



**Vorsorge
und Früherkennung**
Chancen für die Gesundheit

**Vorsorge und Früherkennung
für ein gesundes Älterwerden**

Ratgeber

Inhalt

Grußwort	4
Wie bleiben wir im Alter gesund?	6
Was ist Vorsorge?	8
Was ist Früherkennung?	10
Was ist Nachsorge?	11
Für und Wider von Vorsorge und Früherkennung .	12
Vorsorge und Früherkennung auf einen Blick ...	14
Die Rolle der hausärztlichen Praxis	23
Regelmäßig an die Untersuchungen denken	24
Wo finde ich weitere Informationen?	26

Grußwort

Wenn wir uns um unsere Gesundheit kümmern wollen, denken wir meist an gesunde Ernährung und viel körperliche und geistige Bewegung, welches sicherlich die wesentlichen Säulen für ein gesundes Älterwerden sind.

Einen wichtigen Bereich zum Erhalt der Gesundheit beachten wir jedoch oft nicht, nämlich Vorsorgeuntersuchungen wahrzunehmen. Dabei ist dies lohnend, denn früh entdeckt lassen sich häufig Erkrankungen verhindern oder erfolgreicher behandeln.

Im Alter sind regelmäßige Untersuchungen zur Vorsorge und Früherkennung besonders wichtig. Denn in dieser Lebensphase treten häufig Erkrankungen auf, deren Fortschreiten oder Wiederauftreten verhindert werden könnten.

Gesetzlich und privat Versicherte haben Anspruch auf kostenlose und regelmäßige Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen, doch werden diese oftmals nicht genutzt. Nur die Hälfte der Frauen und nur ein Drittel der Männer ab 18 Jahren gehen regelmäßig zu diesen Untersuchungen. Bei den über 55-Jährigen nehmen nur 26 Prozent alle Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen wahr.¹

Vielen Menschen mangelt es aber auch an entsprechenden Informationen. Eine Umfrage der BAGSO ergab, dass drei von vier

der Befragten über 50 Jahren nur teilweise oder gar nicht wissen, welche Untersuchungen ihnen zustehen und 83 Prozent es begrüßen würden, wenn sie ausführliche Informationen zu Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen erhielten.²

Für viele Menschen ist die hausärztliche Praxis dabei die erste und wichtigste Anlaufstelle. Hausärztinnen und Hausärzte begleiten ihre Patientinnen und Patienten oft über viele Jahre hinweg und können daher besonders gut dabei unterstützen, passende Vorsorgeangebote wahrzunehmen. Ein vertrauensvolles Gespräch kann helfen, Unsicherheiten abzubauen und Gesundheitsrisiken frühzeitig zu erkennen.

Diese Broschüre informiert daher über alle Angebote der Früherkennung und Vorsorge, die von den Krankenkassen bezahlt werden.

Nutzen Sie alle Chancen, um Ihre Gesundheit zu erhalten!



Dr. Regina Göpfer
Vorsitzende
der BAGSO



Prof. Dr. Nicola Buhlinger-Göppfarth
Bundesvorsitzende des Hausärztinnen-
und Hausärzteverbandes



Wie bleiben wir im Alter gesund?

Es gibt viele Ansätze, um gesund zu altern. Eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung können altersbedingte Erkrankungen verhindern oder zumindest verzögern und die Muskelkraft sowie die Knochengesundheit erhalten. Dies gilt auch für diejenigen, die erst im höheren Alter damit beginnen. Körperliche Aktivitäten unterstützen zudem die psychische Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden. Viele Krankenkassen haben Bonusprogramme für eine gesunde Lebensweise und bezahlen anteilig Bewegungs-, Entspannungs- und Ernährungskurse.

Eine weitere Chance, im Alter möglichst gesund zu bleiben, ist die Inanspruchnahme von Angeboten zur Vorsorge und Früherkennung. Vorsorgeuntersuchungen dienen dazu, Krankheiten vorzubeugen. Untersuchungen zur Früherkennung sorgen dafür, dass bestehende Krankheiten besser behandelt werden können und ein gutes Altern auch mit Erkrankungen möglich wird.

Bezüglich Vorsorge und Früherkennung haben gesetzlich und privat Versicherte in der Regel Anspruch auf dieselben Leistungen. Bei privat Versicherten kann es je nach Krankenversicherung spezielle Regelungen geben.

„Wegen meinem Diabetes gehe ich zu regelmäßigen Kontrollterminen. Zum Glück hat mein Hausarzt ihn frühzeitig beim Gesundheits-Check-up erkannt. Ich habe zunächst von dieser Krankheit nichts gemerkt.“

Hildegard D., 79 Jahre



Was ist Vorsorge?

Neben einem gesunden Lebensstil, gesundheitsförderlichen Lebens-, Arbeits- und Umweltbedingungen kann man sich mit Vorsorge vor Erkrankungen schützen. Vorsorgeuntersuchungen können Risikofaktoren aufzeigen, die zu ernsthaften Gesundheitsproblemen führen können.

Alle drei Jahre haben Sie Anspruch auf einen sogenannten Gesundheits-Check-up in Ihrer Hausarztpraxis. Ziel der Untersuchung ist es, Risiken für häufig auftretende Krankheiten zu erkennen, wie zum Beispiel Herzinfarkt, Schlaganfall oder Diabetes. In der Arztpraxis wird dabei unter anderem der Blutdruck gemessen, Blut abgenommen und der Urin überprüft. Außerdem wird nach individuellen Vorerkrankungen und möglichen Krankheiten in der Familie gefragt. Auch der aktuelle Impfstatus wird beim Check-up in der Regel überprüft.

Das Hinauszögern und Verhindern von chronischen Erkrankungen wie zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Atemwegserkrankungen durch Vorsorge trägt zu einer höheren Lebensqualität und dem Erhalt von Selbstständigkeit im Alter bei.



„Wäre ich doch schon mit 50 Jahren zur Vorsorge gegangen, dann wäre mir die schwere OP am Herzen mit 75 Jahren vielleicht erspart geblieben ... Erst seit ich 70 bin, kümmere ich mich wirklich um meine Gesundheit.“

Michael K., 76 Jahre



Was ist Früherkennung?

Untersuchungen zur Früherkennung können Erkrankungen nicht verhindern, doch tragen sie dazu bei, dass man sie besser behandeln oder sogar heilen kann.

Den Versicherten stehen regelmäßige Untersuchungen zur Früherkennung zu. Die meisten betreffen Krebserkrankungen. Dazu zählen sogenannte Screening-Programme wie die Mammografie für Brustkrebs, die Darmspiegelung für Darmkrebs oder das Hautkrebs-Screening. Durch die frühzeitige Entdeckung dieser Krankheiten sind die Behandlungen oft wirksamer. Und natürlich ist es gut, wenn Krankheiten erkannt werden, bevor körperliche Beschwerden auftreten.

Die Heilungschancen sind umso höher, je früher die Erkrankung festgestellt wird. So können Ärztinnen und Ärzte zum Beispiel bei einer Darmspiegelung nicht nur Krebsvorstufen erkennen, sondern sie häufig auch gleich entfernen. Bei schwarzem Hautkrebs (Melanom) liegt die Langzeitüberlebensrate bei etwa 95 Prozent, wenn der Tumor im Frühstadium entfernt wird.³

„Warum sind wir eher bereit, unserem Auto eine regelmäßige Wartung zu gönnen als unserem Körper?“

Hermann M., 60 Jahre



Was ist Nachsorge?

Neben Vorsorge und Früherkennung gibt es noch die Nachsorge. Sie richtet sich an Personen, bei denen eine Erkrankung festgestellt wurde. Ziel der Nachsorge ist es vor allem, ein Fortschreiten oder Wiederauftreten der Krankheit zu verhindern, Folgen zu lindern und die Lebensqualität zu verbessern. Dazu gehören

- die dauerhafte Betreuung bei chronischen Erkrankungen wie Diabetes, Asthma oder Herzschwäche
- psychologische und soziale Unterstützung
- Rehabilitation, also Maßnahmen zur Wiederherstellung von Fähigkeiten zum Beispiel nach einem Schlaganfall oder Herzinfarkt und
- Behandlungen nach einer Krebserkrankung.

Für Menschen mit chronischen Erkrankungen gibt es spezielle Behandlungsprogramme. Diese sogenannten Disease-Management-Programme (DMP) dienen dazu, die medizinische Betreuung und die Lebensqualität zu verbessern. Mehr Informationen dazu erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse oder in Ihrer Arztpraxis.

Für und Wider von Vorsorge und Früherkennung

Wie bei allen medizinischen Untersuchungen und Eingriffen gibt es auch bei Angeboten zur Vorsorge und Früherkennung Vor- und Nachteile. Vor den Untersuchungen klärt die Ärztin oder der Arzt über mögliche Risiken auf. Zusätzlich kann es hilfreich sein, sich selbst zu informieren, um die richtige Entscheidung treffen zu können.

Untersuchungen bieten keine vollkommene Sicherheit für eine richtige Diagnose. Es kann in einigen Fällen zu einem falschen Verdachtsbefund kommen, es wird also eine Erkrankung festgestellt, die man gar nicht hat. Dies kann zu unnötigen



Belastungen führen. Bei manchen Untersuchungen können in seltenen Fällen Komplikationen auftreten, zum Beispiel Verletzungen bei einer Darmspiegelung. Und es gibt Fälle, in denen eine Krankheit zwar früh entdeckt wird, aber nicht unbedingt besser behandelt oder geheilt werden kann.

Daten der AOK zeigen: Versicherte ab 60 Jahren, die verschiedene Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen wahrgenommen haben, wurden im untersuchten Zeitraum seltener pflegebedürftig als Versicherte, die diese Leistungen nicht in Anspruch nahmen.⁴ Das Risiko, an Krebs zu sterben, lässt sich durch regelmäßige Untersuchungen um 30 bis 60 Prozent senken.⁵

Die Krankenkassen bezahlen ausschließlich Untersuchungen, bei denen der Nutzen durch wissenschaftliche Studien und klinische Daten ausreichend belegt ist. Dabei wird auch betrachtet, welche Risiken bei den Untersuchungen bestehen. Es muss nachgewiesen sein, dass die Untersuchungen einen Nutzen für unsere Gesundheit haben.

„Ich bin interessiert, dass auftretende Erkrankungen rechtzeitig erkannt werden. Durch zwei Herzinfarkte bin ich vorbelastet und sehe das Thema inzwischen mit anderen Augen.“

Walter K., 69 Jahre



Vorsorge und Früherkennung auf einen Blick



Die folgende Übersicht führt alle Untersuchungen auf, die von den Krankenkassen bezahlt werden (Stand März 2026).⁶

Vorsorge: Gesundheits-Check-up in der hausärztlichen Praxis

Der Gesundheits-Check-up dient der Früherkennung insbesondere von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Mellitus und Nierenerkrankungen. An Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems starben 2024 knapp 340.000 Menschen. Diese Erkrankungen bilden die häufigste Todesursache von Frauen und Männern.⁷

**Ab 35 Jahren
alle 3 Jahre**

Anamnese (Erhebung der medizinischen Vorgeschichte) und Beratungsgespräch

- Fragen nach Beschwerden
- eigene und familiäre Erkrankungen
- Lebensgestaltung
- individuelle Risikofaktoren
- ggf. Tipps zu Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung

Körperliche Untersuchung (Ganzkörperstatus)

- Messung von Größe und Gewicht
- Blutdruck
- Untersuchung des Brustkorbs
- Abhören von Lunge, Herz und Schlagadern
- Abtasten des Bauchs
- Untersuchung von Bewegungsapparat, Haut, Nervensystem und Sinnesorganen
- Kontrolle des Fußpulses
- Erfassung psychischer Symptome

Blutbild

- Blutfettwerte, wie Cholesterin
- Blutzucker
- Leber- und Nierenwerte
- Hepatitis B und C (einmalig)

Urintest

- Hinweise auf Nieren- und Blasenerkrankungen sowie Diabetes

Impfstatus

- Beratung zu Auffrischungen oder weiteren Schutzimpfungen

Früherkennung Hautkrebs in der hautärztlichen Praxis

Das Hautkrebs-Screening dient der Früherkennung von Hautkrebs. Im Jahr 2023 gab es mehr als 270.000 Neuerkrankungen an Hautkrebs bei Frauen und Männern.⁸ Rechtzeitig erkannt, lassen sich alle Hautkrebsarten gut behandeln und heilen.

**Ab 35 Jahren
alle 2 Jahre**

- Anamnese
(Erhebung der medizinischen Vorgeschichte)
- Untersuchung der gesamten Haut
- Beratung zum Untersuchungsergebnis

Kann gegebenenfalls auch in Verbindung mit dem Gesundheits-Check-up in der hausärztlichen Praxis vorgenommen werden.

Früherkennung Darmkrebs in der gastroenterologischen Praxis

Die Darmspiegelung dient der Früherkennung von Darmkrebs. Männer tragen ein höheres Risiko als Frauen. Im Jahr 2023 erkrankten 55.000 Männer und Frauen neu an Darmkrebs.

**Ab 50 Jahren
wahlweise alle 2 Jahre
oder alle 10 Jahre**

- Beratung zum Darmkrebs-Früherkennungsprogramm
- Test auf nicht sichtbares (okkultes) Blut im Stuhl (alle 2 Jahre)
- Darmspiegelung (alle 10 Jahre)

Lungenkrebs-Früherkennung

Seit April 2026 sieht eine neue Regelung für Rauchende mit mindestens 25 Jahren Raucherfahrung eine Früherkennung von Lungenkrebs vor. Ex-Rauchende dürfen sich untersuchen lassen, wenn sie nicht länger als 10 Jahre abstinent waren.

**Raucher und Raucherinnen
zwischen 50 und 75 Jahren
jährlich**

- Niedrigdosis-Computertomographie (CT)

Früherkennung Zähne

Eine gute Zahn- und Mundgesundheit trägt wesentlich zur allgemeinen Gesundheit und zur Lebensqualität bei.⁹

**Ab 18 Jahren
zweimal im Kalenderjahr**

- Eingehende Untersuchung
- Wichtig für Ältere: Auch bei Menschen, die eine Vollprothese tragen, sollten der Sitz des Zahnersatzes sowie die Gesundheit der Mundschleimhaut regelmäßig kontrolliert werden.

Früherkennung Brustkrebs: Brustuntersuchung in der frauenärztlichen Praxis

Die Brustuntersuchung dient der Früherkennung von Brustkrebs. Im Jahr 2023 erkrankten 75.000 Frauen neu an Brustkrebs.

**Ab 30 Jahren
jährlich**

- Abtasten der Brust und der örtlichen Lymphknoten (Achselhöhlen)
- Anleitung zur Selbstuntersuchung der Brust

Früherkennung Brustkrebs: Screening im Mammografie Zentrum

Das Mammografie-Screening dient ebenfalls der Früherkennung von Brustkrebs.

**Ab 50 bis 75 Jahre
alle zwei Jahre**

- Anamnese
(Erhebung der medizinischen Vorgeschichte)
- Röntgenuntersuchung (Mammografie-Screening) der Brust
- Information über das Untersuchungsergebnis

Früherkennung: Gebärmutterhals- und Genitalkrebs in der frauenärztlichen Praxis

Die gynäkologische Untersuchung dient der Früherkennung von Gebärmutterhals- und Genitalkrebs. Im Jahr 2023 erkrankten 4.300 Frauen neu an Gebärmutterhals- und 3.100 Frauen an Genitalkrebs.

**Ab 20 Jahren
alle 3 Jahre**

- Anamnese
(Erhebung der medizinischen Vorgeschichte)
- Inspektion des Muttermunds
- Gynäkologische Tastuntersuchung
- Krebsabstrich und mikroskopische Untersuchung auf Zellveränderungen (Pap-Test) kombiniert mit Test auf Humane Papillomaviren (HPV-Test)

Früherkennung: Prostata- und Genitalkrebs

Die Prostatauntersuchung dient der Früherkennung von Prostatakrebs. Die häufigste Krebserkrankung bei Männern ist der Prostatakrebs.¹⁰ Im Jahr 2023 erkrankten daran fast 80.000 Männer neu.

**Ab 45 Jahren
jährlich**

- Anamnese (Erhebung der medizinischen Vorgeschichte)
- Inspektion und Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane
- Enddarmaustastung zur Untersuchung der Prostata
- Untersuchung örtlicher Lymphknoten
- Beratung zum Untersuchungsergebnis

Früherkennung Bauchaortenaneurysmen in der kardiologischen oder gefäßchirurgischen Praxis

Die Untersuchung der Bauchschlagader dient der Früherkennung von Aneurysmen (krankhafte, dauerhafte Erweiterung eines Blutgefäßes) im Bauchraum.

**Ab 65 Jahren
einmalig**

- Aufklärung zur Untersuchung auf Bauchaortenaneurysmen
- Ultraschalluntersuchung der Bauchschlagader

Neben diesen Untersuchungen gibt es noch sogenannte „Individuelle Gesundheitsleistungen“ (IGeL), die kostenpflichtig sind.¹¹ Es handelt sich dabei um Leistungen, die von den gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV) nicht oder nur in bestimmten Risikofällen bezahlt werden. Zu den IGeL-Leistungen zählen auch Untersuchungs- und Behandlungsmethoden, deren Nutzen bislang noch nicht eindeutig wissenschaftlich belegt ist.





Die Rolle der hausärztlichen Praxis

Die hausärztliche Praxis ist für viele Menschen die erste Anlaufstelle bei Fragen zur Gesundheit. Hausärztinnen und Hausärzte begleiten ihre Patientinnen und Patienten häufig über viele Jahre hinweg und kennen deren persönliche Krankengeschichte sowie individuelle Lebenssituation. Gerade bei Vorsorge und Früherkennung hilft diese kontinuierliche Betreuung dabei, Risiken frühzeitig zu erkennen, Untersuchungen sinnvoll zu koordinieren und gemeinsam Entscheidungen zu treffen. Die hausärztliche Versorgung leistet damit einen wichtigen Beitrag zu einer guten, wohnortnahen und verlässlichen medizinischen Versorgung. Der Gesundheits-Check-up erfolgt in der Regel in der Hausarztpraxis. Nutzen Sie die freie Arztwahl und wählen Sie eine hausärztliche Praxis, der Sie vertrauen!

„Für mich ist das Wichtigste, dass ich einen Hausarzt habe, dem ich voll vertraue. Bei ihm kann ich alle Themen ansprechen und alle Fragen stellen. Zudem kennt mich mein Hausarzt gut und kann mich auch auf wichtige Untersuchungen hinweisen.“

Ingrid F., 59 Jahre



Regelmäßig an die Untersuchungen denken

Viele Menschen wünschen sich, an anstehende Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen erinnert zu werden. Hilfreich sind dafür die Seiten der Krankenkasse im Internet oder die App der eigenen Krankenkasse, die kostenfrei auf das Smartphone geladen werden kann. Einige Arztpraxen und Krankenkassen bieten auch einen „Erinnerungsservice“ an, um Versicherte auf anstehende Untersuchungen hinzuweisen.

Eine regelmäßige Einladung zu Untersuchungen gibt es bislang nur für Krebsfrüherkennungsprogramme.¹² Ab einem bestimmten Alter werden Versicherte schriftlich eingeladen, beispielsweise zur Darmkrebs- und Gebärmutterhalskrebs-Früherkennung.

Die elektronische Patientenakte (ePA) soll perspektivisch nicht nur Gesundheitsinformationen speichern, sondern ein „digitaler Gesundheitsbegleiter“ sein. Geplant ist, dass die ePA-Apps der Krankenkassen auch an anstehende Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen erinnern.

„Ich bekomme immer eine SMS und Mail von meinem Zahnarzt und meiner Lungenärztin, wenn ich wieder zur Vorsorge soll. Das ist sehr praktisch, weil ich es sonst manchmal vergessen würde.“

Andrea F., 63 Jahre



Wo finde ich weitere Informationen?

Materialien zu den Themen Vorsorge und Früherkennung

Flyer der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV):

Meine Vorsorgeplaner: Risiken frühzeitig erkennen (2025)

Dieser Flyer beinhaltet alle Untersuchungen auf einen Blick. Hier kann auch der eigene Vorsorgekalender angelegt und anstehende Termine eingetragen werden.

Gut für unsere Gesundheit:

Der Check-up für Erwachsene (2025)

Dieser Flyer beschreibt den Gesundheits-Check-up genau.

Download der Flyer: www.kbv.de

Bestellung über die Internetseite

oder per E-Mail an: kbvversand@kbv.de

Ratgeber der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen:

Impfen als Vorsorge für ein gesundes Älterwerden.

12 Fragen und Antworten (2024)

Download der Broschüre: www.bagso.de/impfratgeber
Bestellung telefonisch unter 0228 / 55 52 55-0 oder per
E-Mail an kontakt@bagso-service.de

Sehen im Alter – Lebensqualität erhalten (2024)

Download der Broschüre:
www.bagso.de/publikationen
Bestellung telefonisch unter 0228 / 24 99 93-0 oder
per E-Mail an bestellungen@bagso.de

Broschüre des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit
(BIÖG):

**20 Empfehlungen für Gesundheit und Lebensqualität
im Alter (2023)**

Download der Broschüre:
www.shop.bioeg.de/pdf/60582395.pdf
Bestellung über Kontaktformular auf www.bioeg.de
oder telefonisch unter 0221 / 89 92-0

Informationsportale

Das **Bundesgesundheitsministerium** bietet auf seinem Portal gesund.bund.de ebenfalls Informationen zum Thema Gesundheit und zum Gesundheits-Check-up. Die Bandbreite reicht von Patientinnen- und Patientenrechten über die elektronische Patientenakte bis hin zu IGeL-Leistungen. Man kann hier auch nach Ärztinnen und Ärzten sowie Krankenhäusern und Apotheken in der Nähe suchen und Beratungs- und Hilfsangebote finden. Unter den Stichworten „Auf einen Blick“ und „Wichtig zu wissen“ wird kurz und knapp Faktenwissen angeboten.

www.gesund.bund.de

Das **Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)** fördert die Gesundheit älterer Menschen mit seinem Programm „Gesund und aktiv älter werden“.

Neben vielen Gesundheitsthemen sind hier Online-Bewegungsangebote mit Übungsvideos und Anleitungen für zu Hause zu finden: www.gesund-aktiv-aelter-werden.de

Der **Patientenservice der Kassenärztlichen Bundesvereinigung** ist rund um die Uhr telefonisch bundesweit erreichbar und hilft unverbindlich, diskret und kostenlos weiter, wenn Sie z. B. unsicher sind, ob Sie mit Ihren Beschwerden eine Bereitschaftspraxis aufsuchen sollten. Unter der Telefonnummer 116 117 können gesetzlich und privat Versicherte mit geschulten

Mitarbeitenden sprechen. Der Patientenservice ist nicht für lebensbedrohliche Fälle oder Notfälle gedacht. Hierfür bitte die Notfallnummer 112 nutzen. Im Internet können Sie den Patientenservice unter www.116117.de abrufen oder als App herunterladen (116117.app).

Nach haus- und fachärztlichen Praxen sowie nach Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten können Sie unter www.arztsuche.116117.de suchen.

Terminvereinbarungen auf verschiedenen Wegen

Neben der klassischen Terminvereinbarung in der Praxis (persönlich oder telefonisch) gibt es weitere Möglichkeiten.

Viele Ärztinnen und Ärzte regeln ihre Termine mit Hilfe von Online-Buchungsplattformen wie zum Beispiel Doctolib, Jameda, Clickdoc und TerMed. Diese Plattformen organisieren die Online-Terminbuchung rund um die Uhr und auch die Vereinbarung von Videosprechstunden.

Der Terminservice der Kassenärztlichen Bundesvereinigung hilft bei der Vereinbarung von Behandlungsterminen bei Ärztinnen und Ärzten sowie Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. Dieser steht jedoch ausschließlich gesetzlich Versicherten unter der bundesweiten Telefonnummer 116 117 oder im Internet unter www.116117-termine.de zur Verfügung.

Der Hausärztinnen- und Hausärzteverband

Der Hausärztinnen- und Hausärzteverband ist mit mehr als 32.000 Mitgliedern die größte berufspolitische Vertretung für Hausärztinnen und Hausärzte in Deutschland. Gemeinsam setzen wir uns für eine wohnortnahe, verlässliche und qualitativ hochwertige hausärztliche Versorgung ein.

Die hausärztliche Praxis ist für viele Menschen die erste Anlaufstelle in der Gesundheitsversorgung. Kontinuierliche Betreuung und eine vertrauensvolle Arzt-Patienten-Beziehung können helfen, Vorsorge- und Früherkennungsangebote besser wahrzunehmen und gesundheitliche Risiken frühzeitig zu erkennen.

Mit der Hausarztzentrierten Versorgung (HZV) – auch als Hausarztprogramm bekannt – wird die enge Bindung zwischen Patientinnen und Patienten und dem Praxisteam noch einmal vertieft. Hier gibt es zudem besondere Versorgungs- sowie Präventions- und Früherkennungsangebote, die die Koordination durch die hausärztliche Praxis stärken können. Ziel ist es, Patientinnen und Patienten im Gesundheitswesen Orientierung zu geben und eine möglichst gut abgestimmte Versorgung zu unterstützen.

Kontakt:

Hausärztinnen- und Hausärzteverband e. V.
Edmund-Rumpler-Straße 2
51149 Köln
www.haev.de

Die BAGSO – Stimme der Älteren

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen vertritt die Interessen der älteren Generationen in Deutschland. Sie setzt sich für ein aktives, selbstbestimmtes und möglichst gesundes Älterwerden in sozialer Sicherheit ein. In der BAGSO sind rund 130 Vereine und Verbände der Zivilgesellschaft zusammengeschlossen, die von älteren Menschen getragen werden oder die sich für die Belange Älterer engagieren.

Die BAGSO fördert ein differenziertes Bild vom Alter, das die vielfältigen Chancen eines längeren Lebens ebenso einschließt wie Zeiten der Verletzlichkeit und Hilfe- und Pflegebedürftigkeit. Gegenüber Politik, Gesellschaft und Wirtschaft tritt sie für Rahmenbedingungen ein, die ein gutes und würdevolles Leben im Alter ermöglichen – in Deutschland, in Europa und weltweit.

In Positionspapieren und Stellungnahmen gibt die BAGSO Anstöße und Empfehlungen für politisches Handeln in Bund, Ländern und Kommunen. Die BAGSO veröffentlicht eine Vielzahl von Publikationen zu unterschiedlichen Themen, die kostenfrei zu bestellen oder auf der BAGSO-Internetseite heruntergeladen werden können.

www.bagso.de

Quellennachweise

Alle genannten Quellen wurden zuletzt am 12.03.2026 abgerufen.

- 1 Stada Health Report (2025): Wahrnehmung von Vorsorgeuntersuchungen. 27.000 Befragte in 22 europäischen Ländern. (Seite 29) www.stada.com/de
- 2 BAGSO-Umfrage „Vorsorge und Früherkennung – Chancen für die Gesundheit“ (2025/26): 376 Befragte ab 50 Jahren, nicht repräsentativ.
- 3 Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) (2026): Vorsorge 2026. Für die Gesundheit planen! Tipp der Woche. www.vorsorge-online.de
- 4 AOK-Bundesverband: G+G spezial Ausgabe 2/2026 (S. 6). www.aok.de
- 5 Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) (2026): Vor- und Nachteile von Früherkennungsuntersuchungen. www.gesundheitsinformation.de
- 6 Zum Gesundheits-Check-up: Bundesministerium für Gesundheit (BMG) (2026): www.bundesgesundheitsministerium.de
Und: Gemeinsamer Bundesausschuss (GBA) (2025): Richtlinie über die Gesundheitsuntersuchungen zur Früherkennung von Krankheiten (Gesundheitsuntersuchungs-Richtlinie), S. 5.

Zu den Früherkennungsuntersuchungen: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) (2025): Meine Vorsorge Planer. Risiken frühzeitig erkennen. Flyer. www.kbv.de
Und: Gemeinsamer Bundesausschuss (GBA) (2026): Richtlinie über die Früherkennung von Krebserkrankungen (Krebsfrüherkennungs-Richtlinie)

- 7 Statistisches Bundesamt (Destatis) (2026): Todesursachenstatistik 2024. www.destatis.de
- 8 Diese und die folgenden Zahlenangaben bis S. 20 sind – soweit nicht anders vermerkt – dieser Quelle entnommen: Zentrum für Krebsregistrierdaten (ZfKD) (2025), Robert Koch-Institut: Krebs in Deutschland. Die Zahlen zur Häufigkeit der Neuerkrankungen beziehen sich auf die Jahre 2021–2023. www.krebsdaten.de
- 9 Bundeszahnärztekammer (2026): Mund- und Allgemein-gesundheit. www.bzaek.de
- 10 Bundesministerium für Gesundheit (2026): Krebs. www.bundesgesundheitsministerium.de
- 11 Medizinischer Dienst Bund (KöR) (2026): IGeL-Monitor. www.igel-monitor.de
- 12 Gemeinsamer Bundesausschuss (GBA) (2025): Richtlinie für organisierte Krebsfrüherkennungsprogramme, B, §4, S. 5. www.gba.de

Impressum

Herausgeber

BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen e. V.
Noeggerathstr. 49, 53111 Bonn
www.bagso.de



1. Auflage April 2026

Text: BAGSO Service Gesellschaft mbH

Dr. Barbara Keck, Dr. Ines Hiegemann, Nicola Röhrich

Lektorat: Wera Reusch, Birgit Limbach

Layout: Nadine Valeska Kreuder, www.nadine-kreuder.com

Druck: Saxoprint GmbH

Bildnachweis:

S. 6: Maryna – stock.adobe.com; S. 9: miss irine – stock.adobe.com;
S. 21: Lumos sp – stock.adobe.com; S. 22: Moon Safari – stock.adobe.com;
S. 25: Paula – stock.adobe.com

Alle Angaben zu gesetzlichen Regelungen geben den Stand März 2026 wieder. Der Text wurde sorgfältig erstellt und geprüft. Dennoch kann der Herausgeber keine Gewähr für Korrektheit, Vollständigkeit und Aktualität der zusammengetragenen Informationen übernehmen.

In Kooperation mit:

AstraZeneca 

Alle eigenen Untersuchungen im Blick

Hier können Sie eintragen, wann Ihre Untersuchungen wieder anstehen oder wann Sie einen Termin vereinbart haben:

Vorsorge: Gesundheits-Check-up

Nächster Termin:

Früherkennung

Nächste Termine:

*Weitere Informationen zum Projekt:
Vorsorge und Früherkennung –
Chancen für die Gesundheit*

BAGSO Service Gesellschaft
Hans-Böckler-Straße 3
53225 Bonn
E-Mail: kontakt@bagso-service.de
Telefon: 0228 - 55 52 55 - 50
www.bagso-service.de/
Vorsorge-und-Frueherkennung