

SICHER

mit meiner Krankenkasse

- 3 Nichtraucher werden belohnt
- 4 Arztrechnungen prüfen
- 6 Kardiologische Rehabilitation
- 8 Mogeln bei Gesundheitsfragen?





Liebe Leserin Lieber Leser

In dieser Ausgabe widmen wir uns dem neuen Ärztetarif. Wenn Ärztinnen und Ärzte ihren Patientinnen und Patienten Rechnung stellen, wenden sie einen einheitlichen Tarif an: den TARMED. Der Bundesrat hat diesen per 1. Januar 2018 angepasst und rechnet mit jährlichen Einsparungen von rund 470 Millionen Franken. Nun fragen Sie sich sicher, wie dieses Sparziel erreicht werden kann. Als Patientin oder Patient können Sie einen wichtigen Beitrag leisten. Mehr dazu lesen Sie auf Seite 4.

Auf Seite 5 verrät Prof. Dr. phil. Lukas Zahner, wie Eltern ihre kranken Kinder zu Hause gesund pflegen. Nebst viel Liebe und Aufmerksamkeit kann auch eine medizinische Beratung per Telefon helfen.

Mogeln lohnt sich nicht! In unserem Versicherungsratgeber weisen wir auf die Wichtigkeit des gewissenhaften Beantwortens der Gesundheitsfragen für Zusatzversicherungen hin. Wussten Sie, dass der Versicherer die Kostenübernahme bei Vorliegen einer Anzeigepflichtverletzung verweigern kann? Erfahren Sie mehr auf Seite 8.

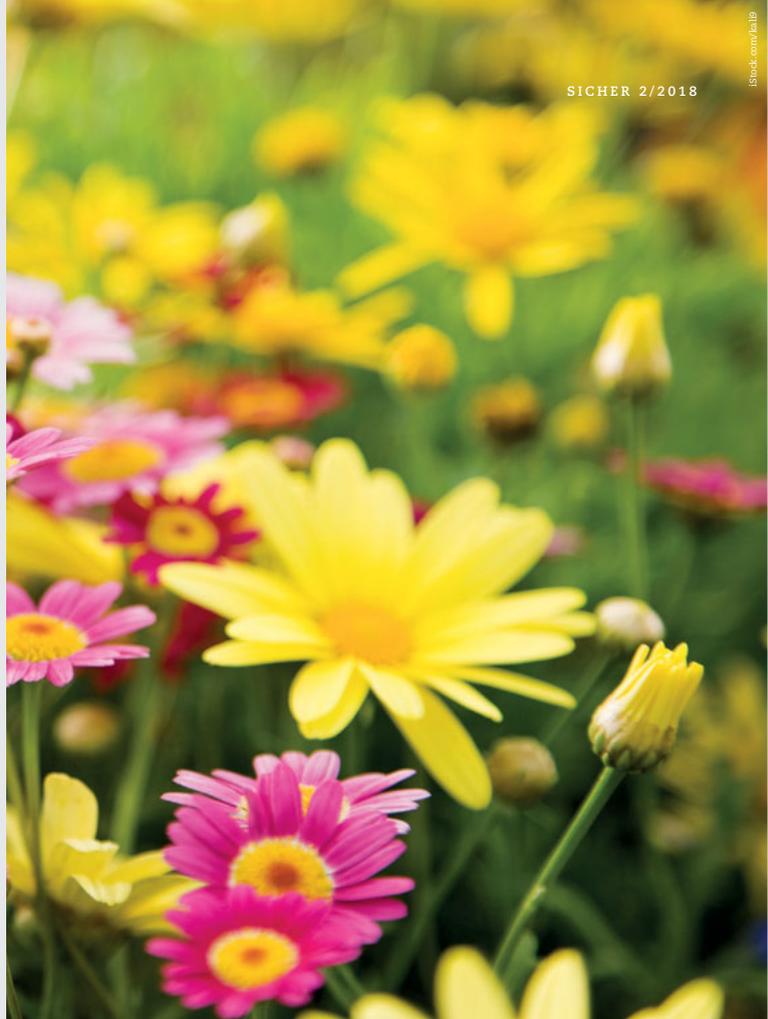
Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre.

Herzlich



Ihr Werner Kaufmann
Geschäftsführer
Krankenkasse Birchmeier

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



Saubere Kundenwerbung

Die Krankenkasse Birchmeier hat vom Internet-Vergleichsdienst comparis.ch das Gütesiegel «Saubere Kundenwerbung» erhalten.



Dieses Label zeichnet Krankenversicherer aus, die die Regeln des Gesetzes gegen unlauteren Wettbewerb (UWG) bei der Telefon- und E-Mail-Werbung einhalten. Dazu gehört auch, dass Angerufene transparent darüber informiert werden müssen, woher ihre Adresse stammt. Darüber hinaus müssen Lösch- und Sperrwünsche kontaktierter Personen befolgt werden.

Krankenkasse Birchmeier – Ihr Gesundheitspartner

Haben Sie Fragen und wünschen Sie weitere Informationen?
Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, damit wir für Sie die
richtige Lösung finden können. Gerne stehen wir Ihnen auch
ausserhalb der Bürozeiten zur Verfügung.



Telefonische Erreichbarkeit

Montag, Dienstag und Donnerstag	08.00–12.00 Uhr 14.00–17.00 Uhr
Mittwoch	09.00–12.00 Uhr 14.00–17.00 Uhr
Freitag	08.00–12.00 Uhr 14.00–16.00 Uhr

GESUNDHEIT

Nichtrauchende werden belohnt

Rauchen gefährdet die Gesundheit und beeinträchtigt die Lebensqualität – diese Fakten sind allgemein bekannt. Da Nichtraucherinnen und Nichtraucher gesünder leben und mit ihrer Lebensweise unser Gesundheitssystem entlasten, honorieren wir dieses gesundheitsbewusste Verhalten im Bereich der Zusatzversicherungen mit der Produktlinie «sanvita»: Sie umfasst die Spitalzuzusatzversicherungen «switch», «allgemein», «halbprivat» und «privat» sowie die ambulante Krankenzuzusatzversicherungen «plus1» und «plus2». «sanvita» richtet sich exklusiv an Nichtraucher – diese profitieren von Prämienvorteilen von bis zu 35 Prozent.

Sind Sie interessiert? Unsere Mitarbeiterinnen beraten Sie gerne.



Rechnungsprüfung: Ihre Hilfe ist gefragt

Ihre Arztbesuche werden nach einem einheitlichen Tarif abgerechnet, dem TARMED («Tarif médical»). Dieser ist zurzeit in aller Munde, da ihn der Bundesrat auf den 1. Januar 2018 angepasst hat. Mit diesem Eingriff sollen jährlich 470 Millionen Franken eingespart werden. Damit dieses Ziel erreicht wird, können auch Sie als Patientin oder Patient einen wichtigen Beitrag leisten – ganz einfach, indem Sie Ihre Arztrechnung genau prüfen.

Text: Andrea Nussbaumer, tarifsuisse ag

Die Arztrechnung – ein Buch mit sieben Siegeln?

Zugegeben, die Arztrechnung ist nicht einfach zu lesen. Formulierungen, die für den Laien nicht immer verständlich sind, sehr viele Informationen und noch mehr Zahlen. Trotzdem können Sie punktuell eine gezielte Prüfung vornehmen. Zunächst ist es natürlich wichtig, dass Sie immer eine Kopie Ihrer Rechnung verlangen, auch wenn Ihr Arzt diese direkt der Krankenkasse zustellt.

Worauf Sie achten sollten

Prüfen Sie zunächst, ob der korrekte Behandlungsgrund vermerkt wurde (Krankheit, Unfall, Prävention oder Mutterschaft) und Sie zu den angegebenen Daten tatsächlich Ihren Arzt aufgesucht haben.

Eine Neuerung betrifft die Abrechnung der am häufigsten verrechneten Leistungen im sogenannten «Zeittarif»: Konsultationen, Untersuchungen und Beratungen werden in Einheiten von fünf Minuten aufgeführt. Sie sehen also genau, ob die aufgelisteten Leistungen auch tatsächlich erbracht wurden und die abgerechnete Zeit mehr oder weniger mit der Dauer Ihres Arztbesuchs übereinstimmt.

Jede Arztrechnung sollte die Tarifziffer «00.0010 Konsultation, erste 5 Minuten (Grundkonsultation)» enthalten. Anschliessend folgt in der Regel die Tarifziffer «00.0020 Konsultation, jede

weitere 5 Minuten (Konsultationszuschlag)». Ihr Arzt darf diesen Konsultationszuschlag maximal zweimal pro Behandlung verrechnen. Eine Ausnahme bilden Kinder unter 6 Jahren und Personen über 75 Jahren, sowie bei einem nachgewiesenen erhöhten Behandlungsbedarf. Hier darf Ihr Arzt diese Ziffer viermal verrechnen. Anschliessend werden auf der Rechnung allfällige weitere von Ihrem Arzt erbrachte Leistungen aufgeführt, jeweils zusammen mit der Zeit, die er dafür aufgewendet hat (in Einheiten von fünf Minuten). Ausnahmen gibt es allerdings auch hier: Für einige Leistungen wird im Text keine Zeitangabe gemacht. Sie wissen somit nicht, wie lange diese Leistung im Normalfall dauert und wie viel Zeit Ihr Arzt entsprechend zusätzlich dafür in Rechnung stellen darf. So ist beispielsweise die Zeit für die Durchführung eines Elektrokardiogramms (EKG) aus der Rechnung nicht ersichtlich. In der Tarifiedatenbank ist für ein EKG drei Minuten hinterlegt, für ein Belastungs-EKG sind es zwischen 18 und 25 Minuten. Diese Zeit sollten Sie zusätzlich in der Praxis verbracht haben (vgl. Beispiel).

Ihr Arzt ist berechtigt, auch Leistungen zu verrechnen, die er in Ihrer Abwesenheit für Sie erbracht hat (z.B. Einholen von Auskünften bei anderen behandelnden Ärzten, Gespräche mit Angehörigen, Aktenstudium etc.). Diese muss er aber auf der Rechnung genau ausweisen und die Zeit, die er dafür aufgewendet hat, auf die Minute genau angeben. Wenn Sie unsicher sind, können Sie von Ihrem Arzt Auskunft darüber

verlangen, was er genau getan hat. Zudem darf er diese Leistungen nicht beliebig verrechnen: Für Leistungen in Abwesenheit des Patienten darf er maximal 30 Minuten innerhalb von drei Monaten in Rechnung stellen, und zwar unabhängig davon, um welche Leistung es sich handelt. Der Arzt kann also beispielsweise 7 Minuten für die Tarifposition «Aktenstudium in Abwesenheit des Patienten» und 23 Minuten für «Erkundigungen bei Dritten in Abwesenheit des Patienten» auführen (dies kann am selben Tag geschehen oder auf mehrere Tage verteilt). Aber die Limite von 30 Minuten wurde in unserer Beispielrechnung erreicht und er darf die nächsten drei Monate keine weiteren Leistungen in Abwesenheit mehr verrechnen. Ausnahmen bilden auch hier Kinder unter 6 Jahren, Personen über 75 Jahre und Patienten mit erhöhtem Behandlungsbedarf, für die diese Zeitlimite 60 Minuten beträgt.

Sie können auf der Rechnung weiter prüfen, ob Sie alle fakturierten Medikamente und Materialien in der angegebenen Packungsgrösse erhalten haben und Sie in deren Anwendung und in der Bedienung von technischen Hilfsmitteln entsprechend instruiert wurden.

Was können Sie tun?

Wenn Sie Zweifel an der Korrektheit Ihrer Arztrechnung haben, sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die betreffenden Positionen.

Lassen Sie sich alle unklaren Positionen ausführlich von ihm erklären. Informieren Sie die Krankenkasse schriftlich über die von Ihnen beanstandeten Positionen, wenn Ihr Arzt nicht gewillt ist, zur Rechnung Stellung zu nehmen. Auch die Krankenkasse hilft Ihnen bei unklaren Positionen gerne weiter. Und zu guter Letzt: Bezahlen Sie die Arztrechnung erst, wenn sie korrekt ist.

Beispiel: Herr Muster beim Arzt

Herr Muster erhält für seinen Arztbesuch vom 1. Februar 2018 eine Rechnung. Er war von 08.00 bis 08.40 Uhr im Behandlungszimmer. Der Arzt verrechnet dafür folgende Positionen:

- 00.0010 Konsultation, erste 5 Min. (Grundkonsultation)
- 00.0020 Konsultation, jede weitere 5 Min. (Konsultationszuschlag)
- 00.0030 Konsultation, letzte 5 Min. (Konsultationszuschlag)
- 17.0090 Belastungs-EKG, Ergometrie

Diese Arztrechnung ist korrekt. Der Arzt hat für die Konsultation von Herrn Muster 40 Minuten verrechnet (15 Minuten Konsultation sowie 25 Minuten für ein Belastungs-EKG).

Krankes Kind zu Hause – was tun?

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen: Verschiedene Organe, beispielsweise die Niere oder die Leber, sind noch nicht voll funktionsfähig. Bei einer Krankheit wirkt sich das auf den Genesungsprozess aus. Eltern müssen oft schwierige Entscheidungen treffen: «Kann ich die Erkrankung meines Kindes richtig einschätzen? Kann ich die Verantwortung für die Pflege selbst übernehmen? Bleibe ich zu Hause bei meinem kranken Kind oder gehe ich zur Arbeit?».

Text: Prof. Dr. phil. Lukas Zahner

Zum Glück gibt es heute ausgezeichnete telefonische Informationsmöglichkeiten. Man kann die verschiedenen Krankheitssymptome des Kindes mit einer medizinischen Fachperson diskutieren und so besser entscheiden, welche Unterstützung für dessen Genesung optimal ist.

Dabei geht es zum einen um die Anwendung einfacher Hausmittel und die Verabreichung von Medikamenten. Was aber oft viel wichtiger ist: Nehmen Sie sich Zeit für Ihr Kind. Zuwendung ist häufig die beste Medizin. Wie alt Ihr Kind auch sein mag, es darf sich mit seiner Krankheit nicht alleine fühlen. Zentral sind

körperliche Nähe, physische und psychische Streicheleinheiten von Ihnen selbst oder den Geschwistern. Verwöhnen Sie Ihr Kind mit seinem Lieblingsessen, seiner Lieblingsmusik oder einem Überraschungsgeschenk. Ihr Kind muss spüren, dass Ihnen sein Wohlergehen am Herzen liegt. Ihre Arbeit oder andere Verpflichtungen sollten in dieser Situation zur zweiten Priorität werden. Ihr Arbeitgeber wird Verständnis zeigen (müssen).

Viel Erfolg bei der Unterstützung Ihres Kindes wünscht Ihnen
Ihr Lukas Zahner



PRÄVENTION

Zuwendung ist zentral für den Genesungsprozess von Kindern.



Prof. Dr. phil. Lukas Zahner
Mitglied der Departementsleitung
am Departement für Sport, Bewegung
und Gesundheit

Kardiologische Rehabilitation

Die koronare Herzkrankheit (KHK) zählt zu den häufigsten Herz-Kreislauf-Krankheiten. Das Risiko, daran zu erkranken, beträgt hierzulande für Männer 23 Prozent und für Frauen 18 Prozent. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in der Schweiz die häufigste Todesursache und der dritthäufigste Hospitalisierungsgrund (Bundesamt für Statistik, 2015).

Text: Dr. med. Jean-Marie Schnyder und Dr. med. Radovan Molcan, Luzerner Höhenklinik Montana

Die KHK entsteht als Manifestation der Arteriosklerose, einer degenerativen Gefässerkrankung, welche auch für zerebrovaskuläre Insulte (Hirnschlag) und Durchblutungsstörungen in den Beinen sowie Nierenversagen verantwortlich ist.

Zur effektiven Behandlung der KHK stehen heute invasive und nichtinvasive Behandlungsformen zu Verfügung. Zu den invasiven zählen die Angioplastie (Ballonkatheter- und Stent-Behandlung) und die Bypass-Operation. Eine invasive Therapie muss in jedem Fall durch begleitende medikamentöse Massnahmen ergänzt werden. Dazu gehören gerinnungshemmende Medikamente, Lipidsenker, Blutdruckmedikamente und Betablocker, welche die erneute Krankheitsmanifestation verhindern und die Sterblichkeit verringern können.

Nichtinvasive Behandlungsformen sind die Prävention und die Rehabilitation. Eine Lebensstilveränderung, Nikotinkarenz, gesunde Ernährung, Gewichtsreduktion und Bewegung gehören zur primären Prävention, die Rehabilitation stellt die sekundäre Prävention dar.

Gross angelegte Studien haben bestätigt, dass die kardiale Rehabilitation nach einem Herzinfarkt oder einer Bypass-Operation das Sterblichkeitsrisiko in den nächsten

zwölf Monaten um 20 bis 25 Prozent reduziert (Cardiovascular Health Clinic at Mayo Clinic, Rochester). Der Erfolg der kardialen Rehabilitation ist vergleichbar mit dem Einsatz von Statinen (Cholesterinsenker), Betablockern und Aspirin. Allerdings nehmen weniger als 30 Prozent der Patienten nach einer KHK an Reha-Massnahmen teil. Zu den wissenschaftlich gesicherten Wirkungen eines kardiovaskulären Rehabilitationsprogramms gehören unter anderem:

- Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Senkung der Rehospitalisationshäufigkeit und von Aufenthaltskosten
- Verbesserung der Lebensqualität und Verminderung der psychosozialen Krankheitsfolgen
- Senkung der Dauer der Arbeitsunfähigkeit und vermehrte Rückkehr an den Arbeitsplatz
- Stabilisierung und eventuell sogar Rückgang der Gefäss-Atheromatose
- Stabilisierung der Herzinsuffizienz
- Senkung der Mortalität
- Kosteneffektivität, sowohl individuell als auch gesellschaftlich

Fazit: Die kardiale Rehabilitation wird trotz hoher Effektivität und Effizienz in der Schweiz zu wenig in Anspruch genommen.

Kardiologische Rehabilitation wirkt effektiv wie ein Medikament.



Luzerner Höhenklinik Montana: kurz vorgestellt



Die Luzerner Höhenklinik Montana liegt auf dem Hochplateau von Grans-Montana, auf 1500 Meter über Meer. Sie ist eine Institution für Rehabilitation, Behandlung von Atemwegserkrankungen, Schlafstörungen, Orthopädie, Herz-Kreislauf- sowie psychosomatische Krankheiten.

Interview: Chantal Koller

Mit dem Rückgang der Tuberkulose nahm das Luzerner Sanatorium immer mehr auch Patienten mit anderen Krankheiten auf, weshalb es 1969 in «Luzerner Höhenklinik» umbenannt wurde. Seit dem 1. Januar 2008 werden die öffentlichen kantonalen Spitäler (Kantonsspital Luzern, kantonales Spital Sursee/Wolhusen und Luzerner Höhenklinik Montana) unter gemeinsamem Dach als Luzerner Kantonsspital geführt. Damit verbunden waren die Verselbständigung mit neuer Rechtsform als öffentlich-rechtliche Anstalt und der Aufstieg zum zweitgrössten Unternehmen der Zentralschweiz. Die Luzerner Höhenklinik Montana ist einer der vier Standorte des Luzerner Kantonsspitals. Organisatorisch gehört sie zum Departement Spezialkliniken.

■ www.lhm.ch



Dr. med. Jean-Marie Schnyder hat am 1. April 2014 den Chefarztposten und die Leitung der Luzerner Höhenklinik Montana (LHM) übernommen. Der Walliser arbeitete ab 2009 als leitender Arzt des Departements Innere Medizin am Centre Hospitalier du Valais Romand. Zuvor war er am Basler Kantonsspital sowie in der Klinik

Barmelweid tätig. Jean-Marie Schnyder verfügt über den Facharzttitel in Allgemeiner Innerer Medizin, Pneumologie sowie Physikalischer Medizin und Rehabilitation.

Was zeichnet die Luzerner Höhenklinik Montana aus?

Die LHM bietet qualitativ hochstehende medizinische Leistungen in fünf Fachgebieten: pneumologische, psychosomatische, kardiologische, muskuloskeletale und medizinisch-onkologische Rehabilitation. Dies bedingt allerdings ein breites Therapieangebot (Physiotherapie, Psychotherapie, Ergotherapie, passive Therapiemassnahmen, Ernährungstherapie, Patientenschulung usw.). Die Patienten erfreuen sich eines hellen Einzelzimmers (die meisten mit Südsicht). In einer familiären Atmosphäre mit langjährigem, hochmotiviertem Personal wird ein optimales Umfeld auf dem Weg zur Genesung angeboten.

Mit welchen Herausforderungen ist die LHM konfrontiert?

In den letzten Jahren sind wir als kantonale Rehabilitationsklinik zunehmend mit medizinisch komplexen Patienten konfrontiert. Dies setzt den optimalen Einsatz der Ressourcen bei kostendeckender Finanzierung (mit dem bestehenden Tarifsysteem) voraus.

Welche Innovationen können von der LHM erwartet werden?

Durch die kontinuierliche Weiterentwicklung der elektronischen Krankengeschichte (Patientendossier) wird die Einbindung des Patienten in den therapeutischen Ablauf optimiert, was folglich zur Effizienzsteigerung beiträgt.

Mogeln bei den Gesundheitsfragen erlaubt?

Im Gegensatz zur Grundversicherung herrscht bei Zusatzversicherungen die sogenannte «Vertragsfreiheit». Die Krankenkassen können entscheiden, ob sie einen Interessenten in die Versicherung aufnehmen oder ablehnen. Um das Versicherungsrisiko einzuschätzen, stellen die Kassen eine Reihe von Fragen zur Gesundheit.

Text: Elisabeth Janssen



Für die Antragsteller ist das Ausfüllen des Fragenkatalogs meist lästig. Die Versuchung ist gross, die Gesundheitsfragen nur zu überfliegen. Das kann im Krankheitsfall gravierende finanzielle Folgen haben. Stellt der Versicherer nämlich fest, dass das Leiden bei Vertragsabschluss bereits bestanden hat oder dass es sich um einen Rückfall in eine frühere Krankheit handelt, kann er im Rahmen der Anzeigepflichtverletzung (Art. 6 Abs. 3 des Versicherungsvertragsgesetzes) die Kostenübernahme verweigern.

Obwohl die meisten Personen medizinische Laien sind, liegt es in der Verantwortung des Antragstellers, die Gesundheitsfragen vollständig und korrekt zu beantworten. Lassen Sie die Fragen auf keinen Fall vom Berater beantworten oder sich gar zu unwahren Angaben verleiten.

Wir beraten Sie gerne:
Krankenkasse Birchmeier, Telefon 056 485 60 40
info@kkbirchmeier.ch



Was Grossmutter noch wusste...!

... gegen Sodbrennen

Ganze ungeschälte Mandeln im Mund zu einem feinen Brei zerkauen und herunterschlucken. Besonders empfehlenswert ist dieser Tipp während der Schwangerschaft.

Carmen Werren, Langnau

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!

Kreuzworträtsel Frühling 2018



seit 1925
TIER | PARK | GOLDAU

Tages-Anzeiger

Lösen Sie das Kreuzworträtsel und gewinnen Sie ein Jahresabonnement für den Tages-Anzeiger oder eine von zwei Familienkarten für den Natur- und Tierpark Goldau.

Senden Sie uns das Lösungswort (inklusive Angabe Ihrer Adresse und Ihres Versicherers) via www.rvk.ch/kreuzwortraetsel oder auf dem Postweg an: Redaktion SICHER, Haldenstrasse 25, 6006 Luzern.

Einsendeschluss: 31. Mai 2018

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

Liebeserlebnis	↖	kurz für: heran	trop. Gewürz	span. Ausruf samb. Hptst.	↖	ital. Gebirgsjäger Mz.
Grossaffe	↙			1		
Männername	▶				2	
Verbrecherbanden (engl.)	▶	3			best. Artikel (4. Fall)	
	↙		trock. Flussbett (Wüste)			
▶	4					
altam. Kulturvolk in Mexiko		Fürstin in Indien	▶			
						raetsel.ch

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

Redaktion SICHER · Haldenstrasse 25 · 6006 Luzern

P.P.
6006 Luzern