Pressemitteilung

Check-up-35 in Schleswig-Holstein wieder mehr genutzt

Dennoch: Nur jeder Fünfte geht zum Gesundheits-Check-up

Kiel, 18. November 2026

Der Check-up-35 wird in Schleswig-Holstein wieder mehr genutzt. Das zeigt eine aktuelle Auswertung der AOK NordWest. Danach nahmen im vergangenen Jahr 19,6 Prozent der AOK-Versicherten im Norden den Gesundheits-Check-up beim Hausarzt in Anspruch, im Jahr 2024 waren es 19,2 Prozent. Trotz des leichten Anstiegs, ist nicht darüber hinwegzutäuschen, dass der Check-up-35, der von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt wird, dennoch von den Menschen in Schleswig-Holstein zu wenig genutzt wird. „Ob Diabetes, Nierenerkrankung oder Herz-Kreislauf-Probleme: Viele Krankheiten lassen sich schon im Vor- und Frühstadium diagnostizieren. Ein ‚gründliches' Durchchecken im Rahmen des Gesundheits-Check-ups macht also Sinn. Letztendlich geht aber nur jeder Fünfte in Schleswig-Holstein zu dieser Vorsorgeuntersuchung. Wir appellieren, regelmäßig die allgemeinen Gesundheitsuntersuchungen in Anspruch zu nehmen", sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

Ab 35 alle drei Jahre zum Check-up
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

Kontakt und Information

Jens Kuschel (Pressesprecher), Telefon 0231 4193-505528, Mobil 01520 1566136, presse@nw.aok.de
AOK NordWest, Die Gesundheitskasse., Edisonstraße 70, 24145 Kiel
aok.de/nw, X: @AOKNordWest

Blutprobe entnommen. Anhand 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, periphere arterielle Verschlusskrankheiten, neurogener Blase oder chronischem Schmerz.

Kontakt und Information

Jens Kuschel (Pressesprecher), Telefon 0231 4193-505528, Mobil 01520 1566136, presse@nw.aok.de
AOK NordWest, Die Gesundheitskasse., Edisonstraße 70, 24145 Kiel
aok.de/nw, X: @AOKNordWest