ‚Dein PLUS fürs gesündere Ich‘ wollen wir Menschen in Sachsen und Thüringen auf ihrem Weg zu mehr Wohlbefinden begleiten. Wir machen unsere Präventionsangebote noch besser zugänglich – alltagsnah, niedrigschwellig und auf individuelle Bedürfnisse zugeschnitten. Denn viele wissen, was ihnen guttut – aber oft fehlt der Anstoß oder die Orientierung. Genau hier setzen wir an: mit einem digitalen

Self-Check, persönlichen Empfehlungen und Mitmachaktionen rund um Bewegung, Ernährung, mentale Gesundheit und Vorsorge.

Für uns als Gesundheitskasse ist klar: Prävention darf kein Luxus sein, sondern muss für alle erlebbar werden. Gesundheit beginnt bei jedem Einzelnen – und wir sind dabei an der Seite unserer Kundinnen und Kunden.



Dr. Stefan Knupfer,  
Vorstand der  
AOK PLUS

Arztbesuche weiterhin die höchsten Ausgaben der Krankenkassen. Prävention zu stärken lohnt sich also – nicht nur für die AOK PLUS, sondern auch als gesamtgesellschaftliche und politische Aufgabe.

### Hohe Kosten durch Adipositas

Eine Studie im Auftrag der Verbraucherorganisation foodwatch kam im vergangenen Jahr zu dem Ergebnis, dass sich allein die direkten Gesundheitskosten durch Adipositas in Deutschland auf jährlich fast 30 Milliarden Euro belaufen. Rechnet man sogenannte indirekte Gesundheitskos-

Ernährung bei Kindern. Es wäre dringend nötig, denn hinter den Zahlen zu Krankheiten und Kosten steht auch verlorene Lebensqualität. „Ein gesunder Lebensstil ist der beste Schutz vor ernsthaften, aber vermeidbaren Krankheiten. Es ist eine Investition in die eigene Lebensqualität und langfristige Gesundheit“, sagt Stefan Knupfer. „Einmal diagnostiziert, bleiben chronische Erkrankungen ein lebenslanger Begleiter. Das zu vermeiden erspart viele körperliche, emotionale und finanzielle Belastungen, die damit einhergehen.“

Katja Zeidler

## Koalitionsvertrag bleibt hinter Erwartungen zurück

Die AOK-Gemeinschaft fordert von der Politik seit langem, die Ausgaben in der gesetzlichen Krankenversicherung verbindlich an den Einnahmen zu orientieren. Es ist daher ein wichtiges Signal, dass sich die Regierungsparteien im Koalitionsvertrag darauf verständigt haben, die strukturelle Lücke zwischen Ausgaben und Einnahmen nachhaltig zu schließen und die ungebremste Ausgabendynamik zu stoppen. Davon abgesehen aber bleibt der Koalitionsvertrag an vielen Stellen weit hinter den Erwartungen und vor allem hinter den notwendigen Reformschritten zurück. Dasselbe gilt auch für das Ziel einer nachhaltigen Finanzierung der Pflegeversicherung.

Bei den konkreten Reformvorschlägen ist vor allen Dingen die Vereinbarung, ein verbindliches Primärarztssystem einführen zu wollen, hervorzuheben. Positiv ist aus Sicht der AOK-Gemeinschaft auch, dass die Regierung die beiden unvollendeten Reformprojekte aus der letzten Legislaturperiode – die Notfallreform und die Modernisierung der Pflegeberufe – erneut aufgreift und die Krankenhausreform weiter vorantreibt. Kritikwürdig ist hingegen, das Wirtschaftlichkeitsgebot unter dem Deckmantel der Entbürokratisierung weiter auszuhöhlen.

Zudem ergibt sich im Bereich der Primärprävention deutlicher Nachbesserungsbedarf. Es wird zwar versichert, dass Krankheitsvermeidung eine „wichtige Rolle“ spiele, es finden sich allerdings nur kleinteilige Maßnahmen. Insbesondere fehlt die Erarbeitung einer Public-Health-Strategie, die gesundheitsförderliche Lebensverhältnisse zum Ziel hat. Der in dieser Hinsicht ambitionslose Koalitionsvertrag verkennt die übergeordnete Relevanz der Vermeidung von nicht übertragbaren Krankheiten für die langfristige Stabilisierung des Solidarsystems.

# Innovative Ideen für die ländliche Versorgung

**Gute Versorgung darf keine Frage des Wohnorts sein. Deshalb gestaltet die Gesundheitskasse in Sachsen und Thüringen gemeinsam mit anderen Partnern im Gesundheitswesen neue regionale Versorgungsmodelle. Dabei bringt die AOK PLUS nicht nur finanzielle Mittel, sondern auch umfangreiches Know-how ein. Jetzt sind gleich zwei Leuchtturmprojekte in Sachsen an den Start gegangen.**

**D**er Mangel an Ärztinnen und Ärzten in ländlichen Regionen ist schon heute ein drängendes Problem. Viele ältere Mediziner finden hier keine Nachfolger für ihre Praxen, der ärztliche Nachwuchs entscheidet sich immer öfter gegen eine Niederlassung. Dies führt bereits in einigen Regionen zu Versorgungslücken, die durch den demografischen Wandel künftig weiter verstärkt werden.

## Innovatives Pilotprojekt

In der Oberlausitz ist die hausärztliche Versorgung besonders angespannt: Aktuell droht in der Region Unterversorgung. Allein im Planungsbereich Löbau sind heute bereits zehn Hausarztstellen unbesetzt. Dazu sind sechs der 16 Hausärztinnen und Hausärzte bereits über 65 Jahre alt, und drei werden ihre Praxen bald schließen – ohne Nachfolger. Als ein Hausarzt seine Praxis in Niedercunnersdorf schließen musste, initiierte die Kassenärztliche Vereinigung (KV) Sachsen mit Unterstützung der AOK PLUS eine wegweisende Lösung: Anfang April eröffnete die sogenannte „Versorgerpraxis der KV Sachsen“.

## Praxis ohne Arzt

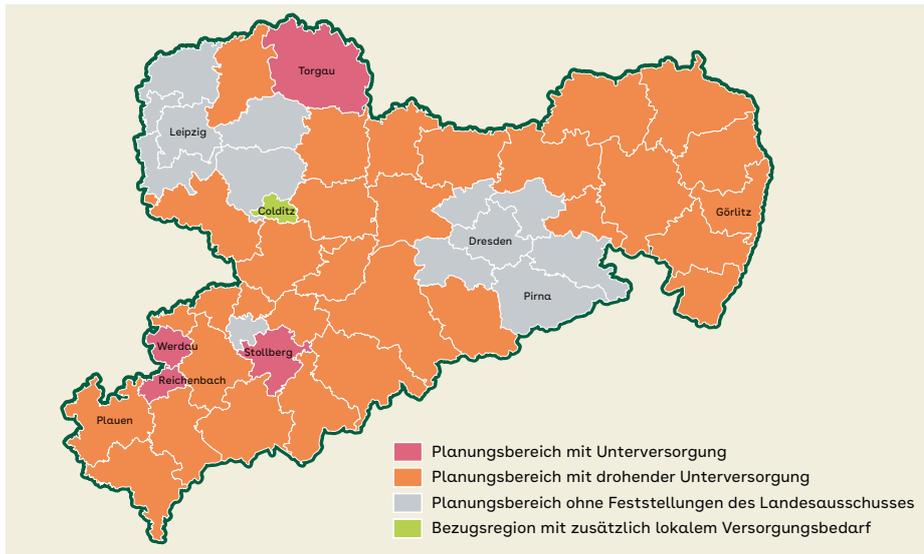
In der Praxis übernehmen drei hochmotivierte, speziell geschulte Praxismitarbeiterinnen ohne ständig anwesenden Arzt sogenannte delegierbare Aufgaben: zum Beispiel Blutabnahmen und Wundversorgung, aber auch Routineuntersuchungen bei Patientinnen

und Patienten mit fest definierten Diagnosen. Sie fahren auch zu Hausbesuchen und ins Pflegeheim. Bei Bedarf werden Ärzte aus den kooperierenden Hausarztpraxen in der Region per Videosprechstunde zugeschaltet. Da bei manchen Behandlungen der direkte Arzt-Patienten-Kontakt nötig ist, kommt jeden Donnerstag eine Ärztin in die Praxis. Außerdem können die Patientinnen und Patienten jederzeit auch an die Kooperationspraxen in der Umgebung vermittelt werden.

## Ärztliche Expertise bleibt verfügbar

„In Niedercunnersdorf ist ein innovatives Angebot entstanden, das echte Versorgungssicherheit bietet – ohne lange Wege und mit viel persönlicher Nähe“, sagt Rainer Striebel, Vorstand der AOK PLUS. „Was früher als sogenannte Gemeindegemeinschaft Agnes bekannt war, übersetzen wir heute in ein modernes Konzept: Routineaufgaben werden delegiert, ärztliche Expertise bleibt aber verfügbar – ob vor Ort, per Video oder durch die enge Zusammenarbeit mit umliegenden Praxen.“ Wenn das neue Modellprojekt von den Menschen vor Ort angenommen werde, so Striebel weiter, könne es zum Prototyp für weitere Versorgungspraxen in ländlichen Regionen werden – und damit zu einem wichtigen Baustein für eine zukunftsfähige, wohnortnahe medizinische Versorgung. Schon jetzt ist die Resonanz überwältigend: „Wir haben viele ehemalige Patienten, die sehr froh sind,

## Stand der hausärztlichen Versorgung in Sachsen



Angespannte Versorgungslage: In Sachsen ist die hausärztliche Versorgung in den ländlichen Regionen quasi flächendeckend von Unterversorgung bedroht. Vier Planungsbezirke weisen sogar bereits eine akute Unterversorgung auf. In Thüringen ist die Lage nur geringfügig entspannter.

dass sie wieder hier behandelt werden können“, berichtet Schwester Sandra, die seit 30 Jahren in der Praxis tätig ist. Entscheidend ist: Die neue Versorgung in der Praxis ohne Arzt wird angenommen – das macht sie zum

Leuchtturm in Sachsen, der hoffentlich viele Nachahmer finden wird.

**Mobile Augenarztpraxis im Vogtland**  
Auch im Bereich der Facharztversorgung gibt es Engpässe. Im Vogtland,

einer Region mit dem höchsten Altersdurchschnitt Sachsens, schließen altersbedingt viele Augenarztpraxen. Um die augenärztliche Versorgung zu stärken, hat die KV Sachsen mit Unterstützung der AOK PLUS sowie anderer gesetzlicher Krankenkassen in Sachsen die „Mobile Untersuchungs- und Behandlungseinheit“ (MUBE) entwickelt. Diese kombiniert seit Mitte Mai moderne Technik, Telemedizin und Mobilität. Sie arbeitet dabei eng mit ansässigen Augenarztpraxen und Kliniken zusammen. Wie in der Ohne-Arzt-Praxis übernehmen qualifizierte nichtärztliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter delegierbare Aufgaben, um die Praxen zu entlasten. Auch hier kann jederzeit ein Arzt per Video hinzugezogen werden. Die anderen Praxen in der Region können durch die gewonnenen Freiräume mehr Menschen betreuen. Auch hier gilt: Wird das Angebot von den Patientinnen und Patienten der Region gut angenommen, könnte das Modell Schule machen und auf andere Regionen übertragen werden.

*Franziska Märtig-Seidel*

### „Innovative Versorgung“

Die hausärztliche Versorgerpraxis in der Oberlausitz und die mobile Augenarztpraxis im Vogtland zeigen, dass innovative Projekte möglich sind, um trotz Ärztemangel eine verlässliche Versorgung sicherzustellen. Bevor vor Ort keine medizinische Anlaufstelle mehr vorhanden ist, ist eine Praxis mit nichtärztlichem Fachpersonal der richtige Ansatz. Wichtig ist: Die Patienten sind nicht allein. Ein Arzt oder eine Ärztin ist jederzeit digital erreichbar, unterstützt das Team und ist im Bedarfsfall persönlich zur Stelle. Klare Absprachen und transparente Kommunikation zu den Aufgaben und Kompetenzen des nichtärztlichen Personals schaffen Vertrauen. So wird eine moderne, effiziente und menschennahe Versorgung aufrechterhalten – genau da, wo sie gebraucht wird. Die beiden Projekte machen deutlich: Digitalisierung und Teamarbeit eröffnen neue Chancen, um Versorgungsstrukturen nachhaltig zu sichern.



**Romy Kauffmann,**  
Arbeitgeberseite  
Verwaltungsrat

### „Neue Wege gehen“

Für viele Menschen auf dem Land wird der Weg zum Arzt immer weiter. Gesundheit darf aber keine Frage der Entfernung sein. Wenn Ärztinnen und Ärzte fehlen, braucht es neue Wege, die Versorgung wohnortnah und menschlich zu sichern. Genau deshalb sind Projekte wie die Versorgerpraxis und die mobile Augenarztpraxis wahre Leuchtturmprojekte: Ein gut abgestimmtes, nichtärztliches Team vor Ort und moderne Technik können im Verbund viel leisten – bei Bedarf unterstützt durch Ärztinnen und Ärzte per Video und in Präsenz. Das entlastet die Beschäftigten im Gesundheitswesen, schafft attraktive Arbeitsbedingungen und gibt den Menschen Sicherheit im Alltag. Für uns ist klar: Solche Modelle sichern langfristig die regionale Versorgung, stärken das Vertrauen in das Gesundheitssystem und zeigen, dass wir als Krankenkasse für die Menschen vor Ort da sind – mit Herz, Verstand und Verantwortung.



**Klaus Jungnitsch,**  
Versichertenseite  
Verwaltungsrat

# Die Perspektive wechseln

Zum ersten Mal widmeten sich die Azubis Anfang 2025 eine Woche lang intensiv dem Thema Kundenreisen. 73 angehende Kaufleute im Gesundheitswesen, unterteilt in elf Gruppen, bearbeiteten im Rahmen einer Projektwoche jeweils ein eigenes Thema.

**B**ei einer Kundenreise, im Marketing-Sprech auch Customer Journey genannt, geht natürlich niemand wirklich auf eine Reise. Es geht der Gesundheitskasse vielmehr darum, die Perspektive ihrer Versicherten einzunehmen, um besser zu verstehen, wo genau eigentlich deren Bedürfnisse liegen. „Die Methodik der Kundenreise hilft uns, schrittweise den Weg unserer Kunden zu einem bestimmten Thema oder auch themenübergreifend zu verstehen“, erklärt Heike Stein, Architektin Kundenreisen.

Die Themen der Azubi-Projektwoche reichten von mentaler Gesundheit über Ernährung und Bewegung bis hin zur Förderung digitaler Gesundheitskompetenz. Jede Gruppe entwickelte

praxisnahe, kreative Konzepte, begleitet von ihren Mentorinnen und Mentoren aus dem Bereich „Kundenreisen Weiterentwicklung“ sowie dem Fachbereich „Kundenreisenmanagement“.

Ausbildungsleiter Frank Hohlstein erläutert, weshalb sich Azubis in der Projektwoche bereits mit Kundenreisen beschäftigt haben: „Ziel der Ausbildung ist es, unsere Auszubildenden zu Gesundheitslotsen für unsere Versicherten zu entwickeln. Dabei hilft die Methode der Kundenreisen enorm.“

Den Höhepunkt bildeten die finalen Präsentationen der Azubis am 29. April in Gera. Sie zeigten ihre Resultate vor Spezialisten für Kundenreisen, Fachverantwortlichen, Vertretern aus den Geschäftsregionen der AOK PLUS sowie den Ausbildern. Alle in den



Projektwochen entwickelten Ideen wurden anschließend verschiedenen Unternehmensbereichen zur Prüfung und Weiterentwicklung zur Verfügung gestellt.

*Felix Krüger*

## Angeklickt

### Gut informiert zur ePA

Die AOK PLUS bietet ihren Versicherten online umfassende Informationen zur elektronischen Patientenakte – mit Erklärvideos, Hinweisen zur App-Verwaltung der ePA und einem Service-Chat, der häufige Fragen direkt beantwortet.

[aok.de/pk/plus/ePA/](https://aok.de/pk/plus/ePA/) > [Elektronische Patientenakte](#)

### Gemeinsam Gesundheit erleben in den Filialen der AOK PLUS

In den Filialen der AOK PLUS erleben Kundinnen und Kunden Gesundheit zum Mitmachen – mit Aktionen zur Prävention, individueller Beratung und einem vielfältigen Angebot für mehr Wohlbefinden und einen nachhaltigen gesunden Lebensstil.

[aok.de/pp/plus/blog/](https://aok.de/pp/plus/blog/) > [Gesundheitsangebote](#)

### Bessere Versorgung psychisch kranker Kinder und Jugendlicher

Mit dem Innovationsprojekt KoCoN stärkt die AOK PLUS die Versorgung psychisch erkrankter Kinder und Jugendlicher. Digitale Lösungen und passgenaue Hilfen sollen Betroffene besser unterstützen.

[aok.de/pp/plus/blog/](https://aok.de/pp/plus/blog/) > [KoCoN](#)

## GEMÜSEACKERDEMIE

### Ackern macht Spaß

Woher kommt eine Möhre und wie schmeckt eigentlich Chinakohl? Gesunde Ernährung beginnt mit dem Wissen um gesunde Lebensmittel. Die AOK PLUS unterstützt deshalb junge Gärtnerinnen und Gärtner: 19 Grundschulen haben jetzt die „**GemüseAckerdemie**“ gestartet. Das dreijährige Programm fördert gesunde Ernährung und Nachhaltigkeit, indem Kinder eigenes Gemüse auf Schuläckern anbauen. Die Gesundheitskasse hat seit 2018 bereits 110 Grund- und Regelschulen in Sachsen und Thüringen die Teilnahme ermöglicht und so mehr als 15.000 Kinder erreicht.

# Mit Daten Leben retten

Gesundheitsdaten können Leben retten, etwa indem sie helfen, Impflücken frühzeitig zu erkennen. Mit dem Gesundheitsdatennutzungsgesetz (GDNG), das 2024 in Kraft trat, eröffnen sich für Krankenkassen neue Möglichkeiten zur gezielten Prävention.

**M**it der gesetzlichen Neuregelung ermöglicht der Gesetzgeber erstmals den Krankenkassen, ihre Versicherten mithilfe einer Datenanalyse auf individuelle Gesundheitsrisiken aktiv aufmerksam zu machen. Die Kassen dürfen beispielsweise ihre Versicherten auf ein genetisch bedingtes erhöhtes Krebsrisiko hinweisen und über die Möglichkeiten der Früherkennung informieren. Auch der personalisierte Hinweis auf andere schwerwiegende Gesundheitsgefahren gehört zu den möglichen Verwendungszwecken der Datenauswertung.

Die AOK PLUS nutzt dieses Instrument unter anderem gezielt, um bestehende Impflücken zu identifizieren und zu schließen. Erster Anwen-

dungsfall ist die Impfung gegen Humane Papillomviren (HPV), deren Schutzwirkung gegen bestimmte Krebsarten wissenschaftlich belegt ist. Eine eigene Analyse zeigt, dass der HPV-Impfschutz in Sachsen und Thüringen lückenhaft ist, insbesondere bei Jungen. Ende 2023 waren lediglich 51 Prozent der versicherten 15-jährigen Mädchen in Sachsen und 54 Prozent in Thüringen vollständig geimpft. Bei den Jungen lagen die Quoten mit 32 beziehungsweise 36 Prozent deutlich niedriger.

Durch die neue gesetzliche Grundlage können Impfbefarde nun systematisch erkannt und Versicherte gezielt angesprochen werden. Im Fall der HPV-Impfung erhalten Jugendliche im Alter von neun bis 17 Jahren



individualisierte Hinweise, um schnell einen Arzttermin zu machen. Das Verfahren ist Teil der Gesundheitsinitiative der AOK PLUS und ein erster Schritt hin zu datenbasierten Präventionsstrategien, die nicht nur Versorgungslücken schließen, sondern auch langfristig Kosten senken können.

So wird das GDNG zu einem strategischen Baustein moderner Gesundheitspolitik: datenbasiert, präventiv, wirtschaftlich und individuell.

*Jenny Füsting*

## Aufgelesen

**+++ Mit dem Rad zur Arbeit** Auch 2025 lädt die AOK noch bis Ende August Berufstätige und Studenten ein, bei der Aktion „**Mit dem Rad zur Arbeit**“ mitzumachen. Ziel ist es, dass sich möglichst viele Berufstätige und Studierende an mindestens 20 Tagen in den Sattel schwingen. Zur Belohnung locken attraktive Preise. Zusätzlich pflanzt die AOK PLUS pro 1.500 gefahrene Kilometer einen Baum. **+++ Erlebnistage in Leipzig und Eisenach** Nach erfolgreichem Auftakt in Dresden **lädt die AOK PLUS am 21. Juni** nach Leipzig auf den Augustusplatz und am 13. September nach Eisenach auf den Marktplatz ein. Jeweils von 11 bis 18 Uhr warten grüne Erlebnis-Oasen mit Mitmachangeboten rund um Bewegung, Ernährung, mentale Gesundheit und Begegnung. **+++ Parlamentarischer Abend der AOK PLUS** Unter dem Motto „Darf’s ein bisschen mehr sein? Mit Innovationen das Gesundheitssystem voranbringen. Mehr Effizienz. Mehr Freiraum. Mehr Stabilität.“ tauschen sich Entscheiderinnen und Entscheider auf Augenhöhe zu praxisorientierten Erkenntnissen und innovativen Versorgungskonzepten am 8. Juli in der sächsischen Landesvertretung in Berlin aus. **+++**

## FÖRDERSUMMEN 2024

### Hilfe für Selbsthilfe

Die AOK PLUS hat im Jahr 2024 die **gesundheitsbezogene Selbsthilfe** mit insgesamt rund 4,4 Millionen Euro gefördert. Kassenindividuelle Projekte von Selbsthilfegruppen, Landesorganisationen und Kontaktstellen wurden mit 1,34 Millionen Euro unterstützt. In Sachsen lag der Schwerpunkt auf Gesundheitskompetenz und gesellschaftlicher Vielfalt, etwa mit der Wanderausstellung „Weil Vielfalt gemeinsam fetzt“. In Thüringen standen die Wissensvermittlung und digitale Angebote, wie der Selbsthilfekompass für psychische Erkrankungen, im Fokus.

## „Die Bedeutung von Gesundheit wird erst klar, wenn Körper oder Psyche streiken“

**Sie unterstützen die Krankenhausreform in Thüringen. Was macht für Sie eine zukunftsfeste Versorgung aus?**

Wir brauchen auf der einen Seite bei planbaren Eingriffen mehr Konzentration und Spezialisierung für eine bessere Qualität. Auf der anderen Seite müssen wir aber auch eine flächendeckende Basisversorgung sicherstellen. Als Landesregierung haben wir das Ziel des 20-Minuten-Landes ausgegeben. Wer 20 Minuten fährt, soll Apotheke oder Hausarzt erreichen können. Weil die Ressource „Arztzeit“ kostbar ist, müssen wir es erreichen, dass in unterversorgten Regionen mehr nichtärztliches Personal entlassend zum Einsatz kommt.

**Sie waren zuvor Staatssekretärin im Innenministerium. Welche Rolle haben Kommunen bei der Neuausrichtung der Gesundheitsversorgung?**

Ohne kommunale Familie ist kein politischer Prozess zu machen, denn um die bestmögliche Gesundheitsversorgung für alle Menschen in Thüringen zu gewährleisten, braucht es den Willen zum Kompromiss und klare Entscheidungen. Die Landkreise und Kommunen sind dafür wichtige Partner, denn sie kennen die Situation vor Ort am besten.

**Gesundheitsversorgung ist auch Vertrauenssache. Wie nehmen Sie die Sorgen im ländlichen Raum wahr?**

Ich verstehe, dass es für die Menschen

frustrierend ist, wenn sie trotz intensiver Suche keinen schnellen Arzttermin in ihrer Nähe bekommen. Für Menschen im ländlichen Raum kommt bei der Arztsuche aufgrund des eingeschränkten Nahverkehrs oft eine weitere Hürde hinzu. Mit Versorgungszentren, dem Modell der Stiftungspraxis sowie der Niederlassungsförderung arbeiten wir gemeinsam mit der Kassenärztlichen Vereinigung Thüringen daran, offene Arztstühle zu besetzen.

**Prävention und Gesundheitsförderung sind Ihnen wichtig. Wie lässt sich Prävention stärker in den Alltag integrieren?**

Durch die Krankenkassen wird bereits viel in Richtung Aufklärung und Beratung getan, und dafür bin ich sehr dankbar. Grundsätzlich hat das Bewusstsein für gesundheitsfördernde Themen wie Ernährung, Sport und eine ausgeglichene Work-Life-Balance in den vergangenen Jahren deutlich zugenommen. Innerhalb der Gesundheitsministerkonferenz wollen wir das Thema auch politisch stärken, zum Beispiel durch eine standardisierte Gesundheitsfolgenabschätzung bei allen gesetzlichen Vorhaben.

**Was motiviert Sie in der Gesundheitspolitik?**

Gesundheit ist Grundlagenthema. Wir wünschen sie uns alle, aber die eigentliche Bedeutung wird erst klar,



**Katharina Schenk** studierte Sozial- und Politikwissenschaften sowie Philosophie an den Universitäten Leipzig und Athen. Nach Stationen im Journalismus und in der Kommunalverwaltung wurde sie 2020 Staatssekretärin im Thüringer Innenministerium. Seit Dezember 2024 ist sie Thüringer Ministerin für Soziales, Gesundheit, Arbeit und Familie und übernahm 2025 den Vorsitz der Gesundheitsministerkonferenz. Sie lebt mit ihren zwei Kindern in Gotha.

wenn Körper oder Psyche mal streiken. Eine Bevölkerung, die Zugang zu guter medizinischer Versorgung hat, ist der Schlüssel zu einer aktiven, demokratischen Gesellschaft.

**Und ganz persönlich: Wie gelingt es Ihnen, gesund zu bleiben und zur Ruhe zu kommen?**

Ich genieße sehr bewusst die Zeit mit meinen Kindern. Dann ist das Handy aus dem Blickfeld und wir toben im Garten oder im Park – Hauptsache, draußen. Außerdem bin ich keine Nachteule – sieben Stunden Schlaf müssen es schon sein, damit man morgens Brotbüchsen packen und in den Arbeitstag starten kann.

*Das Interview führte Jenny Füsting*

Foto: TMSGAF/Paul-Philipp Braun

## Ihr Draht zur AmPuls-Redaktion

AmPuls im Web → [plus.aok.de/ampuls](https://plus.aok.de/ampuls)

Das Magazin per Mail gewünscht?  
Einfach melden unter [ampuls@plus.aok.de](mailto:ampuls@plus.aok.de)

Informationen zum Datenschutz finden Sie hier:  
→ [plus.aok.de/ampuls](https://plus.aok.de/ampuls)

Datenschutzbeauftragter AOK PLUS:  
→ [datenschutz@plus.aok.de](https://datenschutz@plus.aok.de)

Sollten Sie kein Interesse an der weiteren Zusendung des Magazins per E-Mail haben, können Sie sich hier abmelden: [ampuls@plus.aok.de](mailto:ampuls@plus.aok.de)

### Impressum

**AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.**

Sternplatz 7, 01067 Dresden

Telefon: 0800 10590 11144, E-Mail: [ampuls@plus.aok.de](mailto:ampuls@plus.aok.de)

**Vertretungsberechtigter:** Vorsitzender des Vorstandes Rainer Striebel

**Zuständige Aufsichtsbehörde:** Sächsisches Staatsministerium für Soziales und gesellschaftlichen Zusammenhalt, Albertstraße 10, 01097 Dresden

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer der AOK PLUS: DE256878834

Die AOK PLUS ist eine Körperschaft des öffentlichen Rechts.

**Redaktion:** Jenny Füsting, AOK PLUS; Otmar Müller, KomPart

**Grafik:** Désirée Gensrich, KomPart

**Druck:** Druckhaus Gera

**Verlag:** KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG

Stand: Mai 2025

K25.0161\_1