

Gemeinsam durchs Leben – gemeinsam zur Vorsorge

BERLIN – Paare gehen gemeinsam durch dick und dünn – das gilt offenbar auch für die Gesundheit: So ergab eine Umfrage, dass nur 17 Prozent der Singles die Vorsorge des „Check-up 35“ wahrnehmen – bei den Verheirateten sind es etwa 50 Prozent. Lebensgefährten teilen jedoch auch ungesunde Lebensweisen – und legen eher an Gewicht zu, wie Forscher feststellten. Und wenn der Partner bereits an Diabetes Typ 2 leidet, steigt das eigene Risiko, ebenfalls an Diabetes zu erkranken, um 26 Prozent an. Für viele gesunde gemeinsame Jahre empfiehlt das IPF zum Jahreswechsel: Paare sollten ihre Vorsorgetermine für 2015 gemeinsam planen.

Gut informiert ins neue Jahr

Gemeinsam können Paare viel für ihre Gesundheit tun – angefangen damit, zusammen Wissenslücken zu füllen. Leicht verständliche Verbrauchergebote wie der Online-„Vorsorgefinder“ des IPF, Patientenbroschüren oder Webseiten von Krankenkassen informieren über alle Untersuchungen, die von der GKV übernommen werden. Die Vorsorgeprogramme für Erwachsene starten mit Basisimpfungen gegen Tetanus und Diphtherie im Alter von 18 Jahren. Der „Check-up 35“ bietet Versicherten mit Laboruntersuchungen von Blut und Urin die Möglichkeit, sich alle zwei Jahre einen Überblick über ihren Gesundheitszustand zu machen. Regelmäßige Krebsfrüherkennungsuntersuchungen können besonders in der zweiten Lebenshälfte dabei helfen, gesund zu bleiben.

Jahreskalender Gesundheit

Nur das Wissen, welche Untersuchungen einem zustehen, reicht jedoch noch nicht. So kennen zwar 88 Prozent der Frauen und rund 84 Prozent der Männer ab 55 Jahren in Deutschland die Darmspiegelung. Aber nur 57,5 Prozent der Frauen und 59 Prozent der Männer lassen sich tatsächlich untersuchen. Damit es nicht bei guten Vorsätzen bleibt, sollten Partner die Zeiträume für einzelne Untersuchungen bereits am Jahresanfang im Kalender markieren – und sich regelmäßig darüber austauschen.

Weitere Informationen enthalten die IPF-Faltblätter „Darmkrebs“ und „Vorsorge nach Plan“. Sie können kostenlos unter www.vorsorge-online.de heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann die Faltblätter auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über zehn Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vorsorge-online.de

AUSGABEDATUM
22.12.2014

RÜCKFRAGEN AN
Julia Valtwies
Redaktionsleiterin
T 030-200 599 48
presse@vorsorge-online.de
www.vorsorge-online.de

twitter.com/vorsorgeonline