Pressemitteilung

Nur jeder Fünfte im Norden lässt sich gründlich durchchecken

AOK-Chef Ackermann: „Ab 35 Jahren ist der Gesundheits-Check alle drei Jahre vorgesehen."

Kiel, 13. August 2025

Nur jeder Fünfte im Norden lässt sich gründlich beim Arzt durchchecken. Dabei ist es mit dem Check-up-35 so einfach: Ob Diabetes, Nierenerkrankung oder Herz-Kreislauf-Probleme: Viele Krankheiten lassen sich schon im Vor- und Frühstadium diagnostizieren. Dennoch wird der Gesundheits-Check-up in Schleswig-Holstein zu wenig genutzt. Nach einer aktuellen Auswertung der AOK NordWest nahmen im vergangenen Jahr nur 19,2 Prozent der AOK-Versicherten in Schleswig-Holstein den Gesundheits-Check-up beim Hausarzt in Anspruch, ein leichtes Plus im Vergleich zum Jahr 2023 mit 17,3 Prozent. „Der Check-up-35, den die gesetzlichen Krankenkassen ihren Versicherten anbieten, sollte unbedingt in Anspruch genommen werden. Ein ‚gründliches' Durchchecken dient vor allem der Früherkennung von Krankheiten, die schon im Frühstadium gut zu diagnostizieren sind und wirksam behandelt werden können. Leider nutzen zu wenig Menschen in Schleswig-Holstein diese Chance der Vorsorge", sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

Auf Herz und Nieren untersucht
Der Gesundheits-Check-up wird in aller Regel beim Hausarzt durchgeführt. Für Frauen und Männer zwischen 18 und 34 Jahren wird von den gesetzlichen Krankenkassen eine einmalige Gesundheitsuntersuchung übernommen. „Ab 35 Jahren ist der Gesundheits-Check alle drei Jahre vorgesehen", so Ackermann. Schwerpunkt der Untersuchung ist die Überprüfung von Herz, Lunge, Bauch, Bewegungsapparat, Nervensystem und Sinnesorganen, um Risiken für Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Nierenerkrankungen frühzeitig erkennen zu können. Außerdem wird eine Blutprobe entnommen. Anhand

Kontakt und Information

Jens Kuschel (Pressesprecher), Telefon 0800 2655-505528, Mobil 01520 1566136, presse@nw.aok.de
AOK NordWest, Die Gesundheitskasse., Edisonstraße 70, 24145 Kiel
aok.de/nw, X: @AOKNordWest

der Blutzuckerwerte lässt sich beispielweise erkennen, ob sich der Verdacht auf eine Zuckerkrankheit (Diabetes) bestätigt. Das Messen des Blutdrucks zählt ebenfalls zum Check-up. Zusammen mit dem Cholesterinwert kann der Blutdruck auf Risiken für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Gefäßverkalkung (Arteriosklerose) oder für einen Herzinfarkt hinweisen. Eine Untersuchung des Urins gibt Anhaltspunkte für Nieren- und Blasenerkrankungen, aber auch eine Zuckerkrankheit lässt sich nach einer Urinprobe auf dem Teststreifen ablesen. Ebenso umfasst der Check-up eine Überprüfung des Impfstatus.

Spätfolgen verhindern
Außerdem haben Versicherte ab 35 Jahren im Rahmen des Check-ups einmalig den Anspruch, sich auf die Viruserkrankungen Hepatitis B und C testen zu lassen. Ziel ist es, unentdeckte, zunächst symptomlos oder schleichend verlaufende Infektionen zu erkennen und frühzeitig zu behandeln, um teils gravierende Spätfolgen zu verhindern.

Beste Prävention: Gesunder Lebensstil
Ein weiterer Baustein ist die Beratung im Hinblick auf einen gesunden Lebensstil, persönliche gesundheitliche Risiken und Belastungen. An oberster Stelle steht hierbei die Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. „Ein wesentlicher Grund für die Entstehung vieler Erkrankungen ist häufig der Lebensstil", sagt AOK-Chef Ackermann. Durch zu wenig Bewegung, ungesunde Ernährung, Übergewicht, Rauchen und Stress werden Risikofaktoren wie Bluthochdruck, zu hohe Cholesterinwerte und Diabetes gefördert.

CheckUp+ rundet Vorsorge ab
Für AOK-Versicherte in Schleswig-Holstein gibt es mit dem CheckUp+ ein zusätzliches Angebot. Der Vertrag zur ‚Besonderen Versorgung' bietet chronisch Kranken zusätzliche Früherkennungsuntersuchungen auf Demenz, Arthrose, Eisenmangel, COPD bei Asthmapatienten, respiratorische Insuffizienz oder periphere arterielle Verschlusskrankheiten und chronischen Schmerz.

Kontakt und Information

Jens Kuschel (Pressesprecher), Telefon 0800 2655-505528, Mobil 01520 1566136, presse@nw.aok.de
AOK NordWest, Die Gesundheitskasse., Edisonstraße 70, 24145 Kiel
aok.de/nw, X: @AOKNordWest