BKK Linde
DIE GUTE WAHL

Gesundheit

Ausgabe 3/2026

Foto: iStock / svetikd

IM FOKUS

Unsere Haut:
Wenn Flecken Geschichten erzählen

Kinder begleiten – in jeder Phase anders

WIR INFORMIEREN

Neue Leistungen der BKK Linde

BetterDoc

Neue Regelungen ab 2027

Inhalt

3 Editorial

WIR INFORMIEREN

4 Neue Leistungen der BKK Linde

9 BetterDoc: Wissenschaftlich fundiert. Individuell. Unabhängig.

IM FOKUS

12 Unsere Haut: Wenn Flecken Geschichten erzählen

16 Kinder begleiten – in jeder Phase anders

WIR INFORMIEREN

20 Neue Regelungen ab 2027

GUT ZU WISSEN

23 Fachausdrücke aus der Welt der Krankenversicherung

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

unsere Herbstausgabe bietet Ihnen wieder viele neue Themen. Angefangen von unserem Fokusthema rund um die Haut, in dem wir Ihnen ein paar Hautbilder vorstellen, die nicht ganz alltäglich sind – aber umso interessanter.

Seit einigen Jahren arbeiten wir erfolgreich mit unserem Partner BetterDoc zusammen. In der aktuellen Ausgabe stellen wir Ihnen das Unternehmen und die Leistungen vor. Leistungen, die unseren Versicherten das Leben leichter machen und eine Orientierung bei der Suche der richtigen Fachärztin oder nach dem richtigen Facharzt bietet.

Neu bei der BKK Linde: Mit der Einbindung des PSA-Tests in den Vertrag zur Hausarztzentrierten Versorgung bieten wir ein hochwertiges Vorsorgeangebot für Männer. Besonders interessant ist, dass es schon ab einem Alter von 45 Jahren in Anspruch genommen werden kann.

Über unseren Partner dermanostic erhalten unsere Versicherten nun auch ein E-Rezept (in der Vergangenheit gab es ausschließlich ein Privatrezept) – somit können die Kosten von der BKK Linde übernommen werden. Ein echter Mehrwert!

Der Familienalltag kann ganz schön turbulent sein. Termine hier, Termine da… unser Erinnerungsservice für U-Untersuchungen soll hier Unterstützung bieten. Steht eine Untersuchung an, erhalten die Eltern rechtzeitig eine Erinnerung und sie können sich frühzeitig bei ihrer Kinderärztin bzw. ihrem Kinderarzt einen Termin geben lassen.

Noch ein Familienthema….im Herbst hat sich das neue Schuljahr schon gut etabliert. Ein guter Zeitpunkt, darüber zu sprechen, wie der Schulalltag das Familienleben prägt. Wie empfinden Kinder die Schule und was sagt eine erfahrene Lehrerin zum Thema Mobbing? Lesen Sie mehr in unserem Artikel ab Seite 16.

Viele von Ihnen kennen sie sicher – die Keleya App. Sie unterstützt werdende Eltern während der Schwangerschaft mit hilfreichen Tipps und interessantem Wissen. Jetzt wird aus Keleya die Glimmer App – und erstrahlt in einem neuen Design.

Die Änderungen in der Gesundheitsreform sind ziemlich komplex. Wir haben Ihnen die wichtigsten Punkte zusammengefasst, die ab dem kommenden Jahr zu beachten sind.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen unseres Kundenmagazins und einen entspannten Herbst mit allem, was Ihnen wichtig ist.

Peter Raab
Vorstand

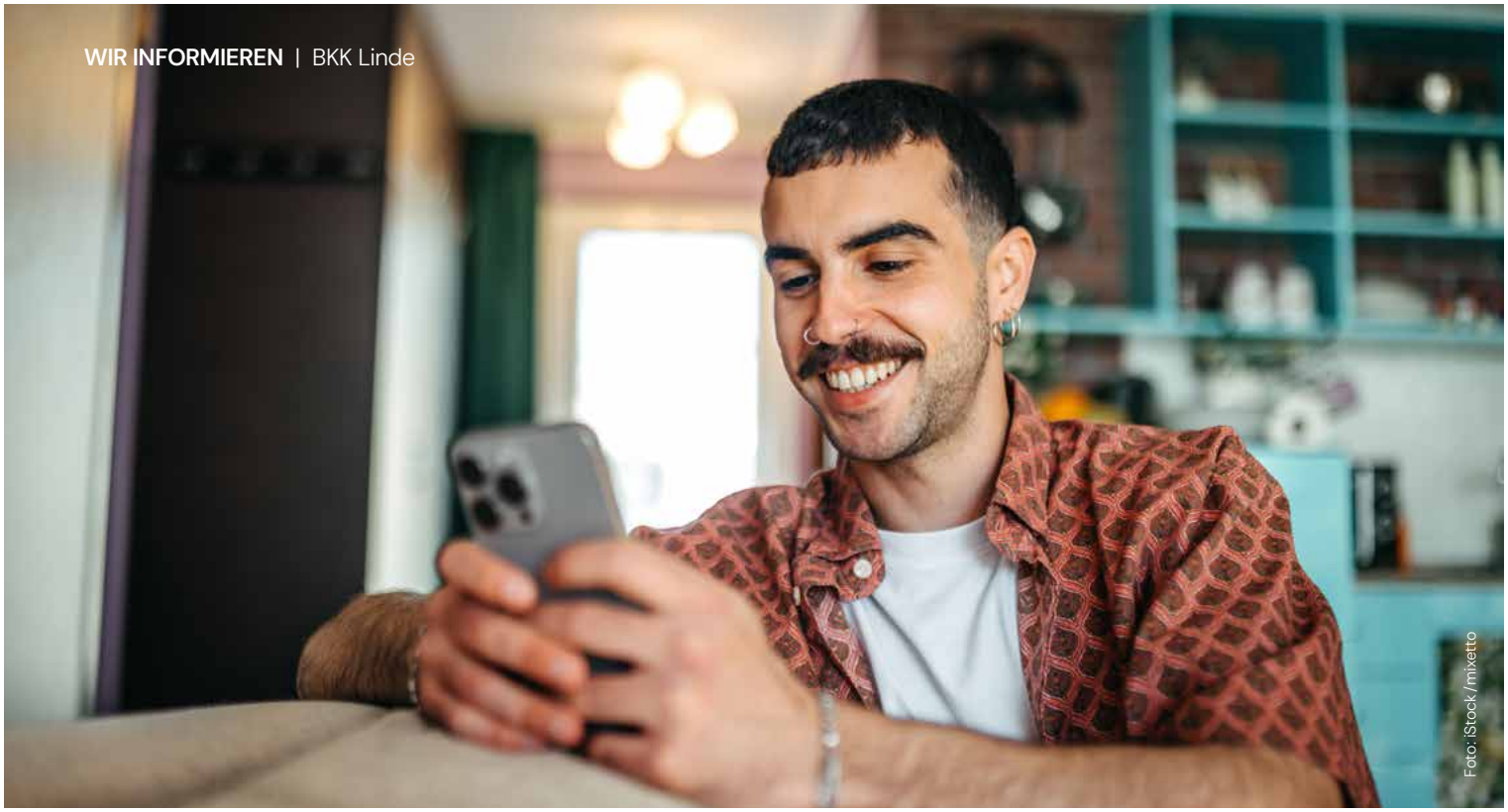

Foto: iStock / mixetto

Neue Leistungen der BKK Linde

Wir hören es über viele Kanäle… unter anderem Fernsehen, Radio, Social Media. Die Herausforderungen, vor denen das Gesundheitssystem in Deutschland steht, werden uns zunehmend beschäftigen.

Steigende Kosten, zunehmende regulatorische Anforderungen und sich verändernde Versorgungsbedarfe prägen das aktuelle Umfeld. Umso wichtiger ist es für uns als gesetzliche Krankenkasse, die Bedürfnisse unserer Versicherten konsequent in den Mittelpunkt zu stellen. Unser Anspruch ist es, auch unter schwierigen Rahmenbedingungen eine verlässliche und hochwertige Versorgung sicherzustellen.

Deshalb freuen wir uns besonders, unser Leistungsangebot um drei neue Leistungen erweitern zu können. Damit setzen wir gezielt zusätzliche Impulse für eine moderne und bedarfsgerechte Versorgung. Die neuen Angebote ergänzen unsere bestehenden Leistungen und schaffen einen konkreten Mehrwert für unsere Versicherten. Gleichzeitig zeigen sie, dass wir auch in einem anspruchsvollen gesundheitspolitischen und wirtschaftlichen Umfeld handlungsfähig bleiben. Dabei ist es uns wichtig, nicht nur auf Veränderungen zu reagieren, sondern die Versorgung unserer Versicherten aktiv mitzugestalten.

Wir freuen uns, unseren Versicherten auch künftig als leistungsstarker und verlässlicher Partner zur Seite zu stehen. Die nachfolgenden Ausführungen geben einen Überblick über die neuen Leistungen und ihren jeweiligen Beitrag zu einer guten und zukunftsorientierten Versorgung.

Foto: iStock / SrdjanPav

Hausarztzentrierte Versorgung jetzt mit PSA-Test

Das Modell Hausarztzentrierte Versorgung (HZV) gibt es in Deutschland seit 2004. Die Idee dahinter ist, dass Patienten einen freiwilligen Vertrag mit ihrem Hausarzt eingehen und dieser sich quasi als Lotse für alle weiteren Arztbesuche anbietet.

Das bedeutet:

- Patienten suchen im Fall einer gesundheitlichen Einschränkung immer zuerst den gewählten Hausarzt aus
- Für den Besuch bei einem Facharzt schreibt der Hausarzt ggf. eine Überweisung aus
- Ausgenommen sind Besuche beim Zahnarzt, Augenarzt, Gynäkologen oder auch in einem Notfall

Durch die Teilnahme am HZV-Modell vermeiden die Patienten einen überflüssigen Fachärztemarathon, denn nicht selten werden zunächst die falschen Fachrichtungen aufgesucht und so reiht sich ein Arztbesuch an den nächsten. Der Hausarzt kann im Zweifelsfall immer besser einschätzen, welcher Facharzt die beste Versorgung bietet.

Darüber hinaus steht der Hausarzt oder die Hausärztin in engem Austausch mit allen beteiligten Akteuren. Dazu gehören neben den Fachärzten auch Pflegekräfte, Reha-Einrichtungen und Krankenhäuser.

Zusatzangebot PSA-Screening

Zur Früherkennung eines Prostatakarzinoms kann auf die bisher obligatorische rektale Untersuchung verzichtet und stattdessen eine Blutabnahme zur Bestimmung des PSA-Wertes angeboten werden.

Die Blutprobe wird von der Hausarztpraxis an das Labor geschickt – der Patient erhält nach der Auswertung eine ärztliche Beratung.

An diesem Angebote können Versicherte ab einem Alter von 45 Jahren teilnehmen, wenn sie sich noch in keiner urologischen Mitbehandlung befinden. Je nach Höhe des PSA-Wertes erfolgt eine Empfehlung für eine Wiederholung des PSA-Tests in einem definierten Zeitfenster. Aktuell steht das Angebot bundesweit (außer in Bayern) zur Verfügung.

Mehr Infos unter:
bkkln.de/zentrver

Foto: iStock / LightFieldStudios

dermanostic jetzt auch mit E-Rezept

Seit einigen Jahren bieten wir unseren Versicherten die Leistung dermanostic an. Wir können sagen, ein echtes Erfolgsmodell. Die Hautarzt-App liefert schnell und einfach eine verlässliche Diagnose bei auftretenden Hautproblemen.

Dermanostic ist ein telemedizinischer Online-Hautarzt-Service und wurde von vier Ärzten gegründet – mit dem Ziel, Hautprobleme digital sicher, persönlich und ohne Umwege ärztlich behandeln zu können. Die Behandlung soll einfach in Anspruch zu nehmen sein und Menschen einen verlässlichen Zugang, ganz gleich wo sie sich befinden, zu einer qualifizierten dermatologischen Behandlung zu ermöglichen.

Die in Frage kommenden Hautprobleme können ganz einfach per Foto über die dermanostic-App an Hautfachärztinnen und Hautfachärzte, die in Deutschland zugelassen sind, übermittelt werden. Mittels des Plus-Pakets, das die BKK Linde ihren Versicherten anbietet, können neben einer Diagnose innerhalb von 24 Stunden sowie einer hautärztlichen Behandlung inkl. ausführlichem Report weitere Leistungen in Anspruch genommen werden:

- Rückfragen zur Diagnose oder der Therapie
- Maßgeschneiderter Hautpflegeplan inkl. Hauttypbestimmung für eine abgestimmte Hautpflege-Routine
- Persönliche Produktempfehlungen

Jetzt auch mit E-Rezept

War es bisher nur möglich im Rahmen der Behandlung bei Bedarf ein Privatrezept auszustellen, kann seit dem 01. Oktober über die dermanostic-App auch ein E-Rezept ausgestellt werden. Das bedeutet, dass die Kosten für die in Frage kommenden Medikamente von der BKK Linde übernommen werden.

Ein echter Mehrwert für alle Versicherten!

Mehr Infos unter:
bkkln.de/dermanostic

Foto: iStock / : miniseries

Neuer Erinnerungsservice für U-Untersuchungen

Die regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen begleiten Kinder von den ersten Lebenstagen bis ins Jugendalter. Bei den sogenannten U-Untersuchungen überprüfen Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte die körperliche und geistige Entwicklung und können mögliche Auffälligkeiten oder gesundheitliche Probleme frühzeitig erkennen.

Gerade in den ersten Lebensjahren machen Kinder große Entwicklungsschritte. Sie wachsen, lernen neue Fähigkeiten und entwickeln sich körperlich, geistig und sozial weiter. Die Vorsorgeuntersuchungen bieten die Möglichkeit, diese Entwicklung regelmäßig zu beobachten und zu beurteilen. Gleichzeitig können Eltern Fragen, Unsicherheiten oder Beobachtungen mit der Kinder- und Jugendärztin oder dem Kinder- und Jugendarzt besprechen.

Auch wenn ein Kind gesund wirkt, sind die regelmäßigen Untersuchungen ein wichtiger Bestandteil der Gesundheitsvorsorge. Denn nicht alle gesundheitlichen Auffälligkeiten sind im Alltag sofort erkennbar. Werden mögliche Entwicklungsverzögerungen oder gesundheitliche Probleme frühzeitig festgestellt, kann bei Bedarf rechtzeitig Unterstützung oder eine geeignete Behandlung eingeleitet werden.

Rechtzeitig erinnert – nichts verpasst

U5, U7, U9 – bei den vielen Terminen im Familienalltag kann schon einmal eine Vorsorgeuntersuchung aus dem Blick geraten. Genau hier setzt unser neuer Erinnerungsservice an.

Mit dem im Oktober 2026 startenden Erinnerungsservice der BKK Linde möchten wir Eltern die Organisation der Kindervorsorge erleichtern. Wenn eine Untersuchung ansteht, erhalten sie rechtzeitig eine Erinnerung und können frühzeitig einen Termin in der Kinderarztpraxis vereinbaren. So lässt sich die gesundheitliche Entwicklung des Kindes von Anfang an kontinuierlich begleiten.

Family+ by BKK

Die gesetzlichen Vorsorgeuntersuchungen bilden eine solide Kontrolle der Entwicklung eines Kindes. Die BKK Linde bietet darüber hinaus eine Vielzahl zusätzlicher Vorsorgeleistungen für Kinder und Jugendliche an. Auf dem Portal Family+ by BKK sind diese Plus-Leistungen zielgruppengerecht gebündelt und nach den unterschiedlichen Lebensphasen aufgeteilt.

Im Fokus steht das Gesundheitsprogramm „Starke Kids by BKK“, das Kindern bis zur Volljährigkeit eine engmaschige Vorsorge bietet und werdende Eltern schon während der Frühphase einer Schwangerschaft mit wertvollen Beratungen unterstützt.

Mit dem Programm „Starke Kids by BKK“ bieten wir unseren Versicherten einen entscheidenden Beitrag, die körperliche und auch seelische Entwicklung von Babys, Kindern und Jugendlichen noch intensiver zu betreuen – weit über den gesetzlichen Rahmen hinaus.

Foto: iStock / Nastasic

Die Keleya App: Neuer Name und neues Angebot

Die Keleya App unterstützt werdende Eltern während der Schwangerschaft mit fundiertem Wissen zu der Entwicklung des Babys. Auch für die Zeit nach der Geburt bietet die App zahlreiche Tipps, Podcasts, Videos und noch vieles mehr.

Neu hinzugekommen ist das Modul zur Vermeidung von Frühgeburten. Anhand eines speziell dafür entwickelten Fragebogens kann das Risiko für eine mögliche Frühgeburt ermittelt werden. Eingeteilt in fünf Hauptkategorien führt der Fragebogen die Nutzer mit insgesamt 25 Fragen durch die Themen. Das Testergebnis inklusive der ermittelten Risikostufe kann als PDF-Dokument heruntergeladen werden. On top besteht die Möglichkeit für ein Folgegespräch hinsichtlich der Auswertung.

Eine Hebammensprechstunde in der App, die an sieben Tagen der Woche (auch an Feiertagen) von 07:00 bis 22:00 Uhr zur Verfügung steht, rundet das Angebot ab.

Aus Keleya wird Glimmer

Ab dem 05.10.2026 wird aus der bekannten Keleya App die Glimmer App. Der Grund dafür: Keleya hat sich inhaltlich weiterentwickelt und möchte diesen Standard unter dem neuen Namen „Glimmer“ weitertragen. Die bisherigen Inhalte, Funktionen und Leistungen bleiben erhalten, so der Anbieter.

Die Bedienung und Struktur der App bleiben von dem App-Update unberührt. Ein bestehendes Konto, der Zugang und alle gespeicherten Daten bleiben unverändert erhalten.

Nutzer der App brauchen demnach nichts weiter zu unternehmen. Die Keleya App wird automatisch in Glimmer umbenannt und präsentiert sich in neuem Design.

Warum „Glimmer“?

Glimmer steht im Englischen für einen kleinen Funken oder ein Aufblitzen – einen Hinweis auf etwas, das noch verborgen ist. Im Deutschen erinnert das Wort an ein zartes, stilles Leuchten. Der Name soll Vorfreude, Nähe und Geborgenheit ausdrücken: Glimmer bringt Licht ins Dunkle, indem er Frauen mit Begleitung und Wissen durch die Schwangerschaft und diesen neuen Lebensabschnitt begleitet.

Mehr Infos unter:
bkkln.de/glimmer

Foto: iStock / ljubaphoto

BetterDoc: Wissenschaftlich fundiert. Individuell. Unabhängig

Die Wahl des richtigen Arztes ist entscheidend für den Erfolg einer Behandlung und den weiteren Verlauf einer Erkrankung. Doch die Suche nach passenden Spezialisten und geeigneten Kliniken erweist sich für Patienten oft als schwierig und zeitaufwendig. Genau an dieser Stelle setzt unser Partner BetterDoc an. Damit bieten wir unseren Versicherten eine individuelle und unabhängige Orientierung bei voller Kostenübernahme. Denn wie komplex das Gesundheitswesen ist, zeigt sich meist erst dann, wenn konkrete medizinische Entscheidungen anstehen.

Konservativ oder OP: Spezialisierung macht den Unterschied

Bei schmerzenden Gelenken, chronischen Beschwerden, Herz- oder Krebserkrankungen: Eine präzise Diagnose und der passende Therapieplan bilden das Fundament für eine spürbare Besserung. Doch was tun, wenn bisherige Behandlungen nicht den gewünschten Erfolg gebracht haben oder Zweifel an der aktuellen Therapie bestehen?

Noch dringlicher wird der Wunsch nach Klarheit, wenn statt einer konservativen – beispielsweise einer medikamentösen oder physiotherapeutischen Behandlung – ein chirurgischer Eingriff empfohlen wird. Eine Operation bedeutet für Betroffene stets eine große Belastung. Während manche Eingriffe unumgänglich sind, erweisen sich andere bei der Prüfung durch einen Spezialisten hingegen häufig als unnötig – bei geplanten orthopädischen Operationen etwa die Hälfte. Hier hat es sich bewährt, eine unabhängige Zweitmeinung einzuholen.

Die Suche nach verlässlichen Informationen

Ist eine Operation notwendig, so stellt sich Betroffenen direkt die nächste Frage: Welche Klinik ist auf die Erkrankung spezialisiert und hat die meiste Erfahrung mit dem Eingriff?

In solchen Momenten ist eine sachliche und medizinisch fundierte Grundlage entscheidend für die Wahl des passenden Spezialisten. Doch die Suche nach verlässlichen Informationen zu Qualifikationen und Erfahrungen von Ärzten und Kliniken gleicht oft einer Herausforderung. Patienten sehen sich einer Fülle an Empfehlungen und Werbung gegenüber, die kaum von tatsächlicher Expertise zu unterscheiden ist. Qualitätsberichte von Kliniken sind für Laien zudem schwer zu verstehen.

Mehr Sicherheit durch Transparenz

BetterDoc schließt diese Lücke: Das erfahrene Team findet auf Basis wissenschaftlich fundierter Daten und der persönlichen und medizinischen Suchkriterien geeignete Spezialisten für alle Fachbereiche. Die Interessenten erhalten umfassende und transparente Auskünfte für mehr Sicherheit bei der Arztwahl – ohne aufwendige Eigenrecherche.

Das Besondere: BetterDoc arbeitet zu 100 Prozent unabhängig und ohne vertragliche Bindungen an Ärzte oder Kliniken. So können die Nutzer von BetterDoc sicher sein, dass alle Auskünfte ausschließlich in ihrem Interesse erfolgen. Denn Gesundheit sollte keine Frage des Zufalls sein.

Foto: iStock / alvarez

> ***Ich bin froh und dankbar, dass mir durch BetterDoc so geholfen wurde, dass ich heute geheilt bin. Gleichzeitig bin ich sehr erschrocken, dass sogar ich als Ärztin vorher nicht in der Lage war, einen geeigneten Behandler zu finden, der mir wirklich weiterhilft. Die Qualitätsunterschiede bei Ärzten sind enorm und für Laien nicht zu durchschauen. Deshalb halte ich den Service von BetterDoc für eine extrem wichtige und notwendige Dienstleistung.***
>
> Dr. Solveig Rockmann, BetterDoc-Patientin mit chronischen Rückenschmerzen

So profitieren unsere Versicherten:

- Sie finden zuverlässig alle passenden Spezialisten für Ihre gesundheitliche Situation
- Sie erhalten verlässliche Orientierung ohne aufwendige Eigenrecherche
- Sie vermeiden unnötige Operationen und Komplikationen
- Sie erhalten auf Wunsch Unterstützung bei der Terminvereinbarung

94 % Weiterempfehlungsrate

13 Jahre Erfahrung

150.000 betreute Patienten

So nutzen Sie die Spezialistensuche von BetterDoc

1 Unverbindliche Anfrage

Sie füllen auf der Website von BetterDoc **www.betterdoc.org/bkk-linde** bequem einen Online-Fragebogen aus oder schildern Ihr Anliegen telefonisch unter **0800 444 6 999** (gebührenfrei), Mo.–Fr. 9–17 Uhr

2 Individuelle Auskünfte

Das medizinische Team findet auf Basis Ihrer persönlichen und medizinischen Suchkriterien alle passenden Ärzte und Kliniken. Sie erhalten transparente und sachlich begründete Auskünfte.

3 Optionale Terminvereinbarung

Auf Wunsch unterstützt BetterDoc Sie bei der Terminvereinbarung bei einem der Ärzte. Das Team begleitet Sie soweit, bis Sie optimal versorgt sind.

Foto: iStock / LightFieldStudios

Unsere Haut:

Wenn Flecken Geschichten erzählen

Unsere Haut ist weit mehr als nur die äußere Hülle unseres Körpers – sie ist ein lebenswichtiges und zugleich unser größtes Organ. Tag für Tag schützt sie uns vor äußeren Einflüssen wie Krankheitserregern, UV-Strahlung, Kälte und Hitze. Gleichzeitig hilft sie dabei, unsere Körpertemperatur zu regulieren und ermöglicht es uns, Berührungen, Druck, Wärme und Kälte wahrzunehmen. Gründe genug, unsere Haut gut zu behandeln und regelmäßig checken zu lassen.

Über die genannten Punkte hinaus erfüllt die Haut auch zahlreiche Aufgaben, die für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden von großer Bedeutung sind. Für viele von uns ist eine makellose Haut mit einer ebenmäßigen Struktur die Idealvorstellung. Doch kaum eine Haut gleicht der anderen: Farbe, Struktur und Pigmentierung unterscheiden sich von Mensch zu Mensch und können sich im Laufe des Lebens verändern.

Zu viel Perfektion ist langweilig

Besonders auffällig sind Veränderungen oder Besonderheiten der Haut, die sich durch eine andere Färbung vom umliegenden Hautbild abheben. Dazu gehören beispielsweise Muttermale, die bei fast jedem Menschen in unterschiedlicher Anzahl und Ausprägung vorkommen.

Auch sogenannte Café-au-lait-Flecken zeigen sich durch eine charakteristische, hellbraune Färbung der Haut. Einen deutlichen Kontrast dazu bilden helle oder weiße Hautstellen, wie sie bei der Weißfleckenkrankheit, auch Vitiligo genannt, auftreten können.

Hinter diesen unterschiedlichen Hauterscheinungen stehen jeweils ganz verschiedene Ursachen und Prozesse. Manche sind vollkommen harmlos, während andere eine genauere Beobachtung oder medizinische Abklärung erfordern können.

Wir stellen in unserem Bericht diese drei Hautbilder prominent vor und erläutern ihre Merkmale, Ursachen und Besonderheiten.

Fast jeder hat sie – Muttermale

Ein Muttermal wird landläufig auch als „Leberfleck“ bezeichnet. Medizinisch sprechen wir von einem Nävus. Es handelt sich um eine gutartige Hautveränderung, die sich aus einer scharf abgegrenzten Ansammlung von Nävizellen bildet. Die Nävizellen bilden den Farbstoff Melanin, der auch für die Bräunung der Haut verantwortlich ist, die Nävizellen zählen damit zu den pigmentbildenden Zellen. Gut zu wissen: Bei der Entstehung der Muttermale spielt neben der genetischen Veranlagung auch die Sonnenexposition eine Rolle.

5 Fakten über Muttermale

- Die braune Farbe entsteht durch den Farbstoff Melanin
- Sind an sich nicht gefährlich, können sich jedoch im Laufe des Lebens verändern und in manchen Fällen zu bösartigem Hautkrebs entwickeln
- Die ABCDE-Regel dient der Beurteilung, ob Muttermale gefährlich sein könnten
- Viele Muttermale sind nicht von Geburt an da, sondern entwickeln sich erst im Laufe des Lebens
- Harmlose Muttermale müssen nicht therapiert werden

Muttermal – oder doch etwas anderes?

Es gibt unterschiedliche Arten von Muttermalen. Sie können im Prinzip an der gesamten Hautoberfläche auftreten, also auch im Bereich der Schleimhäute. In der Regel sind sie harmlos und verursachen auch keine Beschwerden oder Schmerzen. Je nachdem, wo sich das Muttermal befindet, kann es aber zu unangenehmen Störungen führen. Reibende Kleidung, vielleicht auch der Kontakt zur Brille können die Muttermale reizen und zu Juckreiz führen. Auch kleinere Blutungen können die Folge sein. Trifft das zu, kann nach einer dermatoskopischen Untersuchung beurteilt werden, ob sich eine Entfernung des Muttermals anbietet.

Es gibt auch Muttermale, die weisen zentral wachsende, etwas stärker pigmentierte Haare auf. Auch dies gibt keinen Hinweis auf eine Malignität. Das Haar sollte jedoch nicht herausgezupft werden, besser ist, es abzuschneiden. Duch das Zupfen des Haares kann das Muttermal gereizt werden.

ABCDE-Regel

A – Asymmetrie

B – Begrenzung

C – Color

D – Durchmesser

E – Entwicklung

Beobachten ist Trumpf

Sind die Muttermale in der Regel völlig harmlos, sollten sie trotzdem beobachtet und bestenfalls mit einem Foto dokumentiert werden. So kann erkannt werden, ob es sich zum Beispiel bereits um ein atypisches Muttermal handelt und ggf. weitere Untersuchungen empfehlenswert sind. Die mögliche Entwicklung eines Muttermals zu einem Melanom (schwarzer Hautkrebs) ist anhand optischer Veränderungen zu erkennen. In der Regel bildet sich ein ausgefranster Rand und die Färbung wird bläulich bis schwarz. In jedem Fall sollte dieser Prozess von einer dermatologischen Einschätzung begleitet werden.

Unser Partner dermanostic stellt unseren Versicherten 24/7 eine Diagnose und eine von Hautfachärztinnen und Hautfachärzten empfohlene individuelle Therapie.

Wenn die Haut Farbe zeigt: Café-au-Lait-Flecken

Café-au-lait-Flecken sind hell- bis mittelbraune, gleichmäßig gefärbte Hautflecken, deren Farbe an Milchkaffee erinnert. Sie sind meist flach und heben sich deutlich von der umgebenden Haut ab. Ihre Form kann rund oder oval sein, häufig besitzen sie klar erkennbare Ränder. Die Größe der Flecken kann von wenigen Millimetern bis zu mehreren Zentimetern reichen.

Harmlos oder doch lieber checken?

Café-au-lait-Flecken entstehen durch eine verstärkte Einlagerung des Hautpigments Melanin in bestimmten Bereichen der Haut. Dabei ist die Zahl der pigmentbildenden Zellen meist nicht wesentlich erhöht, sie produzieren bzw. enthalten jedoch mehr Melanin.

Die Flecken können bereits bei der Geburt vorhanden sein oder sich in den ersten Lebensjahren entwickeln. Häufig handelt es sich um einzelne Flecken, die keinerlei Krankheitswert haben. Sie können bei Menschen jeder Hautfarbe auftreten und bleiben oftmals ein Leben lang sichtbar. Mit zunehmendem Alter können sich Größe und Farbintensität verändern, wobei die Flecken beispielsweise durch Sonneneinstrahlung deutlicher hervortreten können.

Ein einzelner oder wenige Café-au-lait-Flecken sind in der Regel harmlos. Sie verursachen normalerweise keine körperlichen Beschwerden wie Schmerzen oder Juckreiz und sind nicht ansteckend. Eine Behandlung ist deshalb aus medizinischer Sicht meist nicht erforderlich. Auffällig kann es jedoch sein, wenn mehrere oder besonders viele Café-au-lait-Flecken vorhanden sind. In seltenen Fällen können sie ein äußeres Merkmal bestimmter genetischer Erkrankungen sein.

Besonders bekannt ist der Zusammenhang mit der Neurofibromatose Typ 1 (NF1), bei der mehrere Café-au-lait-Flecken zu den möglichen Diagnosemerkmalen gehören. Das bedeutet allerdings nicht, dass jeder Mensch mit mehreren dieser Pigmentflecken automatisch an einer solchen Erkrankung leidet.

Bei einer größeren Anzahl, ungewöhnlich großen Flecken oder weiteren Auffälligkeiten empfiehlt es sich daher, sie ärztlich beurteilen zu lassen. Besteht lediglich aus kosmetischen Gründen der Wunsch, die Flecken zu reduzieren, können dermatologische Behandlungsmöglichkeiten wie bestimmte Laserverfahren besprochen werden.

Foto: iStock/LightfieldStudios

Foto: iStock/ Hirurg

Weiße Flecken – viele Fragen: Weißfleckenkrankheit

Die Weißfleckenkrankheit, auch Vitiligo genannt, ist eine chronische Pigmentstörung der Haut. Typisch sind deutlich abgegrenzte, helle bis vollständig weiße Hautstellen, denen das natürliche Hautpigment Melanin fehlt.

Vitiligo zählt zu den häufigsten Pigmentstörungen. Rund ein Prozent der Weltbevölkerung ist davon betroffen. Grundsätzlich kann die Erkrankung Menschen jeden Alters, Geschlechts und Hauttyps betreffen. Besonders sichtbar sind die Flecken allerdings bei stärker pigmentierter Haut. Häufig beginnt die Erkrankung in jungen Jahren, meist zwischen dem 10. und 30. Lebensjahr.

Die genaue Ursache von Vitiligo ist bis heute nicht vollständig geklärt. Man geht davon aus, dass vor allem eine Fehlreaktion des Immunsystems eine wichtige Rolle spielt. Dabei richtet sich die körpereigene Abwehr gegen die Melanozyten, also jene Zellen, die das Hautpigment Melanin produzieren. Werden diese Zellen geschädigt oder zerstört, kann die Haut an den betroffenen Stellen kein oder kaum noch Melanin bilden. Dadurch entstehen die charakteristischen weißen Flecken. Auch eine genetische Veranlagung scheint von Bedeutung zu sein, da Vitiligo innerhalb von Familien gehäuft auftreten kann.

Jeder Platz ist möglich

Die Flecken können grundsätzlich überall am Körper entstehen. Besonders häufig zeigen sie sich jedoch im Gesicht, an den Händen und Füßen sowie rund um Körperöffnungen. Manchmal verlieren auch die Haare innerhalb der betroffenen Bereiche ihre Pigmente und werden weiß. Der Verlauf der Erkrankung ist von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich. Bei manchen Menschen bleiben wenige Flecken über lange Zeit nahezu unverändert, während sie sich bei anderen weiter ausbreiten. Es können sich außerdem Phasen ohne neue Flecken und Phasen mit einem stärkeren Pigmentverlust abwechseln.

Gefährlich oder ansteckend ist Vitiligo nicht. Die Hautveränderungen verursachen in der Regel weder Schmerzen noch andere körperliche Beschwerden. Allerdings fehlt den weißen Hautstellen der natürliche Schutz durch Melanin, weshalb sie besonders empfindlich gegenüber Sonnenlicht sind. Ein konsequenter Sonnenschutz ist deshalb wichtig. Zudem kann die Erkrankung für Betroffene psychisch belastend sein, vor allem wenn die Flecken an gut sichtbaren Körperstellen auftreten. Vitiligo kann außerdem gemeinsam mit anderen Autoimmunerkrankungen vorkommen, beispielsweise mit bestimmten Erkrankungen der Schilddrüse.

Eine vollständige Heilung der Weißfleckenkrankheit ist derzeit nicht möglich. Es gibt jedoch verschiedene Möglichkeiten, die Ausbreitung zu bremsen oder die Pigmentbildung teilweise wieder anzuregen. Zum Einsatz kommen beispielsweise entzündungshemmende Cremes und Salben sowie spezielle Lichttherapien. Für bestimmte Formen der Vitiligo stehen inzwischen außerdem weitere medikamentöse Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung. Welche Therapie geeignet ist, hängt unter anderem vom Alter, der Ausbreitung und der betroffenen Körperregion ab. Wer sich durch die Flecken nicht gestört fühlt, muss Vitiligo nicht zwangsläufig behandeln lassen. Wichtig ist jedoch, auffällige Hautveränderungen dermatologisch abklären zu lassen und die pigmentlosen Stellen gut vor der Sonne zu schützen.

Kinder begleiten – in jeder Phase anders

Schule ist für Kinder und Jugendliche weit mehr als Lernen und Noten. Sie bedeutet neue Erfahrungen, Freundschaften, Herausforderungen und manchmal auch Stress. Und je älter Kinder werden, desto mehr verändert sich auch das, was sie von ihren Eltern brauchen.

Vom Schulstart über die Pubertät bis hin zu Prüfungsphasen: Eine unterstützende Haltung kann Sicherheit geben, Selbstvertrauen stärken und dabei helfen, Herausforderungen zu bewältigen.

Gemeinsam mit unserem Leistungspartner mentalis haben wir deshalb genauer hingeschaut: Was brauchen Kinder in den unterschiedlichen Phasen – und wie können Eltern sie dabei gut unterstützen?

SCHULSTART

Kleine Rituale, große Wirkung

Der Schulalltag kann für Kinder und Eltern stressig sein. Gerade am Morgen können kleine Routinen helfen, Sicherheit zu geben und gelassener in den Tag zu starten.

Worte, die Mut machen

Ein „Du schaffst das!“ oder „Ich glaube an dich“ kann Kindern Sicherheit geben und ihnen einen positiven Start ermöglichen.

Gemeinsam durchatmen

Eine kurze Atemübung schafft einen Moment Ruhe – gemeinsam mit dem Kind oder ganz für sich.

Mentale Stärke entsteht im Alltag

Es braucht nicht jeden Tag große Übungen. Kleine Momente von Ruhe, Ermutigung und Nähe können Kindern helfen, ihre mentale Stärke Schritt für Schritt zu entwickeln.

Wie empfinden Kinder die Schule? Wir haben nachgefragt.

Was ist schön an Schule?

„Toll in der Schule finde ich, wenn ich wieder meine Freundinnen und Freunde treffe. Darauf freue ich mich schon am Abend vorher. Meine Lieblingsfächer sind Sport, Musik und Deutsch, die gefallen mir einfach echt gut.“

Melina, 8 Jahre, 2. Klasse

Was wünschst du dir von deinen Eltern, wenn du an deine Schulzeit denkst?

„Ich wünsche mir, dass Mama und Papa immer für mich da sind und mir zuhören, auch wenn in der Schule etwas nicht so gut war. Und natürlich… einen coolen Pausensnack!“

Nico, 7 Jahre, 2. Klasse

PUBERTÄT

Vertrauen statt Druck

In der Pubertät verändert sich vieles. Jugendliche werden selbstständiger, probieren sich aus und suchen ihren eigenen Weg. Schule steht dabei nicht immer an erster Stelle – und das darf auch einmal so sein.

Vertrauen statt Kontrolle
Jugendliche brauchen Freiraum und gleichzeitig das Gefühl, dass ihre Eltern da sind, wenn sie Unterstützung brauchen.

Interesse statt Bewertung
Nicht jede Situation muss kommentiert oder gelöst werden. Zuhören und echtes Interesse können mehr bewirken als ständige Ratschläge.

Raum zur Selbstentdeckung
Jugendliche müssen herausfinden dürfen, wer sie sind, was ihnen wichtig ist und welchen Weg sie gehen möchten.

Eltern sind kein Druckventil. Sie sind ein Anker.
Eine offene und unterstützende Haltung kann Selbstvertrauen und mentale Balance stärken – gerade dann, wenn Jugendliche ihren eigenen Weg suchen.

PRÜFUNGSZEIT

Gelassen durch Prüfungszeiten

Mit zunehmendem Alter werden auch die Herausforderungen größer: Prüfungen, Leistungsdruck, Zukunftsfragen oder Konflikte mit anderen können Kinder und Jugendliche belasten.

Eltern können nicht jede Schwierigkeit aus dem Weg räumen. Aber sie können eine Haltung vermitteln, die stärkt: weniger Druck, mehr Vertrauen.

Vier Impulse für Eltern

1. **Druck erkennen**
Stress zeigt sich nicht immer sofort. Auch Rückzug, Gereiztheit oder Erschöpfung können Signale sein.

2. **Entlastung statt Erwartung**
„Was brauchst du gerade?“ kann hilfreicher sein als „Wie viel hast du schon gelernt?“

3. **Kleine Routinen, große Wirkung**
Pausen, Bewegung, Schlaf und kleine Momente ohne Leistungsdruck helfen dabei, neue Energie zu tanken.

4. **Zuhören statt Lösungen liefern**
Manchmal brauchen junge Menschen keinen fertigen Plan, sondern jemanden, der einfach zuhört und da ist.

Foto: iStock / FG Trade

Mehr Impulse von mentalis gibt's auf **Instagram: @bkk.linde**

Foto: iStock / Anchiy

> *Kinder brauchen in dieser Situation nicht unbedingt Eltern, die sofort alles lösen. Sie brauchen vor allem das Gefühl, nicht allein zu sein.*
>
> Nina Endlinger,
> Psychologin bei mentalis.

Mobbing – wenn Schule verletzend wird

Stress und Leistungsdruck gehören manchmal zum Schulalltag. Mobbing ist etwas anderes. Wenn ein Kind wiederholt ausgegrenzt, beleidigt, bedroht oder verletzt wird, braucht es besondere Unterstützung.

Was ist Mobbing?

Mobbing bedeutet, dass eine Person wiederholt und über einen längeren Zeitraum angegriffen, ausgegrenzt oder abgewertet wird. Für betroffene Kinder kann das sehr belastend sein.

Cybermobbing

Cybermobbing findet im digitalen Raum statt. Angriffe können rund um die Uhr stattfinden, Inhalte können sich schnell verbreiten und die beteiligten Personen können teilweise anonym bleiben.

Das wichtigste zuerst

Wenn dein Kind dir von Mobbing erzählt:

- **Hör zu.**
- **Glaub deinem Kind.**
- **Nimm es ernst.**
- **Überlegt gemeinsam, was der nächste Schritt sein kann.**

Gut gemeint – aber nicht immer hilfreich

Wenn das eigene Kind leidet, möchte man verständlicherweise sofort handeln. Manche Reaktionen können die Situation jedoch weiter verschärfen.

Lieber nicht:

- das andere Kind selbst zur Rede stellen
- spontan andere Eltern kontaktieren
- vom eigenen Kind verlangen, sich zu wehren oder zurückzuschlagen
- über den Kopf des Kindes hinweg entscheiden

Besser:

- Die nächsten Schritte gemeinsam mit dem Kind und geeigneten Ansprechpersonen abstimmen.

Schon gewusst? Mobbing in Zahlen

14 % berichten von schulischen Mobbingerfahrungen.*

7 % berichten von Cybermobbingerfahrungen.*

18,5 % der Schülerinnen und Schüler waren laut Cyberlife V 2024 von Cybermobbing betroffen.**

Quellen:
*HBSC-Studie 2022, RKI;
**Cyberlife V 2024, Bündnis gegen Cybermobbing/Barmer.

Foto: iStock/ Vladimir Vladimirov

Gemeinsam gegen Mobbing. Hinschauen. Zuhören. Handeln.

Wir engagieren uns bundesweit an mehreren Schulen – u.a. Bodman-Ludwigshafen, Dortmund und in Ludwigsfeld in Halle (Saale) – für ein respektvolles und sicheres Miteinander an Schulen. Denn Mobbingprävention bedeutet, Kinder zu stärken, Lehrkräfte und Eltern zu sensibilisieren und gemeinsam hinzusehen. Weitere Projekte zur Mobbingprävention werden von der BKK Linde derzeit ausgearbeitet bzw. sind in Planung.

Unterstützung holen ist Stärke

Neben der Schule können Schulsozialarbeit, Lehrkräfte, professionelle Beratungsstellen und spezialisierte Angebote zu Mobbing und Cybermobbing unterstützen.

Wenn die Belastung sehr groß ist, kann zusätzliche psychologische oder psychotherapeutische Unterstützung sinnvoll sein. Die BKK Linde bietet ihren Versicherten im Alter von 13 bis 21 Jahren mit CareNow von mentalis ein psychologisches Versorgungsprogramm, das persönliche Unterstützung mit digitalen Angeboten verbindet. Jugendliche werden dabei durch psychologische Tele-Gespräche mit erfahrenen Fachkräften und einer begleitenden Therapie-App unterstützt. In einem ersten Gespräch wird gemeinsam geschaut, welche Unterstützung benötigt wird und wie die nächsten Schritte aussehen können.

Mehr Infos unter:
bkkln.de/mentalis-carenow

Nachgefragt: Paulien Hinninger (Lehrerin) über Mobbing in der Schule

Woran merken Sie als Lehrkraft, dass ein Kind Unterstützung braucht?

Oft zeigt es sich in schleichenden Verhaltensänderungen: Ein Kind zieht sich aus der Gemeinschaft zurück, wirkt anhaltend bedrückt oder reagiert ungewohnt gereizt. Wenn zudem die Leistungen nachlassen oder körperliche Symptome wie Bauchschmerzen vor Schulbeginn zunehmen, ist das ein deutliches Signal.

Was können Eltern tun, wenn sie den Verdacht haben, dass ihr Kind gemobbt wird?

Zuhören, ohne zu werten, und dem Kind vermitteln, dass es keine Schuld trifft. Es hilft, Vorfälle kurz zu dokumentieren und frühzeitig das vertrauliche Gespräch mit der Klassenleitung oder der Schulsozialarbeit zu suchen.

Was wünschen Sie sich von Eltern im Umgang mit Mobbing?

Einen sachlichen, aber offenen Dialog auf Augenhöhe. Je früher Sorgen geteilt werden, desto schneller kann die Schule eingreifen. Wenn Eltern und Lehrkräfte als Team agieren, lässt sich meist zügig eine sichere Umgebung für das Kind schaffen.

Foto: iStock / miljko

Neue Regelungen ab 2027

Krankengeld

Ab 1. Januar 2027 ändern sich mehrere Regeln beim Krankengeld. Die normale Höhe des Krankengeldes – grundsätzlich 70 Prozent des Bruttoeinkommens, höchstens 90 Prozent des Nettoentgelts – wird für Beschäftigte mit fortbestehendem Arbeitsverhältnis nicht generell gekürzt.

Neu ist: Endet das Arbeitsverhältnis während einer bestehenden Krankschreibung, wird das Krankengeld ab dem folgenden Tag begrenzt. Dann beträgt es grundsätzlich 60 Prozent des Nettoarbeitsentgelts. Der Wert steigt auf 67 Prozent, wenn die versicherte Person oder der Ehe-/Lebenspartner mindestens ein Kind im steuerrechtlichen Sinne hat und unbeschränkt einkommenspflichtig ist. Voraussetzung ist, dass das Paar nicht dauerhaft getrennt lebt.

Der Anspruch auf Krankengeld besteht aus der Beschäftigung heraus, unabhängig davon, wie hoch die aktuelle Teilrente bezogen wird. Lediglich beim Bezug einer Vollrente (Erwerbsminderung oder Altersrente) endet der Anspruch. Ab dem 01. Januar 2027 endet der Anspruch nach § 50 SGB V, auch wenn eine Teilrente wegen Alters von mehr als zwei Dritteln der Vollrente bezogen wird.

Wahlerklärung bei Selbstständigen

Für Selbstständige, die erstmals freiwilliges Mitglied in der gesetzlichen Krankenversicherung werden, entsteht mit Zugang der Wahlerklärung auf Krankengeld ein entsprechender Anspruch. Die Wahlerklärung muss innerhalb von 14 Tagen bei der Krankenkasse eingehen.

Neu ist: Bestand in der Vergangenheit bereits eine freiwillige Mitgliedschaft in der gesetzlichen Krankenversicherung oder die Wahlerklärung geht nicht innerhalb von 14 Tagen ein, entsteht der Anspruch auf Krankengeld erst nach Ablauf einer Wartezeit von drei Monaten nach Zugang der Wahlerklärung. Hierzu kann es aufgrund einer bestehenden Arbeitsunfähigkeit oder eines Unfallereignisses zu Abweichungen kommen.

Proaktive Beratung der Krankenversicherung

Außerdem dürfen Krankenkassen Menschen im Krankengeldbezug künftig von sich aus kontaktieren, um beispielsweise bei der Rückkehr ins Arbeitsleben oder bei Reha-Möglichkeiten zu beraten.

Versicherte können dieser Kontaktaufnahme allerdings widersprechen. Bei gefährdeter Erwerbsfähigkeit können die Krankenkassen außerdem schneller dazu auffordern, einen Antrag auf Reha oder Teilhabeleistungen zu stellen; die entsprechende Frist wird von zehn auf vier Wochen verkürzt.

Eine weitere wichtige Neuerung kommt ab 01.01.2028: Dann soll es eine Teilkrankschreibung geben. Wer gesundheitlich beispielsweise noch zu 25, 50 oder 75 Prozent arbeiten kann, kann – wenn die Voraussetzungen erfüllt sind und der Arbeitgeber zustimmt – teilweise arbeiten und ergänzend Teilkrankengeld erhalten.

Änderungen der Fristen

Bei Aufforderungen zur Antragsstellung zur medizinischen Rehabilitation, Teilhabe am Arbeitsleben und Antrag Rente gemäß § 51 SGBV gab es bislang eine Frist von zehn Wochen um die Anträge zu stellen. Diese Frist ändert sich zum 01.01.2027 auf 4 Wochen, in denen die Anträge gestellt werden müssen.

Wegfall der homöopathischen Leistungen

Ab dem 1. Januar 2027 dürfen gesetzliche Krankenkassen die Kosten für homöopathische und anthroposophische Leistungen nicht mehr übernehmen. Bisher hat die BKK Linde ihren Versicherten diese Behandlungen freiwillig über einen besonderen Versorgungsvertrag angeboten. Dies hat der Gesetzgeber mit der Gesundheitsreform ab Januar 2027 nunmehr ausgeschlossen. Schon ab Datum der Beschlussfassung (30.07.2026) dürfen keine Arzneimittel der Homöopathie über die Versichertenkarte der gesetzlichen Krankenkasse verordnet werden.

Grund für die Änderung: die fehlende wissenschaftliche Evidenz für eine Wirksamkeit nach den anerkannten Standards der evidenzbasierten Medizin. Die gesetzlichen Krankenkassen sollen ihre Beitragsgelder daher künftig nicht mehr für diese Leistungen einsetzen. Die Finanzkommission Gesundheit hatte zuvor geschätzt, dass durch die Streichung homöopathischer Leistungen rund 40 Millionen Euro pro Jahr eingespart werden könnten.

Versicherte der BKK Linde können über unseren Kooperationspartner Generali solche Behandlungen oder Arzneimittel über eine private Zusatzversicherung ab 2027 absichern.

Kein Bestandsschutz bei laufenden Behandlungen

Auch bei bereits laufenden homöopathischen Behandlungen können ab dem 01.01.2027 keine weiteren Kosten übernommen werden.

Unsere Versicherten, die sich bereits in einer homöopathischen Behandlung befinden, deren Kosten aktuell noch von der BKK Linde übernommen werden, informieren wir gesondert über diese neue Regelung.

Foto: iStock / fcafotodigital

Zuzahlungsregelung ab 01.01.2027

Die Zuzahlungsregelungen in der GKV sind seit 2004 nahezu unverändert. Um die Zuzahlungen an die Preis- und Lohnentwicklung anzupassen, wird eine Erhöhung der Zuzahlungen um 50 Prozent erfolgen. Die Zuzahlungshöhen bleiben jedoch im internationalen Vergleich weiterhin auf einem niedrigen Niveau und sollen die Versicherten nicht zu stark belasten.

Aus diesem Grund gelten die bestehenden Zuzahlungsgrenzen fort. Bei chronisch kranken Menschen liegt die jährliche Belastungsgrenze bei 1 Prozent des Haushaltsbruttoeinkommens, bei allen anderen Personen bei 2 Prozent.

- Die Mindestzuzahlung für Arzneimittel steigt von bisher 5,00 Euro auf 7,50 Euro, die maximale Zuzahlung erhöht sich von 10,00 Euro auf 15,00 Euro.
- Die monatliche Zuzahlungsobergrenze für zum Verbrauch bestimmte Hilfsmittel (zum Beispiel Inkontinenzhilfen) steigt ebenfalls von 10,00 Euro auf 15,00 Euro für den gesamten Monatsbedarf.
- Die gesetzliche Zuzahlung für Krankenhausaufenthalte steigt von bisher 10,00 Euro auf 15,00 Euro pro Kalendertag.

Reduzierung des Festzuschusses bei Zahnersatz ab 01.01.2027

Der Festzuschuss für die Regelversorgung mit Zahnersatz kehrt auf den Stand von vor Oktober 2020 zurück. Er sinkt von 60 auf 50 Prozent. Wer regelmäßig die zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchungen wahrnimmt, erhält nach fünf Jahren ununterbrochener Inanspruchnahme wieder 60 statt 70 Prozent und nach zehnjähriger ununterbrochener Inanspruchnahme wieder 65 statt 75 Prozent.

Unser Hinweis für Sie: Für Versicherte mit niedrigen Einkommen gilt auch weiterhin die Härtefallregelung. Sie erhalten die Kosten für die Regelversorgung mit Zahnersatz weiterhin vollständig erstattet.

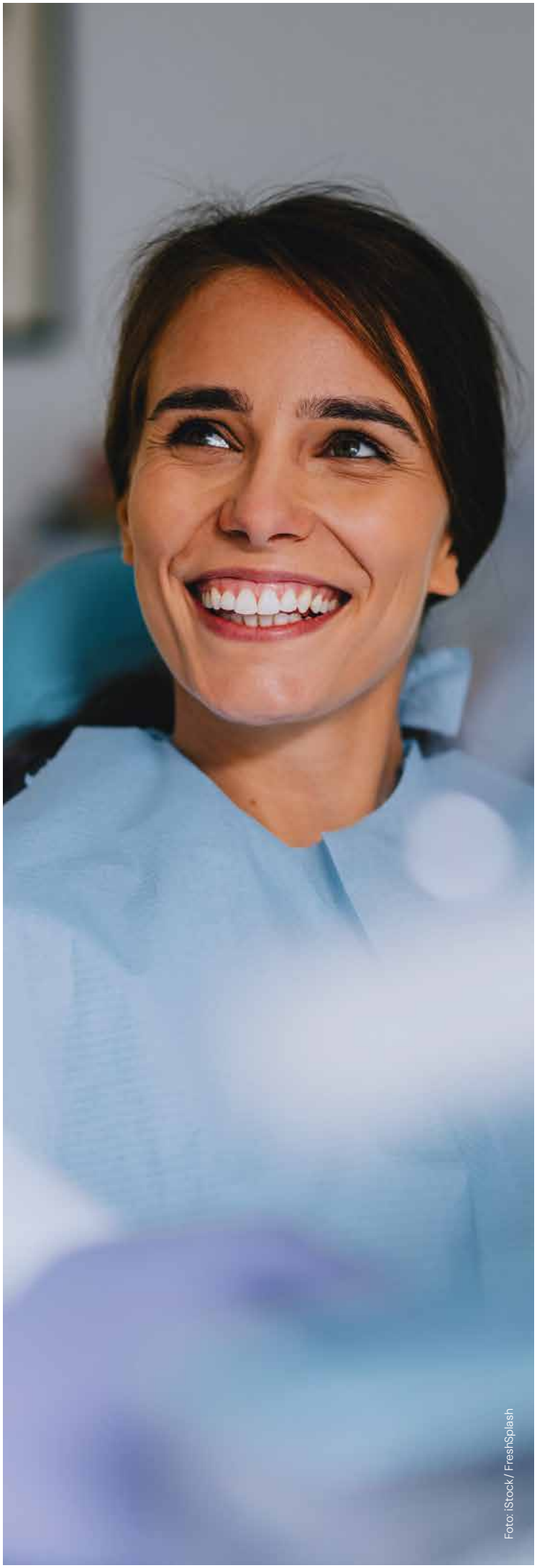

Foto: iStock/ FreshSplash

Fachausdrücke aus der Welt der Krankenversicherung

Ganz egal, ob wir die Medienberichte über unser Gesundheitssystem verfolgen oder unsere eigene Korrespondenz mit der Krankenversicherung, Rentenversicherung und anderen Institutionen rund um unsere Sozialversicherung bearbeiten. Sicher tun sich hin und wieder Fachbegriffe auf, die vielen nicht ganz eingängig sind.

Versicherungspflichtgrenze

Die Versicherungspflichtgrenze auch Jahresarbeitsentgeltgrenze (JAEG) genannt, bestimmt, bis zu welchem Einkommen Arbeitnehmer grundsätzlich in der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) pflichtversichert sind. Liegt das regelmäßige Jahresarbeitsentgelt unter dieser Grenze, besteht in der Regel Versicherungspflicht in der GKV. Wird die Grenze überschritten, kann unter bestimmten Voraussetzungen zwischen privater und gesetzlicher Krankenversicherung gewählt werden. Die Versicherungspflichtgrenze wird regelmäßig vom Gesetzgeber angepasst und steigt meist von Jahr zu Jahr.

Zuzahlung

Zuzahlungen sind gesetzlich festgelegte Eigenanteile, die Versicherte zu den Leistungen ihrer gesetzlichen Krankenversicherung bezahlen müssen. Die Zuzahlungen fallen bei Medikamenten, Heilmitteln, Krankenhausaufenthalten oder bei bestimmten Hilfsmitteln an.

Die Höhe der Zuzahlungen ist je nach Leistung unterschiedlich. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sind befreit. Damit Versicherte finanziell nicht zu stark belastet werden, gibt es eine jährliche Belastungsgrenze, nach deren Erreichen eine Befreiung von weiteren Zuzahlungen möglich ist.

Belastungsgrenze

Die Belastungsgrenze bezeichnet den maximalen Betrag, den gesetzlich Krankenversicherte innerhalb eines Kalenderjahres für Zuzahlungen aufbringen müssen. Sie liegt grundsätzlich bei 2 Prozent der jährlichen Bruttoeinnahmen zum Lebensunterhalt. Für bestimmte chronisch kranke Menschen kann eine niedrigere Belastungsgrenze von 1 Prozent gelten.

Zu den berücksichtigten Zuzahlungen gehören bspw. Medikamente, Krankenhausaufenthalte oder Heilmittel. Wird die Belastungsgrenze erreicht, kann der Betroffene bei der Krankenkasse eine Befreiung von weiteren Zuzahlungen für den Rest des Kalenderjahres beantragen.

BKK Linde gibt es auch auf Facebook und Instagram!

BESUCHE UNS AUF SOCIAL MEDIA!

/BKKLinde

@bkk.linde

Impressum

Herausgeber:
BKK Linde
Konrad-Adenauer-Ring 33
65187 Wiesbaden

Kontakt:
Telefon: 0611 73666
Telefax: 0611 7366-610
Web: www.bkk-linde.de
E-Mail: info@bkk-linde.de

Rechtsform:
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Vertreten durch den Vorstand:
Peter Raab
Markus Winter (Stellvertreter des Vorstands)

Institutskennzeichen West:
105830517

Institutskennzeichen Ost:
105821242

Aufsichtsbehörde:
Bundesamt für Soziale Sicherung (BAS)
Friedrich-Ebert-Allee 38
53113 Bonn

Redaktion:
Sabine Braun
Marketing

Erscheinungsweise:
Vier Ausgaben im Jahr in digitaler Form

Hinweis:
Zum Zweck der besseren Lesbarkeit wird in der Regel auf die geschlechtsspezifische Schreibweise verzichtet. Personenbezogene Bezeichnungen sind somit geschlechtsneutral zu verstehen.

BKK Linde
DIE GUTE WAHL