



Interview mit Ruth Humbel, ehemalige OL-Spitzenläuferin und CVP-Nationalrätin Aargau

## «Politik beeinflusst unser ganzes Leben.»



Liebe Kundin  
Lieber Kunde

Die Fortschritte in der Medizin vergrössern das diagnostische und therapeutische Angebot. Und machen es komplexer. Wir sind gefordert, die Qualität der Behandlungen zu gewährleisten und gleichzeitig die Kosten einzudämmen. Dazu wurde das «Medical Board» gegründet. Es hat die Aufgabe, medizinische Verfahren zu überprüfen. Das «Medical Board» kann bereits erste Erfolge ausweisen. Mehr erfahren Sie auf Seite 2.

Genetische Schnelltests für 1000 Dollar haben Anfang Jahr für Schlagzeilen gesorgt. Analysen des Erbguts erlauben, Zellveränderungen, die lebensbedrohende Krankheiten auslösen können, frühzeitig zu erkennen. Den Zielen dieser Schnelltests stehen die Bestimmungen des Krankenversicherungsgesetzes (KVG) gegenüber: Auf Seite 3 lesen Sie, was im KVG geregelt ist und welche Einschränkungen vorhanden sind.

Lange, anstrengende Arbeitstage kennen Sie bestimmt auch – Work-Life-Balance ist zwar in aller Munde, doch nicht immer einfach umzusetzen. Genau diese Balance zwischen beruflichem und privatem Alltag zu ermöglichen, ist das Ziel des beruflichen Gesundheitsmanagements. Doch was benötigt es, um Mitarbeitende ausgeglichener und damit zufriedener zu machen? Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 6.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre.

Herzlich,



Ihr Werner Kaufmann  
Geschäftsführer Krankenkasse Birchmeier

## INTERVIEW

## «Meine Freude hängt auch immer mit dem Erfolg zusammen.»

Ruth Humbel ist über zwölf Jahre Mitglied im Schweizer Nationalkader des Orientierungslaufs (OL) gewesen. Vor 25 Jahren hat sie ihre Karriere als Spitzenläuferin beendet. Seitdem widmet sie sich ihrer politischen Karriere. Als Mitglied der Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit engagiert sie sich fürs Gesundheitswesen.

### Ruth Humbel, vor 25 Jahren haben Sie Ihre Sportkarriere beendet. Wie halten Sie sich heute fit?

Meine Arbeitstage sind straff durchgeplant mit Sitzungen und Aktenstudium. Ich sitze lange. Aus diesem Grund bin ich in meiner Freizeit gerne aktiv: Ich jogge und im Winter fahre ich Ski und mache Langlauf. Um mich zu entspannen lese ich oder höre meiner Tochter beim Klavier- und Orgelspiel zu.

### Sie sind verheiratet und haben zwei Kinder. Wie bringen Sie Ihre politische Karriere und Ihr Privatleben unter einen Hut?

Mein Mann und ich müssen uns gut organisieren. Sich gegenseitig zu unterstützen ist enorm

wichtig. Eine Teilzeitmitarbeiterin hat früher für die Kinder gesorgt und den Haushalt erledigt.

### Was gefällt Ihnen am Politisieren?

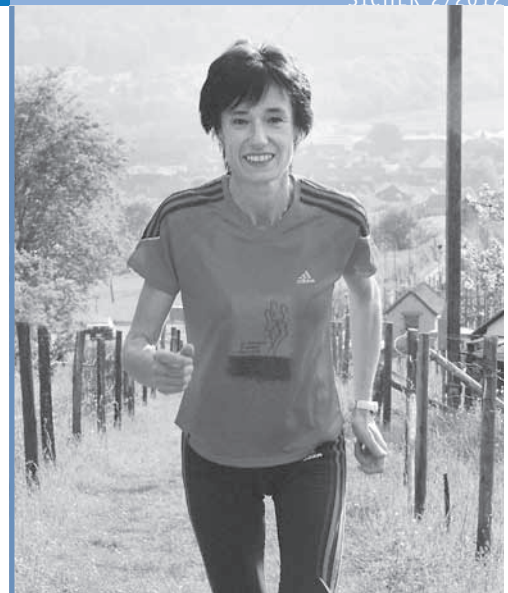
Politik beeinflusst unser ganzes Leben. Ich finde es spannend, politische Rahmenbedingungen mitgestalten zu können – faktenbezogen und lösungsorientiert.

### Wie beurteilen Sie unser Gesundheitswesen?

Wir haben ein gutes Gesundheitswesen. Aber es ist ineffizient und intransparent. Und es ist zu teuer. Mit den Krankenkassenprämien bezahlen wir viel Überflüssiges und Unnötiges. Leistungserbringer, Krankenversicherer, Politik und die Versicherten müssen sich anstrengen, damit die Kosten – und damit auch die Prämien – weniger stark steigen.

### Durch das Referendum der FMH stimmen wir am 17. Juni 2012 über die Managed-Care-Vorlage ab. Was ist Ihre Meinung dazu?

Das Positive am Referendum ist, dass eine öffentliche Debatte über unser Gesundheitssystem stattfindet. Das Volk stimmt ab, ob es die



Ruth Humbel

**Lieblingessen**  
Spaghetti Carbonara

**Hobbys**  
Sport generell, Lesen und Musik

**Darauf bin ich besonders stolz**  
Auf meine Tochter und meinen Sohn

Gesundheitsversorgung verbessern will oder nicht. Das Referendum der FMH enttäuscht mich jedoch.

### Was erhoffen Sie sich für 2012?

Dass die Schweizerinnen und Schweizer die Managed-Care-Vorlage annehmen.

## MEDICAL BOARD

## Kritisch prüfen – gezielt empfehlen

Die Fortschritte in der Medizin vergrössern das diagnostische und therapeutische Angebot. Gleichzeitig machen sie es komplexer. Wichtig ist, die Qualität der Behandlungen zu halten und gleichzeitig die Kosten einzudämmen.

Die Nachfrage nach medizinischen Leistungen steigt. Krankenversicherer müssen oft neue und kostenintensive Therapien vergüten,

bevor sie sich bewährt haben. Auch müssen sie Behandlungen übernehmen, deren Nutzen fraglich geworden ist.

### Kantonal gestartet

Thomas Heiniger, Gesundheitsdirektor des Kantons Zürich, hat 2008 das «Medical Board» in seinem Kanton geschaffen. Es setzt sich aus Fachleuten zusammen aus den Bereichen Medizin, Ethik, Ökonomie und Recht. Das Gremium

hat die Aufgabe, diagnostische und therapeutische Verfahren zu überprüfen. Es prüft neue Methoden, zum Beispiel eine Krebsbehandlung, und bereits etablierte Vorgehen, zum Beispiel die Kreuzbandoperation am Knie.

Das «Medical Board» hat bereits mehrere Themen fundiert und erfolgreich bearbeitet. Deshalb ist seine Tätigkeit Anfang 2011 auf die gesamte Schweiz ausgedehnt worden. Es wurde



## MEDIZIN

## Gentests im Trend

**Neu gibt es genetische Schnelltests für nur 1000 Dollar, bei denen das Resultat noch am gleichen Tag vorliegt. Sind solche Tests zuverlässig und sinnvoll? Nicht nur in den USA lassen sich immer mehr Menschen testen, auch in der Schweiz erleben Gentests einen regelrechten Boom.**

Anfang Jahr sorgte der genetische Schnelltest für 1000 Dollar in der Schweizer Tagespresse für Schlagzeilen. Die kalifornische Life Technologies Corporation stellte ein Analysegerät vor, mit dem eine vollständige DNA-Untersuchung durchgeführt werden kann. Das Resultat soll am selben Tag vorliegen statt wie bis anhin nach einer Woche.

### Krankheiten rechtzeitig erkennen

Analysen des Erbguts erlauben Ärzten und Wissenschaftlern, Zellveränderungen, die lebensbedrohende Krankheiten wie Parkinson, Alzheimer oder Diabetes auslösen können, frühzeitig zu erkennen. Aus ärztlicher Sicht sind genetische Untersuchungen ethisch gerechtfertigt, wenn sie folgenden Zielen dienen:

- Diagnose und Klassifikation einer erblich bedingten Krankheit oder Behinderung
- Feststellung einer Anlageträgerschaft für eine erblich bedingte Krankheit oder Behinderung im Hinblick auf die Lebens- und Familienplanung
- Erfassung einer Krankheitsveranlagung zu einem Zeitpunkt, da Symptome noch nicht erkennbar sind
- Beratung von Personen und Paaren im Hinblick auf eine Gefährdung ihrer Nachkommen durch genetisch bedingte Krankheiten oder Behinderungen



*Genetische Untersuchungen erfordern ärztliche Beratung.*

Nicht gerechtfertigt sind Untersuchungen, die einzig dazu dienen, das Geschlecht eines Fötus zu bestimmen.

### Familienplanung ist nicht kassenpflichtig

Den ärztlichen Zielen gegenüber stehen die Bestimmungen des Krankenversicherungsgesetzes (KVG) und der Analysenliste. Das KVG befasst sich grundsätzlich nur mit Erkrankungen, sofern nicht ausdrücklich etwas anderes vermerkt ist. Analysen, die nur der Diagnose dienen und keine medizinisch-therapeutische Konsequenz haben, sind nicht leistungspflichtig. Ebenfalls nicht leistungspflichtig sind Untersuchungen bei gesunden Menschen im Hinblick auf eine Krankheitsveranlagung. Eine Ausnahme bilden bestehende familiäre Krebserkrankungen oder die Möglichkeit, eine Krankheit auf die Nachkommen zu vererben. Bei den vorgeburtlichen Untersuchungen (Fruchtwasserpunktion) wird die Leistungspflicht eingeschränkt auf Schwangere über 35 Jahre oder

jüngere Schwangere mit sehr hohem Risiko für eine genetisch bedingte Krankheit beim Kind. Zusätzlich müssen die Untersuchungen in der Analysenliste aufgeführt sein. Ein zugelassener Arzt muss die Untersuchung verordnen, durchführen muss sie ein qualifiziertes Labor in der Schweiz.

Jede genetische Untersuchung erfordert eine eingehende Beratung. Die Persönlichkeitsrechte, der Datenschutz und die Zustimmung der Untersuchten müssen klar geregelt sein. Dem Wunsch, mehr über die eigene Zukunft und die der Nachkommen zu wissen, steht die Einschränkung gegenüber, dass die soziale Krankenversicherung für bloss diagnostische genetische Untersuchungen nicht aufkommen muss. Die personalisierte Medizin kann mit Hilfe der Genetik eine Hoffnung für die Zukunft sein, birgt aber auch Gefahren.

Dr. med. Ruedi Häuptle, Vertrauensarzt

*Das «Medical Board» behält den Überblick über das immer grösser werdende medizinische Angebot.*

ein Trägerverein gegründet: Die Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektoren (GDK), die Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte (FMH) und die Akademie der medizinischen Wissenschaften (SAMW) beteiligen sich daran.

Die Fachberichte des «Medical Board» geben einen Überblick über den aktuellen Stand des medizinischen Wissens zu einem bestimm-

ten Thema. Dieses wird aus Sicht der Medizin, der Ökonomie, der Ethik und des Rechts beleuchtet. Das «Medical Board» informiert die Ärzteschaft und die Öffentlichkeit. Seine gezielten Empfehlungen sollen unter anderem dazu führen, dass Behandlungsrichtlinien angepasst werden. Daraus kann auch ein Antrag an das Bundesamt resultieren, der verlangt, die Gesetzgebung ebenfalls entsprechend anzupassen.

### Grenzen sind deutlich

Das «Medical Board» hat seit 2008 sieben Fachberichte geschrieben und publiziert. Das ist positiv, zeigt aber gleichzeitig die Grenzen auf. Alle Probleme werden dadurch nicht gelöst, es kann jedoch dazu führen, dass in der Gesellschaft ein Umdenken stattfindet.



Personen, die gemeinsam Sport ausüben, verfolgen ein gemeinsames Ziel.

JUNG UND ALT

## Ehrenamtliches Arbeiten hoch im Kurs

**Sportliche, politische, wissenschaftliche und gesellschaftliche Vereine: Mit rund 100 000 Vereinen ist das Angebot in der Schweiz riesig. 50 Prozent der Schweizerinnen und Schweizer sind Mitglied in mindestens einem Verein. Weshalb machen so viele Menschen aktiv in einem Verein mit?**

Das Vereinsleben ist abwechslungsreich und spannend. Es hilft Kontakte mit Gleichgesinnten zu knüpfen, Freundschaften aufzubauen und zu festigen. Vereine unterstützen Jugendliche beim Heranwachsen. Der Trainer oder die Leiterin fungieren nicht nur als Coach, sondern sind auch Vorbilder. Die Vereinsmitglieder beeinflussen die Meinung der Jugendlichen: Sie formen die Persönlichkeit und fördern den Austausch von Gedanken und Idealen.

### Vereine halten fit

Ein Drittel der Schweizer Bevölkerung ist übergewichtig. Bereits jedes fünfte Kind ist heute übergewichtig oder fettleibig. Die gesundheitlichen Folgen sind dramatisch: Die meisten von ihnen werden sich auch als Erwachsene mit zu vielen Kilos herumschlagen. Diabetes,

Herz-Kreislauf-Probleme oder Atemstörungen werden zunehmen.

Das Freizeitverhalten der Kinder hat sich verändert: Schon früh verbringen sie viel Zeit vor dem Computer oder Fernseher. Sie spielen dafür seltener mit Freundinnen und Freunden im Freien, bewegen sich weniger. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Kinder in Sportvereinen mitmachen. Dort bewegen sie sich und lernen ihren Körper besser kennen. Sport beugt zudem einem ungesunden Lebensstil vor. Wie Studien bewiesen haben, trinken Jugendliche, die mehrmals wöchentlich Sport treiben, deutlich weniger Alkohol als solche, die keinen Sport machen. Sie rauchen auch weniger.

### Positiver Nebeneffekt

Herr und Frau Schweizer arbeiten äusserst gern ehrenamtlich. Dies belegt eine Auswertung des Bundesamtes für Statistik aus dem Jahr 2011. Ihr zufolge engagieren sich mehr als ein Drittel der Erwachsenen ehrenamtlich. Neben dem Gefühl, etwas Gutes getan zu haben, macht sich ein freiwilliges Engagement in einem Verein auch im Lebenslauf gut.

### Der Verein

Der Begriff «Verein» kommt von vereinen, eins werden, etwas zusammenbringen. Die Mitglieder verfolgen ein gemeinsames Ziel. Das schweizerische Recht kennt nur wenige zwingende Vorschriften als Voraussetzung, einen Verein zu gründen. Nötig sind insbesondere eine Gründungsversammlung, Statuten, die den gesetzlichen Anforderungen genügen, und die Wahl der statutarisch vorgesehenen Organe (zum Beispiel Vorstand und Revisoren).

FITNESS FÜR DEN KOPF, TEIL 5:

## Keine Angst vor Prüfungen

Kinder schreiben eine Prüfung, auf die sie sich vorbereitet haben. Den Stoff beherrschen sie. Doch plötzlich wissen sie nichts mehr: Blackout. Warum erinnern sich Kinder, aber auch Jugendliche und Erwachsene, während Prüfungen plötzlich nicht mehr ans Gelernte?

Vor allem Schülerinnen und Schüler mit Prüfungsangst leiden an Blackouts. Woher stammt dieses Phänomen? In diesen Situationen gleicht das Gehirn einem Computer mit plötzlichem Datenverlust. Die Daten gehen glücklicherweise nicht verloren, sie sind in diesem Moment einfach nicht abrufbar.

### Stress verursacht Blackout

Bis heute sind die Gründe, die zu einem Blackout führen, nicht vollständig geklärt. Man glaubt, dass evolutionsbedingte Mechanismen eine zentrale Rolle spielen. Hat der Mensch Angst oder Stress, laufen die gleichen körperlichen Reaktionen ab wie vor Hunderttausenden von Jahren. Früher musste der Mensch beispielsweise vor einem Tier flüchten. Dies löste in ihm Stress aus. Eine schwierige mündliche Prüfung kann zu den gleichen Reaktionen im Körper führen wie früher ein gefährliches Tier: Puls und Blutdruck steigen, die Muskeln verspannen sich. Der Körper schüttet vermehrt Stresshormone aus. Dies



Blackout – plötzlich ist der Kopf leer.

geschieht, auch wenn es nicht um Leben oder Tod geht, sondern «nur» eine Prüfung ansteht.

Ein gewisses Mass an Stresshormonen ist positiv, weil dadurch das Gehirn besser durchblutet wird. Kinder und Jugendliche können sich besser konzentrieren und sind aufmerksamer. Sind zu viele Stresshormone vorhanden, können Gedächtnisareale aussetzen. Das Gehirn kann Wissen nicht mehr abrufen. Diesen Moment bezeichnet man als Blackout.

### Entspannungsübungen helfen

In einer Prüfungssituation geht es darum, die Produktion von Stresshormonen zu beeinflussen. Betroffene sollen versuchen zu vermeiden, dass diese Hormone stark ausgeschüttet werden. Wie schaffen sie das? Studien haben gezeigt, dass Entspannungsübungen die Hormonproduktion beeinflussen. Die Muskeln werden

besser durchblutet, sie sind weniger verspannt und der Stress wird abgebaut.

### Mein Tipp

Spitzensportler machen es vor: Sie machen Entspannungsübungen als Ritual vor Stresssituationen. Versuchen Sie Folgendes: Zeigen Sie Ihrem Kind, wie es einen Muskel anspannen und wieder lösen kann. Ihr Kind kann sich die eigene Stirn massieren oder an etwas Schönes denken.

Versuchen Sie es – es lohnt sich bestimmt! Ich wünsche Ihnen und Ihrem Kind viel Erfolg dabei!



Ihr Lukas Zahner

PD Dr. phil., Mitglied Institutsleitung am Institut für Sport und Sportwissenschaften der Uni Basel

HAUT

## Richtig geschützt in den Sommer



Auch eine vorgebräunte Haut schützt nicht vor Sonnenbrand.

**Der Frühling hält Einzug. Nach den langen dunklen Tagen muss die Haut sich erst wieder an die Ultraviolettstrahlung (UV-Strahlung) gewöhnen. Ist es möglich, die Haut auf die Sonne vorzubereiten?**

Es gibt unterschiedliche «Mythen», wie die Haut auf die Sonne vorbereitet werden kann. So soll es zum Beispiel helfen, regelmässig das Sonnenstudio zu besuchen oder sich über die Nahrung viel L-Carnitin (vitaminähnlicher Wirkstoff) zuzuführen. Wie Studien zeigen, schützen diese Massnahmen die Haut aber nicht vor Sonneneinstrahlung.

Es gibt drei Arten von UV-Strahlen: UV-A, UV-B und UV-C. UV-C-Strahlen kommen nur in der natürlichen Sonnenstrahlung vor. Sie sind äusserst aggressiv und können Hautkrebs verursachen. In Solarien gibt es nur UV-A- und

UV-B-Strahlen. Diese bräunen die Haut. Eine vorgebräunte Haut schützt aber nicht vor Sonnenbrand oder Hautkrebs. Deshalb müssen sich auch Menschen mit gebräunter Haut mit einem Sonnenschutz eincremen.

### Diese fünf Tipps schützen die Haut:

- Die Haut in der Mittagszeit (11 bis 15 Uhr) nicht direkt der Sonne aussetzen.
- Den Kopf mit einem Hut bedecken.
- Die Haut mit dem geeigneten Sonnenschutz eincremen.
- Immer eine Sonnenbrille tragen.
- Keine Solarien besuchen.

### Weblink

► [www.krebsliga.ch](http://www.krebsliga.ch)

## Fokus: Balance

**Betriebliches Gesundheitsmanagement soll Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zufrieden machen. Die Unternehmen wollen den Mitarbeitenden eine Balance zwischen privatem und beruflichem Alltag ermöglichen.**

Ein ausgeglichener und zufriedener Mitarbeiter erzielt bessere Leistungen und arbeitet motivierter. Um zufriedene Mitarbeitende zu haben, müssen sich Unternehmen mehr einfallen lassen, als beispielsweise gratis Obst und Kaffee anzubieten. Mitarbeitende erwarten, dass die Vorgesetzten sie in operative Geschäftsentscheide mit einbeziehen. Sie wollen mitreden und ernst genommen werden. Ist dies der Fall, identifizieren sie sich besser mit dem Unternehmen und sind bereit, mehr zu leisten. Andere Auslöser für Unmut am Arbeitsplatz können ein zu hoher Leistungsdruck, eine zu geringe Handlungskompetenz oder eine unzureichende oder gar fehlende Kommunikation sein.

### Kraft der Wertschätzung

Doch was braucht es, um einen Mitarbeiter zufriedener zu machen? Mit guten Arbeitsbe-

dingungen und einem ergonomischen Arbeitsplatz (siehe Infobox) fördert man einerseits die Gesundheit und Motivation des Mitarbeitenden nachhaltig. Andererseits werden dadurch die Produktivität, die Produkt- und Dienstleistungsqualität und die Innovationsfähigkeit des Unternehmens gesteigert. Somit profitieren beide Parteien. Führungskräfte unterschätzen häufig die Kraft der Wertschätzung. Mitarbeitende gewichten Lob für gute Arbeit zum Teil stärker als eine finanzielle Abgeltung.

### Analysieren, priorisieren, umsetzen

Um die Probleme und den Handlungsbedarf herauszufinden, eignen sich folgende Methoden besonders gut:

- Fragebogen
- Einzel- oder Gruppeninterview
- Workshop

Dies zeigt eine Studie der Universität Bielefeld in Deutschland. Wenn Führungskräfte die Defizite erkannt haben, muss festgelegt werden, was dagegen unternommen werden kann. Prioritär umzusetzen sind die Massnahmen mit dem grössten Nutzen.



### Der ergonomische Arbeitsplatz

**Bürostuhl:** Wichtig ist ein guter Bodenkontakt mit den Füßen. Die Stuhlhöhe muss so gewählt sein, dass Ober- und Unterschenkel einen Winkel von mindestens 90 Grad bilden. Die Rückenlehne ist so eingestellt, dass der Mitarbeitende gestützt und senkrecht sitzt.

**Bürotisch:** Der Tisch soll in der Höhe verstellbar werden können. Der Winkel zwischen Ober- und Unterarm beträgt auch hier mindestens 90 Grad. Nacken und Schulter sind immer in einer entspannten Haltung.

**Licht:** Eine optimale Beleuchtung des Arbeitsplatzes vermindert das Risiko von bleibenden Augenschäden und fördert die Konzentration. Fenster, Sonne und sonstige Lichtquellen müssen berücksichtigt werden.

Neben einem ergonomisch eingerichteten Arbeitsplatz ist es wichtig, dass sich Mitarbeitende regelmässig bewegen, frische Luft ins Büro lassen und genügend trinken.

## Was Grossmutter noch wusste...!

### ... gegen schlecht heilende Wunden

Man nehme echten, reinen Bienenhonig und bestreiche die Wunde damit. Die Wirkung ist erstaunlich.  
Marianne Fischer, Zollbrück



**Gerne veröffentlichen wir interessante und nützliche Tipps von Leserinnen und Lesern.**

Tipps einsenden an: Redaktion SICHER,  
Haldenstrasse 25, 6006 Luzern

Publizierte Beiträge werden mit  
100 Franken belohnt!



## verkehrshaus.ch



### Verkehrshaus der Schweiz

Das Verkehrshaus der Schweiz ist heute das meistbesuchte Museum der Schweiz. Im Jahre 2009 feierte es das 50-jährige Jubiläum. Gehen Sie auf Entdeckungsreise und tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Verkehrsgeschichte oder Reisen sie ins Reich der Sterne. Weitere Informationen unter [www.verkehrshaus.ch](http://www.verkehrshaus.ch)

## Kreuzworträtsel Frühling 2012

Lösen Sie das Kreuzworträtsel und gewinnen Sie  
2 x 2 Gratiseintritte für Erwachsene ins Verkehrshaus  
der Schweiz.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

### Senden Sie uns das Lösungswort

(inkl. Angabe Ihrer Adresse und Ihres Versicherers) ...

... via [www.krankenversicherer.ch](http://www.krankenversicherer.ch) oder

... mittels **Postkarte** an

Redaktion SICHER, Haldenstrasse 25, 6006 Luzern.

### Einsendeschluss: 25. Mai 2012

Die Gewinner werden ausgelost und persönlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Ihre Daten werden ausschliesslich für den Wettbewerb verwendet.

Applaus	weibl. Vorname	nord-amerik. Indianerstamm	frz. Betonungszeichen	grosser nord. Hirsch
↙	↓		↓	↻ <sub>1</sub>
Begleiter eines Gesandten		röm. 200	↻ <sub>3</sub>	arabischer Fürstentitel
↙	↻ <sub>4</sub>	Autokz. Appenzell Inner-rhoden		frz.: dich
einheim. Eulenart	gegen, wider	↻ <sub>2</sub>	↻ <sub>5</sub>	
Mann zu Pferd				12 raetsel.ch

ERFOLGREICHES 2011

## Krankenkasse Birchmeier schliesst erfolgreich ab

«Wir sind auf gutem Weg.» Seit Jahren zählt die Krankenkasse Birchmeier zu den gesunden, im Kanton Aargau verankerten Krankenkassen. Auch das vergangene Geschäftsjahr 2011 darf sich sehen lassen. Die Anzahl der Versicherten in der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP) hat um fünf Prozent zugenommen. Zudem weist die Krankenkasse Birchmeier einen Unternehmensgewinn von 1100 431 Franken aus. Dies ermöglichte, die Reserven um 4,43 Prozent aufzubauen.

Mit dem Zugang von 402 Neuversicherten in der OKP ist die Krankenkasse Birchmeier erfreulich ins Geschäftsjahr 2012 gestartet. Die Zunahme von fünf Prozent auf den Gesamtbestand von

8 508 Personen entspricht exakt dem Wachstumsziel, das Geschäftsleitung und Vorstand anvisiert hatten.

Auch aus finanzieller Sicht präsentiert sich das vergangene Geschäftsjahr von seiner positiven Seite. Dank effizienter Kostenkontrolle konnte in der OKP ein Unternehmensergebnis von beachtlichen 1100 431 Franken erwirtschaftet werden. Der Reservesatz in der Grundversicherung erhöhte sich dadurch um 4,43 Prozent auf gesamthaft 25,14 Prozent. Damit liegt der Reservesatz über dem gesetzlich vorgeschriebenen Minimum von 20 Prozent.

Weitere Informationen entnehmen Sie auf unserer Webseite [www.kkbirchmeier.ch](http://www.kkbirchmeier.ch).



Die Komplementärmedizin liegt im Trend.

KOMPLEMENTÄRMEDIZIN

## Zweite Chance für die Alternativmedizin

Das Schweizer Stimmvolk hat im Mai 2009 die Aufnahme der Komplementärmedizin in der Verfassung verankert. Dieser Entscheid schlägt sich ab diesem Jahr in den Leistungen der Krankenversicherung nieder.

Fünf Methoden der Komplementärmedizin werden seit 1. Januar 2012 wieder aus der Grundversicherung vergütet. Die neue Regelung gilt vorläufig für sechs Jahre bis zum 31. Dezember 2017. Bedingung, dass die fünf Methoden aus der Grundversicherung vergütet werden, ist, dass ein Facharzt mit FMH-Fähigkeitsausweis die Behandlung durchführt.

Bis anhin war Akkupunktur die einzige Komplementärmethode, die aus der Grundversicherung vergütet wurde. Seit Anfang 2012 kommen folgende Methoden dazu:

- anthroposophische Medizin,
- Homöopathie,

- Neuraltherapie,
- Phytotherapie und
- traditionelle chinesische Medizin (TCM).

Werden diese Behandlungen nicht durch Ärzte, sondern durch nicht-ärztliche Therapeuten durchgeführt, sind sie durch unsere Zusatzversicherungen sanvita Plus oder activa Plus gedeckt. Ebenfalls gilt dies für weitere Methoden, die bei der Krankenkasse Birchmeier anerkannt sind: Craniosacraltherapie, Osteopathie, Kinesiologie und weitere. Diese müssen von uns anerkannten Therapeuten durchgeführt werden.

## Ein starkes Gespann

Positiv gestartet sind die Zusatzversicherungen, welche die Krankenkasse Birchmeier anbietet. Seit gut einem Jahr arbeiten wir im Zusatzversicherungsgeschäft (VVG) sehr erfolgreich mit innova zusammen. innova ist im Kanton Bern domiziliert. 2011 wurde sie – im Rahmen einer von Comparis durchgeführten Kundenzufriedenheitsumfrage – unter den 20 grössten Krankenversicherern zum beliebtesten Krankenversicherer erkoren. innova ergänzt die Krankenkasse Birchmeier optimal. Die Zusammenarbeit, die sich durch Transparenz, Partnerschaft und Zuverlässigkeit auszeichnet, ist hervorragend. Die von innova angebotenen Produkte sind ausgesprochen attraktiv. Es erstaunt daher nicht, dass wir das Prämienvolumen bei den Zusatzversicherungen im Geschäftsjahr 2011 um zehn Prozent steigern konnten.



SWISS DRG

# Neue Spitalfinanzierung für stationäre Spitalaufenthalte

Krankenkasse Birchmeier  
Hauptstrasse 22  
5444 Künten  
Tel. 056 485 60 40  
info@kkbirchmeier.ch  
www.kkbirchmeier.ch

**Am 1. Januar 2012 wurde «SwissDRG» eingeführt – ein neues Finanzierungsmodell für die stationären Spitalleistungen in der Schweiz. «SwissDRG» ist ein diagnoseabhängiges Fallpauschalen-Tarifsysteem. Vieles ist neu an den administrativen Strukturen – also hinter den Kulissen der medizinischen Versorgung. Für die Patientinnen und Patienten ändert sich aber wenig.**

## 1. Änderung: Kantonsgrenzen fallen

Patienten erhalten ab 2012 eine wesentlich **grössere Auswahl an frei wählbaren Spitälern** als bisher. **Denn neu beteiligt sich der Wohnkanton auch an Kosten ausserkantonalen Spitalaufenthalte.**

Was unverändert bleibt: Zwar deckt die Grundversicherung alle medizinischen Leistungen ab und individuelle Mehrleistungen (freie Arztwahl und Komfort, Halbprivat oder Privat) werden durch entsprechende Spitalzusatzversicherungen bezahlt. Wenn die Tarife im Behandlungskanton höher sind als im Wohnkanton, braucht es eine Zusatzversicherung.

## 2. Änderung: Gleich lange Spiesse für «öffentlich» und «privat»

Die zweite wesentliche Neuerung ist, dass sich der Wohnkanton mit einem fixen Verteilschlüssel an allen stationären Behandlungen beteiligt. Allerdings nur bei Behandlungen, die von einem sogenannten Listenspital durchgeführt werden. **Private und öffentliche Spitäler werden neu gleich behandelt.**

Neu gibt es also «Listenspitäler» (mit Auftrag und Mitfinanzierung durch den Kanton) und «Vertragsspitäler» (ohne Mitfinanzierung durch den Kanton). Die neue Spitalliste des Kantons Aargau kann im Internet unter [www.ag.ch/gesundheitsversorgung/de/pub/spitalliste\\_2012.php](http://www.ag.ch/gesundheitsversorgung/de/pub/spitalliste_2012.php) abgerufen werden.

## 3. Änderung: Abrechnungsgrundlage «SwissDRG»

Die bisherige Vielfalt der Spitaltarife für die stationären Leistungen wird durch ein schweizweit einheitliches und international erprobtes Entschädigungssystem nach dem Fallpauschalen-Prinzip abgelöst. Es wird mit

«Diagnosis Related Groups» (DRG) bezeichnet und signalisiert, dass die Rechnungshöhe nicht mehr von Einzelleistungen, sondern von der Diagnose abhängig ist. Mit anderen Worten: Ab 2012 hat die Behandlung für die gleiche Diagnose landesweit die gleiche Tarifposition. Mit «SwissDRG» werden die Kostenvergleiche zwischen den Spitälern verbessert. Der dadurch entstehende Wettbewerb soll Einsparungen bringen. Das ist eines der wesentlichen politischen Ziele des neuen Tarifsystems.

## Befürchtungen und Vorbehalte – Hat DRG Einfluss auf die Behandlungsqualität?

Der Gefahr, dass Patientinnen und Patienten zu früh entlassen oder nicht mehr umfassend behandelt würden, müssen die Spitäler mit verbesserten Qualitätssicherungssystemen begegnen. Denn: Für Wiedereintritte während eines bestimmten Zeitabschnitts werden keine neuen Entschädigungen vergütet.

## Steigen mit «SwissDRG» die Gesundheitskosten?

Kurzfristig werden die Krankenkassen im Kanton Aargau deutlich mehr bezahlen müssen. Auf der einen Seite übernimmt der Kanton seit Anfang 2012 nur 47 Prozent der Kosten, während andere Kantone bereits 55 Prozent übernehmen. Nach der Übergangsphase müssen ab 2017 alle Kantone zwingend 55 Prozent der stationären Kosten übernehmen. Auf der anderen Seite wird der administrative Aufwand für die Kontrolle der Spitalrechnungen – vor allem in der Startphase – für die Krankenkassen deutlich höher sein. Durch die neue Vergleichbarkeit der Spitäler sollen die Kosten längerfristig jedoch stabilisiert oder sogar gesenkt werden.

### Achten Sie auf eine ausgewogene Deckung durch die Zusatzversicherung

Im Unterschied zur obligatorischen Grundversicherung sind die Versicherer bei den Zusatzversicherungen nicht gezwungen, jede Person zu versichern. Sie können vor Abschluss einer Zusatzversicherung eine Gesundheitsprüfung verlangen und den Antrag ablehnen. Dies gilt auch bei einem Wiederversicherungsgesuch. Es kann deshalb sein, dass ein Kunde die gewünschte Zusatzversicherung zu einem späteren Zeitpunkt nicht mehr abschliessen kann. Oder dass er – meistens aufgrund des Alters – höhere Prämien bezahlt oder einen Versicherungsausschluss akzeptieren muss.

Bei Interesse beraten wir Sie gerne über Ihre Versicherungsmöglichkeiten.