



Kein Flug nach dem Tauchen

Das Zentrum für Reisemedizin (CMR) warnt: Wer zu schnell nach einem Tauchurlaub den Rückflug antritt, riskiert eine Dekompressionskrankheit. Schon bei der Urlaubsplanung sollte berücksichtigt werden, dass zwischen dem letzten Tauchgang und dem Rückflug ein Intervall von mindestens 24 Stunden liegen sollte. Wer intensiv – also mindestens zweimal täglich – taucht, sollte sogar 36 bis 48 Stunden warten, bevor er ins Flugzeug steigt.

Der Grund: Beim Tauchen sättigen sich die Körpergewebe durch den erhöhten Umgebungsdruck in der Tiefe mit Stickstoff an. Dieser löst sich bei und nach dem Auftauchen langsam wieder aus den Geweben, wird mit dem Blutstrom zur Lunge transportiert und dort abgeatmet. Kommt es nun im Flugzeug zu einer weiteren Verringerung des Umgebungsdrucks, kann im Körper verbliebener Stickstoff zur Bildung von Gasblasen und dadurch zu einer Dekompressionskrankheit führen.

CMR ist ein unabhängiges, anerkanntes Institut, das u. a. aktuelle reisemedizinische Meldungen und Informationen zu Reiseländern und Krankheiten bietet.

■ Weitere Infos unter www.cmr.de

Neuer BKK-Landesverband NORDWEST



Vorstand und Verwaltungsrat des neuen BKK-Landesverbandes NORDWEST

Mit Beschluss der Sitzung vom 7. Juli 2010 des gemeinsamen Verwaltungsrates ist der Zusammenschluss der beiden BKK Landesverbände Nordrhein-Westfalen und NORD zum BKK-Landesverband NORDWEST vollzogen. Der neue Verband vertritt 41 Betriebskrankenkassen in Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein und NRW. Knapp 4 Mio. Einwohner sind in dem neuen Verbandsgebiet in einer Betriebskrankenkasse krankenversichert. Die bisherigen Standorte Essen und Hamburg werden beibehalten, um die gute Betreuung der Betriebskrankenkassen und ihrer Versicherten im Zusammenspiel mit den regionalen Partnern wie Ärzten, Apothekern oder Krankenhäusern weiter zu gewährleisten.

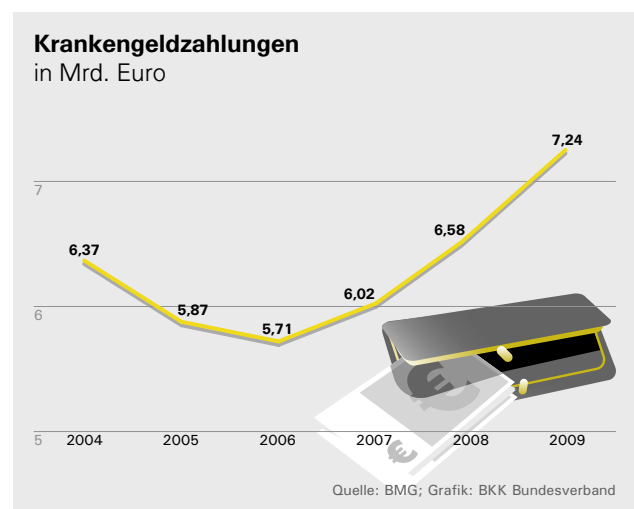
Zu alternierenden Verwaltungsratsvorsitzenden wurden Willi Budde aus Mülheim/Ruhr, als Versichertenvertreter, und Ernst Hornung aus Hamburg, als Arbeitgebervertreter, gewählt, die sich im Vorsitz jährlich abwechseln.

■ Weitere Infos unter www.bkk-nordwest.de

Immer mehr Krankengeldzahlungen

Im letzten Jahr betragen die GKV-Ausgaben für Krankengeldzahlungen rd. 7,24 Mrd. €. 2008 waren es 6,58 Mrd. €. Somit sind die Krankengeldzahlungen innerhalb eines Jahres um 10 % angestiegen. Der Anteil der Krankengeldzahlungen an den Leistungsausgaben betrug 4,5 %. Je Versicherten zahlte die GKV im vergangenen Jahr durchschnittlich 139€ Krankengeld. 2006 lagen die GKV-Leistungen in diesem Bereich noch bei 5,71 Mrd. €. Damit sind die Lohnersatzleistungen in drei Jahren um mehr als ein Viertel angestiegen.

■ Weitere Infos, Abbildungen und Downloads unter www.bkk.de/faktenspiegel



Über 6 Mio. Hautkrebs-Screenings im letzten Jahr

Mehr als 6 Mio. Menschen haben sich im vergangenen Jahr kostenlos auf mögliche Anzeichen für Hautkrebs untersuchen lassen. Nach Angaben der Kassenärztlichen Bundesvereinigung gingen 3,5 Mio. Frauen und 2,6 Mio. Männer im Alter von 35 bis 74 Jahren zu dem Screening. Daraus ergebe sich eine Teilnehmerrate von ca. 15 %. Seit Juli 2008 haben gesetzlich Krankenversicherte ab 35 Jahren Anspruch auf das lebensrettende Screening. Wird Hautkrebs rechtzeitig erkannt, sind die Heilungschancen erheblich größer als in späteren Stadien.

Zu dick im Alter

Das Problem der Fettleibigkeit (Adipositas) verschärft sich mit dem Alter. Besonders hoch ist der Anteil der Deutschen mit starkem Übergewicht in den Altersgruppen von 55 bis 75. Etwa ein Fünftel hat einen Body Mass Index von 30 oder mehr, gilt also als fettleibig. Betrachtet man alle Altersklassen, so fällt der stetige Anstieg auf. Es bekommen also statistisch gesehen im Laufe des Lebens immer mehr Menschen Probleme mit ihrem Gewicht. Grundsätzlich sind Männer stärker betroffen als Frauen. Bei den Männern von 60 bis 65 sind 22,3 % deutlich übergewichtig. Bei den Frauen liegt der höchste Wert bei den 70- bis 75-Jährigen. Hier wiegen 21,6 % deutlich zu viel.



web.TV-Thema im Juli: Traditionelle Chinesische Medizin



Immer mehr Menschen denken an alternative Behandlungsmöglichkeiten. Besonders dann, wenn sie meinen, dass ihnen die sogenannte Schulmedizin nicht mehr helfen kann. Die allgemein bekannteste und weltweit angewandte Behandlungsform der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ist die Akupunktur.

Das bis zu 2.000 Jahre alte Gesundheitskonzept basiert auf der Annahme, dass der Körper von einer Energie (Qi, sprich: Tschì) durchdrungen ist, welche auf festgelegten Leitbahnen (Meridiane) den Körper durchströmen. Diese Meridiane sind gedachte Linien, die von der Kopfmitte bis zu den Fingern oder Zehenspitzen verlaufen. Ihnen werden bestimmte Organfunktionen (z. B. Lunge, Leber, Magen, Milz) zugeordnet. TCM geht davon aus, dass durch eine Störung oder Blockade dieses Energieflusses Krankheiten entstehen. Mithilfe der Akupunktur soll dieser Fluss wieder in Gang kommen und die Krankheitsursache behoben werden. Dabei werden bestimmte Punkte, die sogenannten Akupunkturpunkte, mit speziellen Nadeln aktiviert. Akupunkturbehandlungen werden u. a. bei folgenden Indikationen angeboten: Rückenschmerzen und Knieschmerzen, Kopfschmerzen und Migräne, Raucherentwöhnung, Allergie, Zahnschmerzen nach operativen Eingriffen, Übelkeit nach Operationen, Chemotherapie oder in der Schwangerschaft.

Die Akupunkturbehandlung bei chronischen Rücken- und Knieschmerzen bezahlen die gesetzlichen Krankenkassen. Bei allen anderen Indikationen konnten bislang keine hinreichenden Belege für eine Wirksamkeit erbracht werden. Ärzte, die eine Akupunkturbehandlung auf Kassenkosten anbieten, benötigen eine hochwertige Ausbildung zur Akupunktur. Akupunkturbehandlungen bei einem Heilpraktiker dürfen die gesetzlichen Krankenkassen nicht bezahlen.

■ Weitere Infos im web.TV-Film unter www.bkk-nordwest.de

Sigrid König löst Werner Rychel ab



Sigrid König (48) ist seit dem 1. Juli 2010 Vorstand des BKK Landesverbandes Bayern. Sie hat die Nachfolge von Werner Rychel (64) angetreten, dessen Amtszeit zum 30. Juni 2010 endete und der nun als stellvertretender Vorstand fungiert. Über die Amtsnachfolge hat der Verwaltungsrat, das Gremium der Selbstverwaltung des BKK Landesverbandes Bayern, in München entschieden.

Die vormalige am bayerischen Sozialministerium tätige leitende Ministerialrätin Sigrid König leitete dort in den Jahren 1996 bis 2001 den Bereich „Krankenversicherung“. Danach wechselte sie in den Zentralbereich und verantwortete den Sozialhaushalt. Nach knapp zweijähriger Tätigkeit im BKK System und bei der Kassenzahnärztlichen Vereinigung Bayerns führte sie den Bereich „Pflegerversicherung“ im Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen.

Die vormalige am bayerischen Sozialministerium tätige leitende Ministerialrätin Sigrid König leitete dort in den Jahren 1996 bis 2001 den Bereich „Krankenversicherung“. Danach wechselte sie in den Zentralbereich und verantwortete den Sozialhaushalt. Nach knapp zweijähriger Tätigkeit im BKK System und bei der Kassenzahnärztlichen Vereinigung Bayerns führte sie den Bereich „Pflegerversicherung“ im Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen.

Wissenschaftliches Internetportal zu Demenz



Die Internetseite ist eine leitlinienorientierte, d. h. wissenschaftlich fundierte Informationsplattform zum Thema „Demenz“ für Betroffene und Angehörige, Pflegende sowie Ärzte. www.demenz-leitlinie.de wurde im Rahmen eines vom BMG geförderten Leuchtturmprojekts durch das Universitätsklinikum Freiburg in Zusammenarbeit mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft und weiteren Partnern entwickelt. Hier werden wissenschaftlich fundierte Empfehlungen zu Diagnostik und Behandlung von demenziellen Erkrankungen sowie Hilfen im Umgang mit Demenzpatienten zur Verfügung gestellt.

Voll was auf die Löffel

Hessens Schüler haben ein deutlich stärkeres Interesse an gesunder Ernährung als angenommen. Zu diesem Schluss kommen der BKK Landesverband Hessen und das Hessische Kulturministerium. Gemeinsam haben sie am 25. Juni 2010 den Preis des BKK Schülerwettbewerbs „Voll was auf die Löffel“ verliehen. Der erste mit 1.000 € dotierte Platz ging an die Freiherr-vom-Stein-Europaschule Gladenbach, die das Schulentwicklungsprojekt „Gesundes Schulessen“ auf die Beine gestellt hat. Die Schule erhält zusätzlich einen BKK Aktionstag im Wert von 2.500 €.

Den zweiten Preis gewann die Klasse 5aR der Nikolaus-August-Otto-Gesamtschule, Bad Schwalbach, mit einem Projekt zum Zusammenhang von Ernährung und Bewegung mit Kostproben und einem Sinnesparcours. Das Erlernete gaben die Schüler in einer Veranstaltung an die Parallelklassen weiter. Hierfür gab es 750 €.

In der Gießener Alexander-von-Humboldt-Schule machten sich mehr als zehn Klassen und Koch-AGs daran, gesunde Ernährung und Integration verschiedener Kultu-

ren zu verbinden und im Schulalltag zu verankern. Bei einem Tag der offenen Tür gab es internationale Gerichte nach überlieferten Rezepten. Die Drittplatzierten erhielten hierfür 500 €.

