

AmPuls

Informationen der AOK PLUS
zur Gesundheitspolitik

Ausgabe 1/2026

Finanzsituation der GKV stabilisieren

Prävention statt Kollaps



Sven Nobereit, Vorsitzender des
Verwaltungsrates der AOK PLUS

Liebe Leserin, lieber Leser!

Dass die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) vor großen finanziellen Herausforderungen steht, ist keine neue Erkenntnis. Die Ausgaben in der GKV steigen seit Jahren schneller als die Einnahmen. Eine sinkende Zahl von Erwerbstätigen und das unsichere wirtschaftliche Umfeld sorgen zudem perspektivisch für geringere Einnahmen. Immer wieder weisen wir daher

auf notwendige strukturelle Reformen hin. Ziel muss es sein, mit den richtigen Weichenstellungen die künftige medizinische und pflegerische Versorgung auf hohem Niveau zu sichern. Die größte Herausforderung dabei ist, die Veränderungen so zu gestalten, dass sie von Leistungserbringern und der Versichertengemeinschaft gleichermaßen mitgetragen werden.

Für uns als AOK PLUS spielt Prävention dabei eine entscheidende

Rolle. Krankheiten zu vermeiden, bevor sie entstehen, verbessert die Lebensqualität und verringert den Aufwand späterer Behandlungen. Mehr gesunde Lebensjahre für unsere Versicherten sind ein Ziel, das wir aber nur erreichen können, wenn die entsprechenden Rahmenbedingungen von der Politik auch zeitnah geschaffen werden.

Eine interessante Lektüre wünscht
Ihr *Sven Nobereit*

Prävention statt Kollaps

Der neue Vorstand der AOK PLUS hat seine Arbeit aufgenommen und dafür einen klaren Kompass: mehr gesunde Lebensjahre für die Menschen in Sachsen und Thüringen.

Seit Jahresbeginn ist Dr. Stefan Knupfer Vorstandsvorsitzender der AOK PLUS. Ilona Wojnowski, bisherige Bevollmächtigte des Vorstands, ist seine Stellvertreterin. Unterstützt werden beide von den neuen Bevollmächtigten Jens Hoßbach und Marko Schäfer. Und noch etwas ist neu: Mit breiter Zustimmung des Verwaltungsrates hat die Gesundheitskasse ihr Leitziel erweitert um „mehr gesunde Jahre“ für die 3,5 Millionen Kundinnen und Kunden des sächsisch-thüringischen Marktführers. Den Hintergrund des neuen Leitziels hat AOK PLUS-Vorstand Knupfer im Gespräch mit Journalistinnen und Journalisten der Öffentlichkeit erläutert: „Die Menschen werden älter, aber die Zahl der gesunden Lebensjahre



erhöht sich nicht. Wir gewinnen also Lebenszeit, aber leider überwiegend als Krankheitszeit. Deswegen wollen wir uns dem Thema Vorsorge noch stärker widmen“, so Knupfer.

Das Leitziel ist aber keine abstrakte Vision, sondern ein konkreter Auftrag – in einer Zeit, in der der finanzielle Druck im Gesundheitswesen unvermindert hoch ist und weiter

steigt, ebenso wie die Krankheitslast in der Bevölkerung. Die Erkenntnisse darüber, welche Maßnahmen nötig wären, um die Prävention wirkungsvoll auszubauen, liegen seit Jahren auf dem Tisch. Die Herausforderung liegt also weniger in der Analyse als in der konsequenten Umsetzung. Dafür braucht es politische Prioritätensetzung, ressortübergreifende

„Gesundes Verhalten lohnt sich“

Versicherte der AOK PLUS können für gesundes Verhalten Rabatt auf gesunde Lebensmittel bei Lidl erhalten. Wie kam es zu dieser innovativen Kooperation?

Gesundheit entsteht im Alltag – beim Einkaufen, beim Essen und in den täglichen Routinen. Mit Lidl haben wir einen Partner gefunden, der täglich Millionen Menschen genau an dem Ort erreicht, an dem wichtige Entscheidungen für Ernährung und Lebensstil getroffen werden. Die Kooperation ist also kein Zufall, sondern Ergebnis eines gemeinsamen Verständnisses: Wir wollen Gesundheitsförderung niedrigschwellig, alltagsnah und wirksam gestalten.

Wie wollen Sie erreichen, dass die Kooperation gesündere Gewohnheiten fördert?

Unser Ziel ist es nicht, lediglich kurzfristige Kaufanreize zu setzen. Vielmehr wollen wir Menschen dabei unterstützen, gesunde Entscheidungen Schritt für Schritt in ihr Leben zu

integrieren. Dafür verknüpfen wir mehrere Elemente: Wer Gesundheits-Challenges in „**AOK NAVIDA**“ absolviert, erlebt direkt, dass sich gesundes Verhalten lohnt, und kann die Erfahrung beim Einkauf nutzen. Gleichzeitig stärken wir Motivation und Eigenverantwortung: Die Menschen merken, dass sie ihren Alltag aktiv gesünder gestalten können.

Wie geht es weiter?

Die Kooperation ist langfristig angelegt und ein wichtiger Baustein unserer Präventionsstrategie. Zusätzlich zu den Rabatt-Coupons haben wir auch Rezepte und Gesundheitstips in den Lidl-Kundenmagazinen platziert. Wir informieren zudem auf der Lidl-Website über unseren Zuschuss zu Fitnessgeräten im Rahmen des **AOK-Bonusprogramms**.



Simone Becherer,
Architect Innovation & Partnership,
AOK PLUS

Zusammenarbeit und tragfähige gesellschaftliche Bündnisse. Oder anders formuliert: Das Gesundheitssystem muss sich von der reinen Reparaturmedizin hin zu einer präventiven Gesundheitsstrategie entwickeln.

Der AOK-Bundesverband hat den Handlungsdruck kürzlich bei seinem 1. Deutschen Präventionstreffen noch einmal verdeutlicht: In den vergangenen zehn Jahren konnten in Europa Millionen Menschenleben durch präventive Maßnahmen gerettet werden. Andere Länder haben längst vorgezeigt, welche messbaren Effekte eine konsequent präventionsorientierte Politik erzielen kann. Deutschland hingegen gehört zu den Ländern mit den höchsten Gesundheitsausgaben pro Kopf in Europa, liegt bei Lebenserwartung und gesunden Lebensjahren jedoch nur im Mittelfeld. Ein wesentlicher Grund dafür ist die hohe Krankheitslast durch nicht übertragbare Krankheiten. Viele wären durch veränderte Lebensgewohnheiten zumindest teilweise vermeidbar. Gleichzeitig wird Präventionspolitik häufig als Bevormundung wahrgenommen. Hier sieht die AOK PLUS ihre besondere Verantwortung. „Wir wollen in den Alltag der Menschen kommen. Präventionsangebote dürfen kein Sonderprogramm sein, sondern müssen selbstverständlich werden“, sagt Stefan Knupfer.

Wie das konkret aussehen kann, unterstreichen zwei Beispiele: die wachsende Zusammenarbeit mit Lidl und ein im März gestartetes neues Angebot zur Darmkrebsfrüherkennung. Letzteres ist eine Kooperation mit dem Unternehmen DoctorBox: Statt eine Stuhlprobe in der Arztpraxis abzugeben, können sich die Kundinnen und Kunden der AOK PLUS ab 50 Jahren ein Test-Set nach Hause bestellen und ihre Probe per Post einsenden. „Die Früherkennung verbessert die Heilungschancen für die Patientinnen und Patienten und erspart ihnen langwierige Therapien. Doch die Koloskopie und auch der Stuhltest sind für viele Menschen schambehaftet und werden

viel zu wenig genutzt. In unserer Rolle als Gesundheitslotsin haben wir einen Weg gesucht, um die Hemmschwelle zu senken und unsere Versicherten zur Teilnahme an der Früherkennung zu motivieren“, so Stefan Knupfer. Vorausgegangen war ein Pilotversuch im Jahr 2024. Der hatte gezeigt, dass ein niedrighemmschwelliger Zugang über einen Test von zu Hause insbesondere Menschen motivieren kann, welche bisher keine Angebote zur Darmkrebsfrüherkennung genutzt haben.

Die Kooperation mit Lidl will Menschen ebenfalls dabei unterstützen, möglichst unkompliziert für sich selbst gesündere Entscheidungen zu treffen

und diese dauerhaft in ihren Alltag zu integrieren. Ein Bestandteil ist eine Coupon-Aktion: Wer mit der App „**AOK NAVIDA**“ Challenges zu Gesundheitszielen absolviert, kann schrittweise digitale Coupons freischalten. Diese können beim Einkauf bei Lidl für ausgewählte gesunde Lebensmittel eingelöst werden. Stefan Knupfer: „Eine gute medizinische Versorgung im Krankheitsfall bleibt unverzichtbar. Aber wenn wir dauerhaft mehr gesunde Jahre ermöglichen wollen, müssen wir als Gesundheitslotsin früher ansetzen – bei Ernährung, Bewegung und Gesundheitskompetenz.“

Katja Zeidler

„Möglichst lange gesund bleiben“

Gesundheit ist nicht abstrakt. Sie entscheidet darüber, wie wir leben – ob wir morgens mit Energie in den Tag starten, für unsere Familie da sein können und unsere eigenen Pläne verwirklichen. Für unser Auto planen wir regelmäßig den Service ein. Vorsorgeuntersuchungen hingegen schieben wir häufig auf. Dabei wünschen wir uns doch vor allem, möglichst lange gesund zu bleiben. Ich bin überzeugt: Es braucht dafür beides – persönliche Verantwortung und gute Unterstützung. Wir als AOK

PLUS verstehen uns als verlässliche Gesundheitslotsin für unsere Versicherten, gesunde Entscheidungen im Alltag leichter zu treffen.

Dabei helfen gute Rahmenbedingungen. Auch diese wollen wir mitgestalten – als starke Partnerin vor Ort in Sachsen und Thüringen, aber auch als verlässliche Stimme im politischen Raum.



Dr. Stefan Knupfer
Vorsitzender
des Vorstands
der AOK PLUS

„Keine Durchschnittsmedizin“

Die Stabilität unserer Solidargemeinschaft hängt entscheidend davon ab, dass wir Prävention, Vorsorge und Gesundheitskompetenz stärker in den Mittelpunkt rücken. Dabei müssen wir genauer hinschauen: Medizin ist lange Zeit zu oft vom „Durchschnittsmenschen“ ausgegangen – und hat dabei die Unterschiede zwischen den Menschen außer Acht gelassen. Gerade Frauen erleben noch immer, dass ihre Bedürfnisse, Symptome und Lebensphasen nicht ausreichend berücksichtigt werden. Eine gute

Gesundheitsversorgung muss die Vielfalt von Lebensrealitäten ernst nehmen – von der Jugend bis ins hohe Alter. Und Präventionsangebote müssen sich stärker am Alltag der Menschen orientieren. Sie müssen verständlich, erreichbar und individuell wirksam sein. Nur dann werden sie angenommen und können ihre Wirkung entfalten.



Ilona Wojnowski
Stellvertr. Vorsitzende
des Vorstands
der AOK PLUS

Reform der Notfallversorgung

Die Reform der Notfallversorgung bleibt ein zentrales gesundheitspolitisches Vorhaben. Ziel ist es, Patientinnen und Patienten schneller in die passende Versorgung zu steuern, Notaufnahmen zu entlasten und die Notfallstrukturen besser zu vernetzen. Geplant sind Integrierte Notfallzentren an Krankenhausstandorten, in denen Notaufnahme, ärztliche Notdienstpraxis und eine zentrale Ersteinschätzung zusammenarbeiten. Zudem sollen Akut- und Rettungsleitstellen enger vernetzt und die medizinische Notfallrettung als eigener Leistungsbereich in der gesetzlichen Krankenversicherung verankert werden.

Aus Sicht der AOK PLUS bietet die Reform Chancen für eine bedarfsgerechte und wirtschaftliche Notfallversorgung. Wichtig sind eine bessere Patientensteuerung, die Vernetzung der Versorgungsbereiche sowie regionale Gestaltungsmöglichkeiten, insbesondere für ländlich geprägte Regionen in Sachsen und Thüringen.

Finanzkommission legt 66 Sparvorschläge vor

Die Finanzkommission Gesundheit hat 66 Vorschläge zur finanziellen Stabilisierung der gesetzlichen Krankenversicherung vorgelegt. Der Bericht enthält kurzfristige Maßnahmen, um die Finanzlage der Krankenversicherung zu stabilisieren. Ein weiterer Bericht mit langfristigen Strukturreformen wird im Herbst erwartet. Aus Sicht der AOK PLUS zeigt der Bericht vor allem den großen Handlungsdruck im System. Entscheidend wird sein, die Ausgabendynamik zu begrenzen, die Versorgung weiterzuentwickeln und den Nutzen für Patientinnen und Patienten in den Mittelpunkt zu stellen. Eine ausführliche Bewertung findet sich im Blog der AOK PLUS unter aok.de/pp/plus/blog.

Telenotärzte entlasten das Rettungswesen

Seit Jahren steigt die Zahl der Rettungseinsätze an. Doch nicht jeder Fall verlangt einen Arzt vor Ort. In einem sachsenweit einzigartigen Projekt betreut in Leipzig nun ein Telenotarzt digital diejenigen Fälle, zu denen vorher ein Notarzt unnötigerweise ausgerückt wäre.

Die Zahl der Rettungsdienstleistungen ist bundesweit kontinuierlich angestiegen. Die Gründe dafür sind vielschichtig: Zum einen steigt aufgrund der Alterung unserer Gesellschaft der Bedarf leicht an. Zum anderen wählen aber immer noch zu viele Menschen leichtfertig die 112, obwohl überhaupt keine Lebensgefahr besteht. In solchen Fällen sind aber Hausärztin, Hausarzt oder der Kassenärztliche Bereitschaftsdienst die richtige Anlaufstelle.

Wie im Rest der Republik ist der Anteil solcher „niedrigprioritären Einsätze“ auch in Leipzig stark angestiegen. Diese binden immer wieder Rettungsteams, die dann für lebensbedrohlich erkrankte oder verletzte Patientinnen und Patienten nur zeitverzögert zur Verfügung stehen. Die Stadt Leipzig hat daher im Verlauf der vergangenen Jahre die Zahl der Rettungsfahrzeuge kontinuierlich erhöht. Eine langfristige Lösung zur Verbesserung des Rettungssystems ist dies aber nicht. Zum einen fallen hohe Beschaffungs- und Unterhaltungskosten an, zum anderen fehlen Fachkräfte, um die Fahrzeuge zu besetzen.

Einzigartiges Projekt

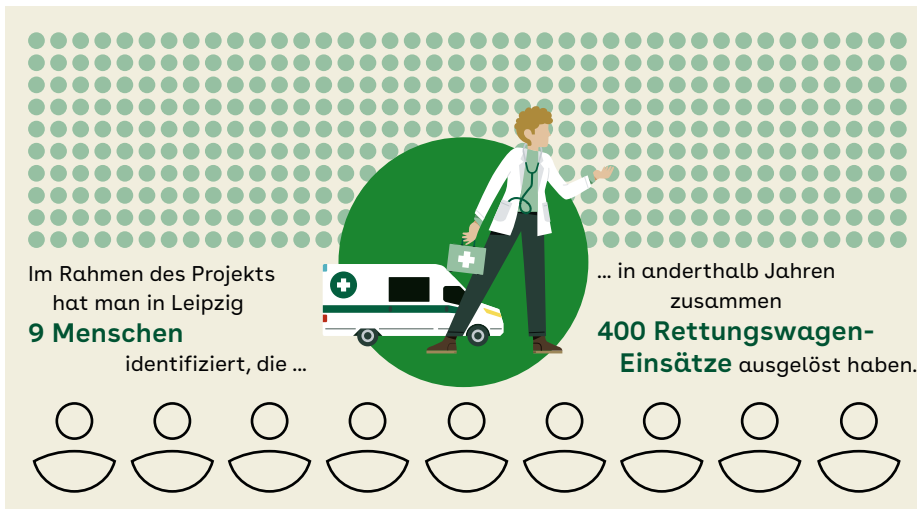
Mit der „Telemedizinischen Einsatzunterstützung“ hat die Stadt Leipzig im Oktober 2025 ein sachsenweit einzigartiges Projekt gestartet. Angelegt ist es auf zwei Jahre. Überhaupt erst möglich wurde das Projekt, nachdem die Experimentierklausel zur Erprobung neuer notfallmedizinischer Versorgungsformen ins sächsische

Rettungsdienstgesetz implementiert wurde – auch dank des jahrelangen Engagements der AOK PLUS. Ziel ist es, Rettungsmittel möglichst nachhaltig und bedarfsgerecht einzusetzen sowie die Versorgungssicherheit zu gewährleisten und die Behandlungsqualität zu verbessern. Dafür gibt es nun in der Integrierten Regionalleitstelle (IRLS) in Leipzig eine Telenotarztin oder einen Telenotarzt, die oder der bei der Disponierung unterstützt, die Notfallsanitäter im Einsatz per Videoschleife berät und anleitet. Nicht bei allen Notrufen wird also automatisch ein Notfallmediziner vor Ort eingesetzt. Sollte es erforderlich sein, kann dieser jederzeit an den Einsatzort nachgefordert werden.

25 Prozent weniger Notarzteinsätze

Als zusätzliche neue Versorgungskomponente werden in Leipzig besonders geschulte Notfallsanitäter als sogenannte Einsatzsichter eingesetzt. Sie übernehmen die Versorgung gezielt dort, wo weder ein Notarzt noch ein anderes Rettungsmittel benötigt wird, weil voraussichtlich kein Transport nötig ist. Sie behandeln die Menschen vor Ort und beraten dabei auch über geeignete Versorgungsangebote. Ein weiterer Ansatzpunkt zur Vermeidung unnötiger Notarzteinsätze ist der vorbeugende Rettungsdienst. Hier werden gezielt solche Patienten aufgesucht, die immer wieder den Notruf wählen, ohne dass ein richtiger Notfall vorliegt. Recherchen in Leipzig ergaben, dass in einem Zeitraum von eineinhalb Jahren nur neun solcher sogenannter

Viel Aufwand für wenige



„Frequent User“ sind Personen, die sehr oft den Notruf wählen, weil sie beispielsweise keinen Hausarzt haben, einsam sind oder psychosoziale Probleme haben. Diese Personen binden viele Kapazitäten.
Quelle: Leipziger Volkszeitung

Frequent User insgesamt 400 Rettungseinsätze ausgelöst hatten.

Bereits nach kurzer Laufzeit wird deutlich: Das Telenotarzt-Projekt zeigt Wirkung. Durch die verbesserte Steuerung konnte die Zahl der Einsätze, bei denen ein Rettungsmedi-

ziner vor Ort benötigt wird, bereits um 25 Prozent reduziert werden. Nur in 2,3 Prozent der Fälle musste nach Kontakt mit dem Telenotarzt noch ein Mediziner später an den Einsatzort nachgefordert werden. Den Rettungsdienst und auch das Leipziger Projekt

finanzieren die sächsischen Krankenkassen gemeinsam. Den größten Teil des Kostenvolumens von 7,45 Millionen Euro trägt dabei die AOK PLUS als Marktführerin in Sachsen und Thüringen. Andrea Mai, Verhandlerin Rettungsdienst bei der AOK PLUS, ist überzeugt vom Einsatz der Telemedizin im Rettungswesen: „Je präziser wir die Entscheidung zum Versorgungsbedarf der Patientin oder des Patienten treffen können, desto passgenauer ist die Behandlung.“ Wenn es kein Notfall sei, reiche es in bestimmten Fällen, den Einsatzsichter zu schicken. „Dieser übernimmt Behandlung und Beratung“, erklärt Andrea Mai. Und gleichzeitig auch die Vermittlung von Gesundheitskompetenz – denn oft fehlt das Wissen, wo man sich in bestimmten Fällen hinwenden kann. Mai ist überzeugt: „Wir müssen neue Wege gehen. Und das machen wir. Mit diesem Projekt sind wir der Reform der Notfallversorgung schon einen Schritt voraus. Wird die Telemedizin im Rettungswesen gesetzlich verankert, sind wir gut vorbereitet.“

Katharina Klemm

„Ressourcen schonen“



Ines Kuche,
Versichertenseite
im Verwaltungsrat

Als Mitglied des Aufsichtsrats im Klinikum St. Georg in Leipzig weiß ich, wie überfüllt Notaufnahmen regelmäßig sind. Noch immer wählen viele Menschen die 112, obwohl keine akute Lebensgefahr besteht und eigentlich der kassenärztliche Bereitschaftsdienst oder die hausärztliche Versorgung zuständig wäre. In einem Notfall ist für unsere Versicherten entscheidend, dass ihnen schnell und zuverlässig die richtige Hilfe zukommt. Nicht immer braucht es dafür einen Notarzt, manchmal reicht es auch, wenn dieser per Video zugeschaltet ist und die Rettungssanitäter vor Ort anleitet. Das System entlastet gezielt Einsatzkräfte und lenkt Patientinnen und Patienten frühzeitig in die optimale Versorgung. Die bisherigen Ergebnisse aus dem Pilotprojekt in Leipzig zeigen, dass es funktioniert: Ressourcen werden geschont, Abläufe verbessert und die Versorgungssicherheit sowie die Erreichbarkeit für echte Notfälle nachhaltig gestärkt.

„Digitalisierung ausbauen“



Torsten Wendt,
Arbeitgeberseite
im Verwaltungsrat

Vor dem Hintergrund der Kosteneinsparungen im Gesundheitssystem ist es wichtig, die Digitalisierung konsequent auszubauen und vorhandene Ressourcen effizient einzusetzen. Gerade im Rettungsdienst stoßen wir zunehmend an personelle und organisatorische Grenzen. Deshalb brauchen wir intelligente Lösungen, die Aufgaben sinnvoll zwischen den verschiedenen Rollen im Rettungswesen verteilen und Fachkräfte gezielt entlasten. Telemedizinische Ansätze wie der Telenotarzt ermöglichen es, medizinische Expertise flexibel verfügbar zu machen, ohne sie immer physisch vor Ort einsetzen zu müssen. Das spart nicht nur Kosten, sondern verbessert auch Abläufe und Reaktionszeiten. Gleichzeitig stärken wir damit die Versorgungssicherheit und schaffen ein zukunftsfähiges System, das sowohl wirtschaftlich als auch qualitativ überzeugt.

Mehr Sicherheit vor der OP

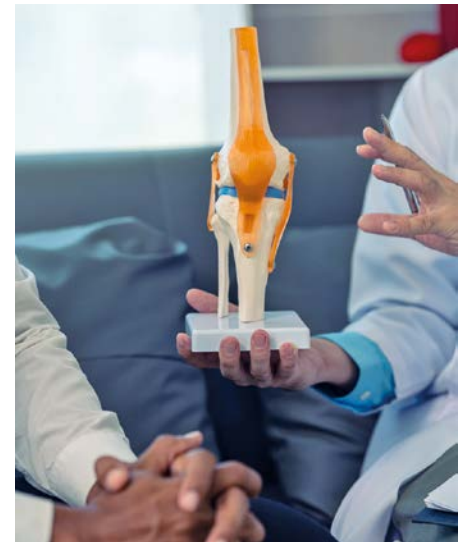
Rund 400.000 künstliche Hüft- und Kniegelenke werden in Deutschland jedes Jahr eingesetzt. Doch gerade im orthopädischen Bereich ist nicht jede Operation immer im Sinne der Patienten. Die ärztliche Zweitmeinung kann Patientinnen und Patienten mehr Sicherheit geben.

Eine Operation hat oft weitreichende Konsequenzen. Daher sind Nutzen und Risiken sorgfältig abzuwägen. Hier unterstützt das ärztliche Zweitmeinungsverfahren: Es ermöglicht eine unabhängige medizinische Einschätzung. Viele wissen nicht, dass sie Anspruch darauf haben, oder zögern, eine Zweitmeinung einzuholen. Dabei kann eine zusätzliche fachliche Bewertung helfen, Alternativen aufzuzeigen und unnötige Eingriffe zu vermeiden oder sie hinauszuzögern.

Versicherte der AOK PLUS, bei denen eine künstliche Hüfte oder ein künstliches Kniegelenk eingesetzt werden soll, können seit Juli 2025 kostenfrei eine digitale Zweitmeinung einholen. In Kooperation mit dem [Online-Portal DocRobin](#) erhalten sie

eine unabhängige fachärztliche Einschätzung – bequem von zu Hause aus und innerhalb von zwei Werktagen.

„Wir arbeiten daran, die digitale Zweitmeinung als unterstützendes Lotsenangebot stärker zu etablieren und gezielt dort sichtbar zu machen, wo sie gebraucht wird“, sagt Projektverantwortliche Stefanie Sagl. Ab sofort können Versicherte deshalb auch bei geplanten Eingriffen an der Wirbelsäule die digitale Zweitmeinung einholen. Nach Zahlen der AOK PLUS wäre dies aktuell für rund 2.600 Versicherte relevant. Sagl betont: „Wir möchten Menschen die Sicherheit geben, die sie vor einer Operation brauchen, damit sie ihre Entscheidung überzeugt treffen und die Behandlung aktiv mitgestalten können.“ Bestätigt



sich, dass die Operation notwendig ist, lassen sich über den digitalen [AOK-Gesundheitsnavigator](#) schnell und einfach geeignete Krankenhäuser finden. Denn gut informiert entscheidet es sich immer besser.

Maxi Dietrich

Angeklickt

„Plötzlich stehst du in einem fremden Wohnzimmer“

Schreibtisch gegen Rettungswagen: Eine AOK-PLUS-Expertin begleitet in einem Perspektivwechsel eine Notärztin im Einsatz und erlebt den Rettungsdienst hautnah. Ein Blick hinter die Kulissen – zwischen fremden Wohnzimmern, Blaulicht und echten Profis.

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

Versicherte nutzen Entlastungsangebot

Rund 150.000 Versicherte haben die Zuzahlungsbefreiung der AOK PLUS bereits genutzt. Wer seine persönliche Belastungsgrenze erreicht, kann sich von weiteren Zuzahlungen befreien lassen. So funktioniert das Angebot.

[aok.de/pp/plus/medieninformationen > Zuzahlungsbefreiung](https://aok.de/pp/plus/medieninformationen>Zuzahlungsbefreiung)

Neue Chancen nach der Diagnose

Die AOK PLUS unterstützt Versicherte mit Kursen, um gezielt Krankheitsverläufe zu verbessern und Chronifizierung zu vermeiden. Das bundesweit einmalige Angebot wird noch zu selten genutzt.

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

KINDERKRANKENGELD

Antrag per App

Die AOK PLUS hat im vergangenen Jahr in Sachsen und Thüringen insgesamt rund 75 Millionen Euro Kinderkrankengeld gezahlt. In Sachsen entfielen rund 51 Millionen Euro auf etwa 307.000 Betreuungsfälle, in Thüringen rund 24 Millionen Euro auf etwa 136.000 Fälle. Das Kinderkrankengeld ersetzt in der Regel 90 Prozent des ausgefallenen Nettoeinkommens. Der Antrag kann einfach über die App „[Meine AOK](#)“ gestellt werden, sodass Eltern schnell und unkompliziert Unterstützung erhalten. Zudem behalten sie dort den Überblick über ihre Kinderkrankentage.

Digitale Begleiter im Alltag

Immer öfter verordnen Ärztinnen, Ärzte sowie Psychotherapeutinnen und -therapeuten Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA). Diese Apps und Webanwendungen unterstützen niedrigschwellig die Behandlung. Die Kosten dafür übernehmen die Krankenkassen.

Seit ihrer Einführung 2020 bis Ende 2025 haben Versicherte in Sachsen und Thüringen mehr als 69.000-mal eine **App auf Rezept** genutzt – allein rund 24.000-mal im Jahr 2025. Besonders häufig kamen Anwendungen bei Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes, bei psychischen Erkrankungen, chronischen Schmerzen und Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems zum Einsatz.

Typisch für die als Medizinprodukt zugelassenen DiGA ist ihre Rolle als digitale Begleiter im Alltag: Sie bieten strukturierte Trainingspläne, Erinnerungshilfen, Symptom-Tagebücher oder Entspannungs- und Schlafübungen und unterstützen so dabei, Therapieempfehlungen konsequent umzu-

setzen. Gerade bei chronischen und psychischen Erkrankungen können sie helfen, Wartezeiten zu überbrücken, Rückfälle zu vermeiden und Betroffene zwischen zwei Terminen nicht „allein zu lassen“. Die digitale Unterstützung ersetzt keine Behandlung, sie ergänzt sie – niedrigschwellig, rund um die Uhr und unabhängig vom Wohnort.

Ein Wendepunkt in der Entwicklung war der starke Nutzungsanstieg zwischen 2023 und 2024. Nach einer längeren Einführungsphase kamen mit dem Digital-Gesetz zusätzliche Impulse: mehr zugelassene DiGA, mehr dauerhaft gelistete Anwendungen und damit mehr Vertrauen in den tatsächlichen Nutzen. Parallel sammelten Praxen erste positive Erfahrungen und durch Medienberichte,



Werbung und Informationsangebote wurden DiGA bekannter.

Für die AOK PLUS sind DiGA damit ein Baustein moderner Versorgung: Sie können Versorgungslücken abmildern und den Therapiealltag erleichtern. Entscheidend bleibt aber, dass der medizinische Nutzen belegt ist und die Preise sich am Patientennutzen orientieren – damit digitale Medizin wirksam, sicher und bezahlbar bleibt.

Felix Krüger

Aufgelesen

+++ Mit den **AOK PLUS-Erlebnistagen** bringt die Gesundheitskasse Prävention mitten in die Städte. Nach dem Erlebnistag am 9. Mai in Erfurt folgen weitere Veranstaltungen am 30. Mai in Dresden und am 19. September in Chemnitz. Besucherinnen und Besucher können Gesundheit, Bewegung, Ernährung und Entspannung aktiv erleben und ausprobieren. +++ Mit der **Vereinsaktion** 2026 unterstützt die AOK PLUS Vereine in Sachsen und Thüringen, die Gesundheit im Vereinsleben fördern. Teilnehmen können alle Vereine, die Gesundheitsaktionen sichtbar machen. Die Teilnahme ist vom 15. April bis 31. Juli möglich. Zu gewinnen gibt es Geldprämien und Sonderpreise für die Vereinskasse. +++ **Mit dem Rad zur Arbeit** Vom 1. Mai bis 31. August 2026 läuft wieder die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“. Berufstätige und Studierende können ihre Fahrten im Online-Portal oder per App erfassen – auch Homeoffice-Wege zählen. Wer an mindestens 20 Tagen radelt, kann teilnehmen. Für die gesammelten Kilometer werden wieder Bäume gepflanzt. +++

VORSORGEUNTERSUCHUNG

Sehverlust verhindern

Im Innovationsfondsprojekt „**DIVA – Digitale Vernetzung in der konservativen Augenheilkunde**“ wird seit dem 1. April 2026 die augenärztliche Vorsorge für Menschen mit Diabetes in Thüringen verbessert. Betroffene erhalten Termine an einem der acht Diagnostikstandorte nach Information durch ihre Hausärztinnen und Hausärzte oder über die Homepage der Kassenärztlichen Vereinigung Thüringen. Die AOK PLUS unterstützt das Projekt als Kooperationspartnerin. Ziel ist es, Netzhauterkrankungen möglichst früh zu erkennen und Sehverluste zu verhindern.

„Mehr Miteinander statt Nebeneinander“

Nicht eingehaltene Rettungsfristen, Fachkräftemangel und steigende Bagatelleinsätze setzen den Rettungsdienst unter Druck. In Leipzig wird ein Modellprojekt mit Videochat erprobt. Wie bewerten Sie das?

Die Einführung der Telemedizin ist notwendig und zeitgemäß. Sie wird den klassischen Rettungsdienst nicht ersetzen, aber künftig ein wichtiger Baustein sein, um die präklinische Notfallversorgung effizienter zu gestalten. Ich begrüße es, dass dieser Ansatz erprobt wird.

Wo sehen Sie weitere Hebel für mehr Effizienz?

Die Notfallversorgung gliedert sich derzeit im Wesentlichen in den kassenärztlichen Bereitschaftsdienst und den Notarztdienst. Eine bessere digitale und organisatorische Vernetzung beider Leitstellen würde die Koordination deutlich verbessern. Ziel sollte ein flächendeckendes, einheitliches und digital vernetztes Leitsystem sein, das Hilfeersuchen nach Dringlichkeit und Komplexität sortiert. Der Rettungsdienst muss gezielt dort eingesetzt werden, wo er wirklich gebraucht wird. Dafür braucht es ein Miteinander statt eines Nebeneinanders sowie eine standardisierte Ersteinschätzung in allen Leitstellen.

Ein Miteinander ist auch in der AG Sächsische Notärzte wichtig ...

... das ist richtig, wobei der ausgeprägte Individualismus im ärztlichen Beruf eine Herausforderung ist. Rund

400 Mitglieder zusammenzuführen, erfordert Abstimmung. Hinzu kommt die Aufgabe, ökonomische Zwänge, politische Rahmenbedingungen und die hohen fachlichen Anforderungen des Notarztdienstes in Einklang zu bringen.

Welche Aufgaben hat die AG?

Als Interessenvertretung der sächsischen Notärzte sind wir Ansprechpartner für Institutionen und in verschiedenen Gremien vertreten. Zudem organisieren wir Aus- und Weiterbildungen und führen Honorarverhandlungen mit den Krankenkassen. Das ist bundesweit einzigartig. Sachsen ist zudem das einzige Bundesland, in dem die Kassen den Sicherstellungsauftrag tragen.

Sie sind regelmäßig als Notarzt im Einsatz. Was reizt Sie daran?

Der Notarztdienst ist für mich eine Leidenschaft. Nach vielen Jahren auf der Intensivstation arbeite ich heute viel am Schreibtisch. Die Einsätze sind ein wertvoller Ausgleich: Man kann unmittelbar helfen, auch wenn belastende Situationen darunter sind. Jeder Einsatz bleibt eine neue Herausforderung.

Der Rettungsdienst sieht sich zunehmend mit Respektlosigkeit konfrontiert. Wie erleben Sie das?

Ich persönlich habe keine direkten Übergriffe erlebt, nehme aber eine sinkende Wertschätzung wahr. Das zeigt sich bereits im Straßenverkehr, wenn Einsatzfahrzeuge nicht ausrei-



Dipl.-Med. Sven Spenke, geboren 1962, ist Chefarzt der Klinik für Innere Medizin I des Erzgebirgsklinikums Annaberg und Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Sächsischer Notärzte e.V. (AGSN). Bis heute ist er regelmäßig als Notarzt im Einsatz. Persönliche Anteilnahme und Zuwendung sind für ihn maßgeblich bei seiner Arbeit als Mediziner. Spenke ist verheiratet und hat zwei Kinder.

chend Platz bekommen. Zudem ist es problematisch, wenn Notärzte aus Bequemlichkeit gerufen werden, um Wartezeiten zu umgehen.

Wie entspannen Sie?

Ich beschäftige mich mit der Geschichte des Rettungsdienstes und besitze drei historische Fahrzeuge der „Schnellen Medizinischen Hilfe“ der DDR, die ich restauriere und pflege. Außerdem engagiere ich mich bei der Freiwilligen Feuerwehr.

Was braucht der Rettungsdienst, um weiter gut arbeiten zu können?

Viele Menschen haben falsche Erwartungen und fordern Hilfe in Situationen, die keine Notfälle sind. Hier braucht es mehr Aufklärung und den Mut, klare Grenzen zu setzen.

Das Interview führte Maxi Dietrich

Foto: privat

Ihr Draht zur AmPuls-Redaktion

AmPuls im Web → plus.aok.de/ampuls

Das Magazin per Mail gewünscht?

Einfach melden unter ampuls@plus.aok.de

Informationen zum Datenschutz finden Sie hier:

→ plus.aok.de/ampuls

Datenschutzbeauftragter AOK PLUS:

→ 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

Impressum

AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.

Sternplatz 7, 01067 Dresden

Telefon: 0800 10590 11144, E-Mail: ampuls@plus.aok.de

Vertretungsberechtigter: Vorsitzender des Vorstandes Stefan Knupfer

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, AOK Medien GmbH

Grafik: Désirée Gensrich, AOK Medien GmbH

Druck: Druckhaus Gera

Verlag: AOK Medien GmbH, Niederlassung Berlin, Rosenthaler Str. 31, 10178 Berlin

Stand: Mai 2026

Mf.26.02239_1