



Jugend- Untersuchungen

Für eine gesunde
Entwicklung

KKH

Kaufmännische Krankenkasse



Echt gut – Wichtiges im Doppelpack!

„Manchmal ist Jugend ein Lebensabschnitt, manchmal ein Zustand.“

Martin Gerhard Reisenberg, Diplom-Bibliothekar und Autor

Wenn im Kino ein sogenannter Teenie-Film gezeigt wird und die Schauspieler als quirlig und emotional labil dargestellt werden, mag das häufig eine lustige Anspielung auf Probleme in der Pubertät sein und der Film wird ein Kassenschlager: Die Komödie lebt von der Übertreibung. In echt ist das (Familien-) Leben mit Pubertierenden nicht immer witzig. Oder anders gesagt: „Manchmal ist es voll uncool.“ Cool dagegen ist es, wenn sich Jugendliche im Alter zwischen 12 und 17 Jahren nicht nur ihrer Stimmungsschwankungen und Launenhaftigkeit bewusst sind, sondern auch der Verantwortung für ihre Gesundheit.

Die **Jugend-Untersuchungen J1** und **J2** dienen zur Früherkennung möglicher Erkrankungen, die die körperliche, geistige und soziale Entwicklung Jugendlicher und junger Erwachsener gefährden können. Die J1 steht allen Jugendlichen in der gesetzlichen Krankenversicherung kostenfrei zu. **Die J2* ist eine zusätzliche Leistung Ihrer KKH.**

* Die J2 ist eine Mehrleistungen Ihrer KKH. Sie können die Untersuchung kostenlos bei einem Arzt, der am Vertrag zwischen der KKH und dem Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) teilnimmt, in Anspruch nehmen. Ob es sich bei Ihrem Kinder- und Jugendarzt um einen teilnehmenden Vertragsarzt handelt, erfahren Sie unter kkh.de/bvkj oder in Ihrer KKH-Servicestelle.

Inhalt

Die J-Untersuchungen	4
Das Beste für die Zahngesundheit	12
Weniger Stress in der Familie – unser Online-ElternCoach	14
KKH-Bonus	15

Alle Personenbezeichnungen in diesem Druckstück beziehen sich auf alle Geschlechter (m/w/d). Um unsere Druckstücke einfacher lesbar zu machen, werden jedoch nicht immer alle Geschlechter genannt.

Die J-Untersuchungen

- **J1** KKH-versicherte Kinder und Jugendliche im Alter von **12 bis 14 Jahren** erhalten diese Jugend-Untersuchung nach vorheriger Terminabstimmung mit dem Kinderarzt oder einem hausärztlichen Fachmediziner (z. B. einem Allgemeinmediziner, praktischen Arzt, Facharzt für Kinderheilkunde oder Facharzt für Innere Medizin).

Im Rahmen der J1 werden die pubertären Entwicklungsstadien sowie der Zustand der inneren Organe, des Skelettsystems und der Sinnesfunktion ärztlich abgeklärt. Auch auf eventuelle Hautprobleme und Essstörungen wie Magersucht oder Übergewicht wird eingegangen. Fragen zu Sexualität und Verhütung, Drogenmissbrauch und Rauchen sowie Probleme in der Familie können ebenfalls besprochen werden.

- **J2*** Diese **Mehrleistung** für KKH-versicherte Jugendliche im Alter von **16 bis 17 Jahren** dient der Überprüfung, ob Krankheiten vorliegen, die die körperliche, geistige und soziale Entwicklung gefährden könnten. Insbesondere geht es auch darum, durch Früherkennung psychischer und psychosozialer Risikofaktoren eine eventuelle Fehlentwicklung in der Pubertät zu verhindern. Außerdem überprüft der Arzt den Impfstatus.

* Der Vorteil für alle bei der KKH versicherten Jugendlichen: Wir übernehmen die Kosten für die J2, wenn sie bei einem Arzt in Anspruch genommen wird, der am Vertrag zwischen der KKH und dem Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) teilnimmt. Ob es sich bei Ihrem Kinder- und Jugendarzt um einen teilnehmenden Vertragsarzt handelt, erfahren Sie unter kkh.de/bvkj oder in Ihrer KKH-Servicestelle.





Was sollte Ihr Kind zur Jugend-Untersuchung mitbringen?

- KKH-Gesundheitskarte
- Impfausweis
- Das gelbe Untersuchungsheft (falls vorhanden)
- Sonstige Informationen wie zum Beispiel frühere Befunde oder Röntgenbilder, die dem behandelnden Arzt für die Jugend-Untersuchung hilfreich sein könnten

Welche Impfungen sind wichtig?

Damit eine Impfung vor Krankheiten schützt, ist meist eine regelmäßige Auffrischung nötig. Das wird schnell vergessen, wenn man – wie die meisten Jugendlichen – nicht so häufig krank ist. Deshalb fassen wir hier kurz zusammen, was in Sachen Impfung zu beachten ist:

Die Impfungen gegen **Tetanus, Diphtherie und Keuchhusten** werden zweimal aufgefrischt: das erste Mal im Alter von 5 bis 6 Jahren, das zweite Mal zwischen 9 und 16 Jahren. Der Schutz vor **Kinderlähmung** sollte einmalig im Alter von 9 bis 16 Jahren aufgefrischt werden.

Manche Tumoren werden vom sogenannten **Humanen Papillomvirus (HPV)** ausgelöst. Dagegen schützt eine Impfung, die für Jungen und Mädchen im Alter zwischen 9 und 14 Jahren empfohlen wird und nach Angaben der Ständigen Impfkommision (STIKO) bis 17 Jahre nachgeholt werden kann. **Zusätzlich übernehmen wir die Impfkosten auch für junge Frauen und Männer zwischen 18 und 26 Jahren.**

Was können Sie als Eltern tun?

Insbesondere in der Pubertät ist es unangenehm, seinen Körper von einem Arzt unter die Lupe nehmen zu lassen, deshalb sollten Eltern oder andere Erziehungsberechtigte das Thema „Jugend-Untersuchung“ bereits im Vorfeld transparent machen. So können mögliche Bedenken Ihres Kindes von vornherein zerstreut werden. Weisen Sie auf die Wichtigkeit und den Nutzen dieser kostenlosen ärztlichen Untersuchung hin. Dass die Untersuchungen bei einem Arzt des Vertrauens Ihres Kindes durchgeführt werden, ist für Sie bestimmt selbstverständlich. Sollte dennoch Unsicherheit bestehen, dann bieten einige Kinder- und Jugendärzte auch spezielle Jugend-Sprechstunden an oder geben bei der Erstanmeldung Fragebögen aus, die Ihr Kind vorab zusammen mit Ihnen ausfüllen kann.

Für Frauen mit Kinderwunsch ist der Schutz vor **Röteln** besonders wichtig. Spätestens mit 17 Jahren sollte dafür die sogenannte Nachholimpfung stattfinden, selbst wenn eine Schwangerschaft noch in weiter Ferne liegt. Denn während der Schwangerschaft ist die Rötelnimpfung nicht mehr möglich.

Auch mit dem Beginn des Erwachsenenlebens stehen Auffrischungsimpfungen an. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt eine einmalige **Kombi-Impfung gegen Keuchhusten, Diphtherie und Tetanus**. Diphtherie und Tetanus sollten danach regelmäßig im Abstand von zehn Jahren aufgefrischt werden. **Zusätzlich können sich unsere Versicherten jedes Jahr kostenlos gegen Grippe impfen lassen.**

Um sich vor einer Infektion mit den gefährlichen Meningokokken-Bakterien zu schützen, gibt es verschiedene Impfungen. Die Impfung gegen **Meningokokken C** ist laut STIKO für Kinder zwischen 12 und 23 Monaten angezeigt.

Sie wird ganz normal über die elektronische Gesundheitskarte (eGK) abgerechnet. Wir übernehmen darüber hinaus die Kosten für eine Impfung gegen **Meningokokken B**. Diese **Mehrleistung** können Jugendliche bis zum 18. Geburtstag in Anspruch nehmen.

Bei privaten Reisen gilt: Wir übernehmen **80 Prozent der Impfkosten**, wenn die STIKO und das Auswärtige Amt eine Impfung für Ihr Reiseland empfehlen.

Einen Überblick über sämtliche Impfungen, die die STIKO empfiehlt, enthält der Impfkalender, den Sie sich auf der Internetseite des Robert Koch-Instituts herunterladen können. In der Tabelle auf der nachfolgenden Seite haben wir zusammengestellt, bei welchen der empfohlenen Impfungen für Kinder und Jugendliche wir die Kosten für Sie übernehmen.



Impfungen	Alter in Jahren					
	5 – 6	7 – 8	9 – 14	15 – 16	17	ab 18
Tetanus	A1	N	A2	A2	N	A (ggf. N)
Diphtherie	A1	N	A2	A2	N	A (ggf. N)
Keuchhusten (Pertussis)	A1	N	A2	A2	N	A3
Kinderlähmung (Poliomyelitis)	N	N	A1	A1	N	
Hepatitis B	N	N	N	N	N	
Meningokokken C	N	N	N	N	N	
Masern	N	N	N	N	N	
Mumps, Röteln	N	N	N	N	N	
Windpocken (Varizellen)	N	N	N	N	N	
HPV (Humanes Papillomvirus)			G1/G2	N	N	

G = Grundimmunisierung (in bis zu 4 Teilimpfungen G1–G4)

A = Auffrischungsimpfung

N = Nachholimpfung (Grund- bzw. Erstimmunisierung aller noch nicht Geimpften bzw. Komplettierung einer unvollständigen Impfserie)

Das Beste für die Zahngesundheit

Kostenübernahme für professionelle Zahnreinigung

Eine sorgfältige Mundhygiene ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für gesunde Zähne. Deshalb beteiligen wir uns einmal pro Kalenderjahr mit bis zu 60 € an den Kosten einer professionellen Zahnreinigung. Diese umfasst die gründliche Reinigung von Zähnen und Zahnzwischenräumen sowie das Polieren und Fluoridieren.

Mehr Informationen unter: kkh.de/pzr

Retainer bei kieferorthopädischer Behandlung

Zur Sicherung des Behandlungsergebnisses der kieferorthopädischen Vertragsbehandlung beteiligen wir uns anstelle einer herausnehmbaren Zahnspange an den Kosten eines festsitzenden Unterkiefer-Frontzahnretainers in Höhe von maximal 150 Euro. Ebenso leisten wir einen Zuschuss für gegebenenfalls anfallende Reparaturleistungen während einer laufenden Behandlung.

Mehr Informationen unter: kkh.de/retainer

Fissurenversiegelung

Bei Kindern und Jugendlichen bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres beteiligen wir uns an den Kosten für die **Fissurenversiegelung der kleinen Backenzähne (Prämolaren)**. Wir bezahlen für die erstmalige Behandlung 80 Euro und für eine Nachversiegelung ein weiteres Mal 80 Euro. Unser Gesamtzuschuss für die Fissurenversiegelung beträgt 160 Euro. Der Schutz hält viele Jahre an. Bei der Behandlung werden die Kauflächen der Zähne mit einem speziellen Versiegelungsmaterial aus Kunststoff überzogen. Dadurch sind die Zähne besser vor Karies geschützt. Die Behandlung kann erfolgen, sobald bei Kindern die Prämolaren durchgebrochen sind. In der Regel geschieht das im Alter von neun bis zehn Jahren.

Mehr dazu unter: kkh.de/fissurenversiegelung



Weniger Stress in der Familie – unser Online-ElternCoach

Wenn Alltagskonflikte, Geschwisterstreit oder das trotzige Verhalten von Kindern und Jugendlichen in der Familie an die „Nervengrenze“ gehen, stellt der Umgang mit lebhaften Sprösslingen für Eltern und Erziehungsberechtigte eine Herausforderung dar. Hier kann unser ElternCoach im Internet bei der Lösung helfen. Mit interaktiv aufbereiteten Tipps, Übungen und Videobeispielen begleitet der KKH-ElternCoach alle Versicherten kostenfrei und behandelt folgende Themen:

- Zubettgehen
- Klauen und Lügen
- Medienkonsum
- Zerstörung fremden Eigentums
- Hausaufgaben
- Geschwisterstreit/Streit unter Kindern

Realisiert wurde der ElternCoach von ADHS Deutschland e. V. mit Unterstützung der KKH. Das Online-Angebot richtet sich nicht nur an Eltern mit überdurchschnittlich lebhaften Kindern, sondern vielmehr geht der Ratgeber auch auf gewöhnliche Alltagskonflikte ein, die von vielen Eltern erlebt werden.

Wie funktioniert's? Ganz einfach!

Den ElternCoach finden Sie unter **khh.de/elterncoach** oder in Ihrem persönlichen Bereich „Meine KKH“. Registrieren Sie sich dort und Ihre Zugangsdaten senden wir Ihnen dann per Post zu.



KKH-Bonus

Mit dem KKH-Bonus lohnen sich Vorsorge und gesunde Aktivitäten noch mehr. Wir belohnen Jugendliche mit einer Geldprämie oder einem doppelt so hohen Gesundheitsbudget. Dies kann für ausgewählte Gesundheitsleistungen wie Naturarzneimittel, Heilpraktiker, professionelle Zahnreinigung und noch viel mehr verwendet werden.

Das geht natürlich auch online. Einfach den Bonusbogen unter **khh.de/bonusdigital** erstellen.

Alle Informationen zur Teilnahme und Anmeldung erhalten Sie unter **khh.de/bonus** oder in Ihrer KKH-Serviceestelle.

KKH Kaufmännische Krankenkasse

Karl-Wiechert-Allee 61

30625 Hannover

Service-Telefon 0800 5548640554

kkh.de/kontaktformular

