Pressemitteilung

Nur jeder Fünfte in Westfalen-Lippe lässt sich gründlich durchchecken

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

Dortmund, 18. November 2026

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 daher Sinn. Aber nur jeder Fünfte in Westfalen-Lippe lässt sich gründlich beim Arzt durchchecken. Nach einer aktuellen Auswertung der AOK NordWest nahmen im vergangenen Jahr nur 20,9 Prozent der AOK-Versicherten in den Gesundheits-Check-up beim Hausarzt in Anspruch, ähnlich wie im Vorjahr mit 21,0 Prozent. „Auch wer gesund lebt und sich gut fühlt, kann krank werden - teilweise, ohne es zu bemerken. Umso wichtiger ist es daher, die eigene Gesundheit im Blick zu behalten. Der Check-up-35, den die gesetzlichen Krankenkassen ihren Versicherten anbieten, 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 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 Ackemann. Schwerpunkt der Untersuchung ist die Überprüfung von Herz, Lunge, Bauch, Bewegungsapparat, Nervensystem und Sinnesorganen, um Risiken für Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und

Kontakt und Information

Jens Kuschel (Pressesprecher), Telefon 0231 4193-505528, Mobil 01520 1566136, presse@nw.aok.de
AOK NordWest, Die Gesundheitskasse., Kopenhagener Straße 1, 44269 Dortmund
aok.de/nw, X: @AOKNordWest

Nierenerkrankungen frühzeitig erkennen zu können. Außerdem wird eine 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 in Westfalen-Lippe ab
Für AOK-Versicherte in Westfalen-Lippe 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., Kopenhagener Straße 1, 44269 Dortmund
aok.de/nw, X: @AOKNordWest