Einfach gut versichert!

KKH Kaufmännische Krankenkasse

Service erleben

Gesund bleiben

Gesund werden

Familien profitieren

Vorteile sichern

Gut zu wissen

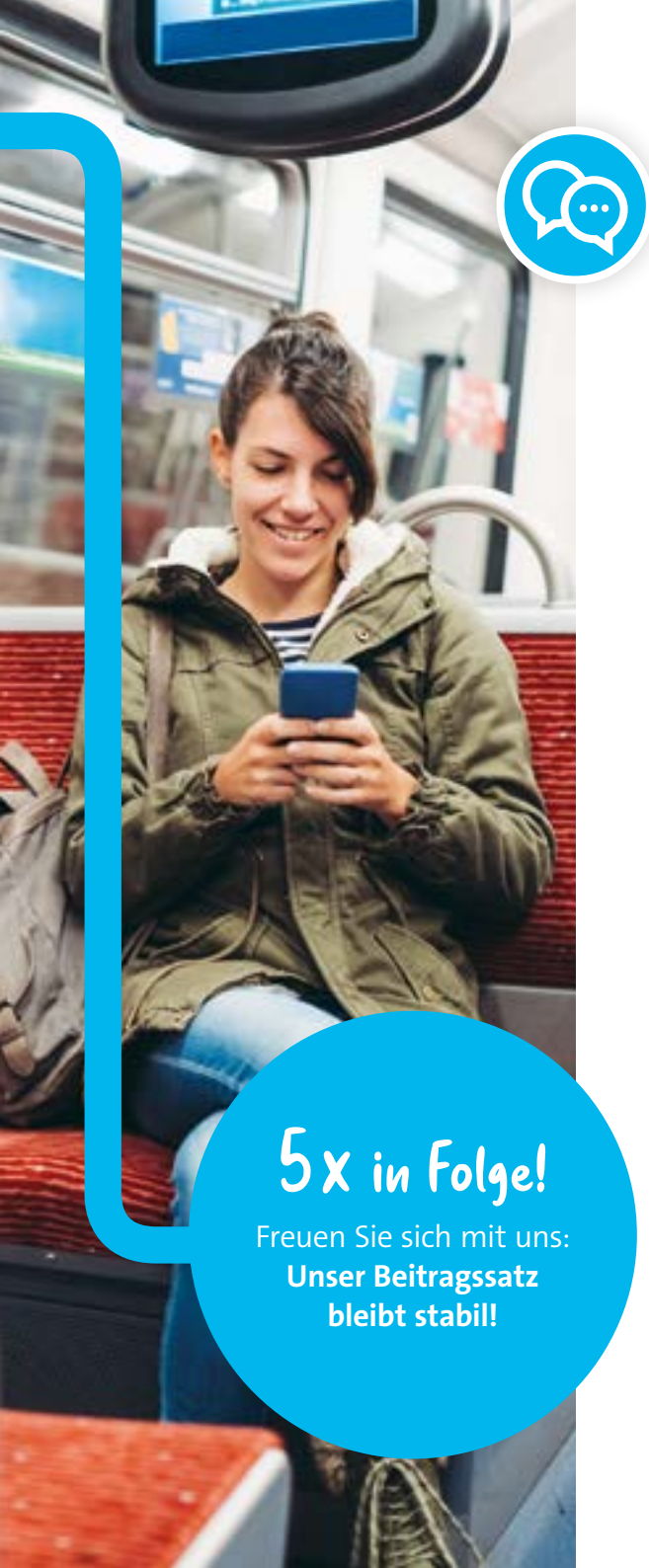
Mit unseren Leistungen sicher ans Ziel!

Haben Sie sich schon einmal in die U-Bahn gesetzt, ohne zu wissen, wohin Sie fahren möchten? Vermutlich nicht! Denn ohne Ziel kommt man einfach nie an. Damit Sie sich bei unseren Leistungen nicht verfahren, unterstützen wir Sie und Ihre Familie ganz zielgerichtet mit **individuellen Leistungspaketen**.

Interessieren Sie sich zum Beispiel für einen gesunden Lebensstil und möchten, dass wir Sie dabei noch mehr unterstützen? Dann finden Sie unter „Gesund bleiben“ unsere Angebote zur Prävention und Früherkennung. Oder brauchen Sie eher einen starken Partner, der Ihnen bei Angelegenheiten rund um das Thema Gesundheit und Krankheit zur Seite steht? In diesem Fall sind unsere innovativen Gesundheitsangebote unter „Gesund werden“ genau richtig.

Ganz gleich, was Sie sich von uns als Krankenkasse wünschen:
Wir sind für Sie da – in jeder Lebenslage!

Alle Informationen zu unseren Auszeichnungen finden Sie unter: **kkh.de/auszeichnungen**



Erleben Sie unseren Service!

Wir sind für Sie da! Unsere qualifizierten und kompetenten Mitarbeitenden beantworten Ihre Fragen per E-Mail und Telefon in einem unserer Regionalzentren – ganz individuell.

Persönlich: In bundesweit über 100 Servicestellen betreuen wir Sie direkt vor Ort – kommen Sie einfach zu unseren festen Öffnungszeiten vorbei. Darüber hinaus können Sie einen individuellen Beratungstermin mit uns vereinbaren: Dabei nehmen wir uns so viel Zeit, wie Sie brauchen. Wenn Sie möchten, kommen wir natürlich auch persönlich zu Ihnen nach Hause. Ihre nächste Servicestelle finden Sie unter: **kkh.de/servicestellen**

Per Telefon: Manche Fragen können nicht warten: Daher erreichen Sie uns kostenfrei rund um die Uhr unter **0800 5548640554** – selbstverständlich auch an Wochenenden, Sonn- und Feiertagen.

Per E-Mail: Sie möchten uns lieber eine E-Mail schreiben? Kein Problem! Wir freuen uns auf Ihre Nachricht an **service@kkh.de** oder über unser Kontaktformular unter: **kkh.de/kontaktformular**

Im Internet – Meine KKH: schnell, unkompliziert und an 365 Tagen rund um die Uhr für Sie geöffnet: Das ist „Meine KKH“. In Ihrem persönlichen Bereich können Sie vieles online erledigen. Zum Beispiel Ihre Krankmeldungen oder andere Unterlagen ganz einfach elektronisch senden. Nutzen Sie alle Vorteile und registrieren Sie sich am besten gleich unter: **kkh.de/meinekkh**

Unser spezieller Service für Ihre Gesundheit

Ärztliche Zweitmeinung

Sich für oder gegen eine Operation zu entscheiden, fällt manchmal sehr schwer – dann kann eine ärztliche Zweitmeinung helfen. Damit Sie eine sichere Entscheidung treffen können, bieten wir Ihnen diesen Service bereits für viele planbare Operationen an. Zum Beispiel im Bereich der Orthopädie, HNO-Medizin, Kardiologie, Urologie oder vor einer Krebstherapie. Mehr dazu: **kkh.de/zweitmeinung**

Auslands-Notruf-Telefon

Krankheiten kennen keine Landesgrenzen – unser Service auch nicht. Daher beraten wir Sie selbstverständlich auch dann, wenn Sie im Ausland krank werden oder medizinische Fragen haben. Sie erreichen uns einfach unter **+49 511 23567396** oder **kkh.de/notruf-ausland**

E-Mail-Erinnerungsservice

Mit unserem E-Mail-Erinnerungsservice können Sie Ihre Vorsorgetermine noch besser selbst planen. Wir benachrichtigen Sie dann rechtzeitig per E-Mail, wann Sie wieder zur Vorsorge gehen sollten. Wie einfach das geht, erfahren Sie unter: **kkh.de/erinnerung**

Facharzt-Terminservice

Sie benötigen dringend einen Termin in einer fachärztlichen Praxis? Gern unterstützen wir Sie dabei, einen Termin zu finden.

Sie erreichen uns dazu von Montag bis Freitag zwischen 7:00 und 18:00 Uhr unter **089 950084188** oder Sie nutzen einfach unseren Online-Terminservice unter: **kkh.de/facharzt-terminservice**

Gesundheitshotline

Wenn Sie einen fachkundigen Rat benötigen, rufen Sie uns einfach an. Wir unterstützen Sie gern mit einer qualifizierten medizinischen Beratung zu Krankheiten, Medikamenten und anderen Gesundheitsthemen. Sie erreichen unsere Gesundheitshotline kostenfrei rund um die Uhr unter **089 950084188**. Oder fordern Sie bequem einen Rückruf an unter: **kkh.de/gesundheitshotline**

KKH Apps

Wenn es um Ihre Gesundheit geht, möchten wir es Ihnen so einfach wie möglich machen. Daher haben wir für Sie verschiedene kostenfreie Apps entwickelt – mit vielen Funktionen, damit Sie Ihre Anliegen ganz unkompliziert auf Ihrem Smartphone erledigen können. Mehr dazu: **kkh.de/apps**

Gut zu wissen!

Ihre individuellen Vorteile mit vielen Infos und unseren Erklärvideos finden Sie jederzeit online. Denn das Leben ist vielseitig – genauso wie unsere Produkte und Services für Sie. Wir bieten Ihnen passende Lösungen, für jede Lebenslage und mit einem hervorragenden Preis-Leistungs-Verhältnis. Unsere **KKHighlights** und Vorteile finden Sie ausführlich beschrieben unter: **kkh.de/highlights**

68 %*
der Erwachsenen
schätzen ihren allgemeinen Gesundheitszustand als sehr gut oder gut ein.

*Journal of Health Monitoring „Subjektive Gesundheit bei Erwachsenen in Deutschland“ – Fact sheet (JoHM/2/2018)

Bleiben Sie gesund!

Vorbeugen ist besser als Heilen: Daher unterstützen wir Ihre Gesundheit mit unseren umfangreichen Angeboten zur Prävention und Früherkennung.

Schutzimpfungen: Viele Krankheiten lassen sich schon im Vorfeld wirksam bekämpfen – durch eine rechtzeitige Impfung. Schützen Sie sich und Ihre Familie, indem Sie Ihren Impfstatus immer aktuell halten. Auch die jährliche Grippeimpfung können Sie übrigens kostenlos in Anspruch nehmen. Alle Informationen finden Sie unter: **kkh.de/impfen**

Auslandsreiseschutzimpfung: Damit Sie auch im Ausland entspannt unterwegs sein können, übernehmen wir 80 Prozent der Kosten für die Impfungen, die von der Ständigen Impfkommission (STIKO) und dem Auswärtigen Amt für Ihr Reiseland empfohlen werden. Mehr dazu unter: **kkh.de/reiseschutzimpfung**

Malariaprophylaxe: Sie reisen gern in tropische Länder? Gegen Malaria können Sie sich zwar nicht impfen lassen, doch es gibt Tabletten, die das Risiko einer Erkrankung deutlich senken. Die Kosten dieser medikamentösen Prophylaxe übernehmen wir zu 80 Prozent. Weitere Informationen unter: **kkh.de/reiseschutzimpfung**

Früherkennung Brust- und Eierstockkrebs: In manchen Familien treten Brust- und Eierstockkrebs häufiger auf als in anderen. Wir helfen Frauen aus diesen Hochrisikofamilien, ihr individuelles Risiko zu bestimmen und die Krankheiten frühzeitig zu erkennen. Dabei arbeiten wir eng mit ärztlichen Fachkräften und Kliniken zusammen. Weitere Informationen unter: **kkh.de/brek**

Medizinische Tastuntersuchung der Brust: Einmal im Kalenderjahr übernehmen wir bei Frauen bis zu 49,50 € für eine spezielle Untersuchung der Brust durch eine medizinische Tastuntersucherin (MTU). MTUs sind blinde oder sehbehinderte Frauen, die für diese Art der Untersuchung qualifiziert sind und mit ihrem herausragenden Tastsinn kleinste Veränderungen im Brustgewebe spüren können. Mehr dazu unter: **kkh.de/brustkrebsuntersuchung**

Früherkennung bei Kindern und Jugendlichen: Wir übernehmen für Ihre Kinder alle gesetzlich vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen, mit denen Krankheiten oder Fehlentwicklungen rechtzeitig erkannt werden können. Mehr Informationen unter: **kkh.de/vorsorge**

Gesundheits-Check-up: Ob Sie rundum gesund sind, finden Sie mit dem Gesundheits-Check-up heraus. Die Kosten dafür übernehmen wir für unsere erwachsenen Versicherten von 18–34 Jahren einmalig in voller Höhe. Alle zwei Jahre zahlen wir ihnen außerdem einen Zuschuss von 40 € zu einer allgemeinen Gesundheitsuntersuchung. Ab dem 35. Geburtstag übernehmen wir den Gesundheits-Check-up alle drei Jahre. Mehr dazu: **kkh.de/check**

Sportmedizinische Untersuchung: Sportlich aktive Menschen können alle zwei Kalenderjahre 60 € Zuschuss zu einer sportmedizinischen Untersuchung erhalten. Sind aufgrund bestimmter Risiken (z. B. Übergewicht, Bluthochdruck, Skelettvorerkrankungen) Zusatzuntersuchungen nötig, so können wir weitere 60 € Zuschuss zahlen. Mehr dazu: **kkh.de/sportmedizinische-untersuchung**

Hautkrebs-Screening: Um Sie besser vor Hautkrebs zu schützen, erhalten Sie bereits ab dem 18. Geburtstag alle zwei Jahre bis zu 30 € Zuschuss zu einem Hautkrebs-Screening. Ab 35 Jahren besteht jedes zweite Jahr Anspruch auf vertragsärztliche Maßnahmen zur Früherkennung von Hautkrebs. Mehr dazu: **kkh.de/hautkrebsscreening**

Digitaler Hautcheck: Die Haut ist unser größtes Organ und zugleich vielfältigen Belastungen ausgesetzt. Veränderungen sollten Sie daher am besten ärztlich abklären lassen.

Mit unserem Online-Angebot können Sie jederzeit innerhalb weniger Stunden eine erste medizinische Einschätzung erhalten – einfach durch Hochladen eines Fotos. Die Kosten dafür übernehmen wir. Mehr dazu unter: **kkh.de/onlinedoctor**

Darmkrebsvorsorge: Die Untersuchung einer Stuhlprobe kann der Schlüssel zu einer erfolgreichen Behandlung von Darmkrebs sein. Deshalb übernehmen wir für alle Versicherten bis zum Alter von 49 Jahren alle zwei Jahre die Untersuchungskosten bis zu einer Höhe von 75 €. Voraussetzung: Sie haben ein familiäres Risiko oder leiden bereits an einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung. Mehr dazu: **kkh.de/krebsfrüherkennung**

KKH Bonus: Leben Sie aktiv und gesund? Dann profitieren Sie von unserem KKH Bonus. Für Ihre gesundheitsbewussten Aktivitäten bekommen Sie eine Geldprämie oder können ein doppelt so hohes Gesundheitsbudget (z. B. für Brillengläser, Professionelle Zahnreinigung) nutzen. Auch Ihre Schutzimpfungen gegen Grippe und Covid-19 können Sie sich hier anrechnen lassen.
Mehr dazu: **kkh.de/bonus**

KKH Bonus Digital: Sie erledigen Dinge lieber online als per Post? Das können Sie auch bei unserem Bonusprogramm. Laden Sie die Nachweise für Ihr gesundheitsbewusstes Verhalten schnell und unkompliziert digital hoch. Mehr dazu: **kkh.de/bonusdigital**

Online-Coaches: Machen Sie Ihre Präventionskurse* doch ganz einfach von zu Hause aus: Wir bieten Ihnen intelligente Online-Programme zu den Themen Stressbewältigung und Schlaf, Ernährung und Rückengesundheit oder Bewegung. Die kostenfreien Kurse dauern acht bis zehn Wochen und geben Ihnen wertvolle Tipps und

Mehr Bewegung, weniger Stress!

Fühlen Sie sich oft gestresst und unausgeglichen? Dann könnte mehr Bewegung Ihr Schlüssel zum Glück sein. Denn dabei setzt der Körper Glückshormone frei, die Stress reduzieren und das Wohlbefinden steigern. Außerdem kann Bewegung Krankheiten vorbeugen und wirkt auf den ganzen Körper. So bleiben Sie fit und leistungsfähig!

Anregungen für einen gesunden Lebensstil. Wenn Sie möchten, können Sie die Kurse außerdem im KKH Bonus anrechnen lassen. Alle Informationen finden Sie unter: **kkh.de/coaches**

Lauf-Tipps: Wer regelmäßig dem Laufsport nachgeht, stärkt Herz und Kreislauf sowie sein Immunsystem. Was Sie sonst noch wissen müssen, um richtig durchzustarten, verrät Ihnen Olympiasieger Dieter Baumann mit seinem Trainingsplan für Einsteiger. Mehr dazu: **kkh.de/lauftipps**

Präventionskurse: Sie bewegen sich gern oder interessieren sich für eine gesunde Ernährung? Dann bezuschussen wir Ihnen gern zwei zertifizierte Kurse* pro Kalenderjahr aus den Bereichen Bewegung, Stressbewältigung, Entspannung, Ernährung oder Suchtprävention. Schauen Sie am besten gleich in unserer Präventionsdatenbank nach – bestimmt ist auch für Sie etwas dabei: **kkh.de/kurse**

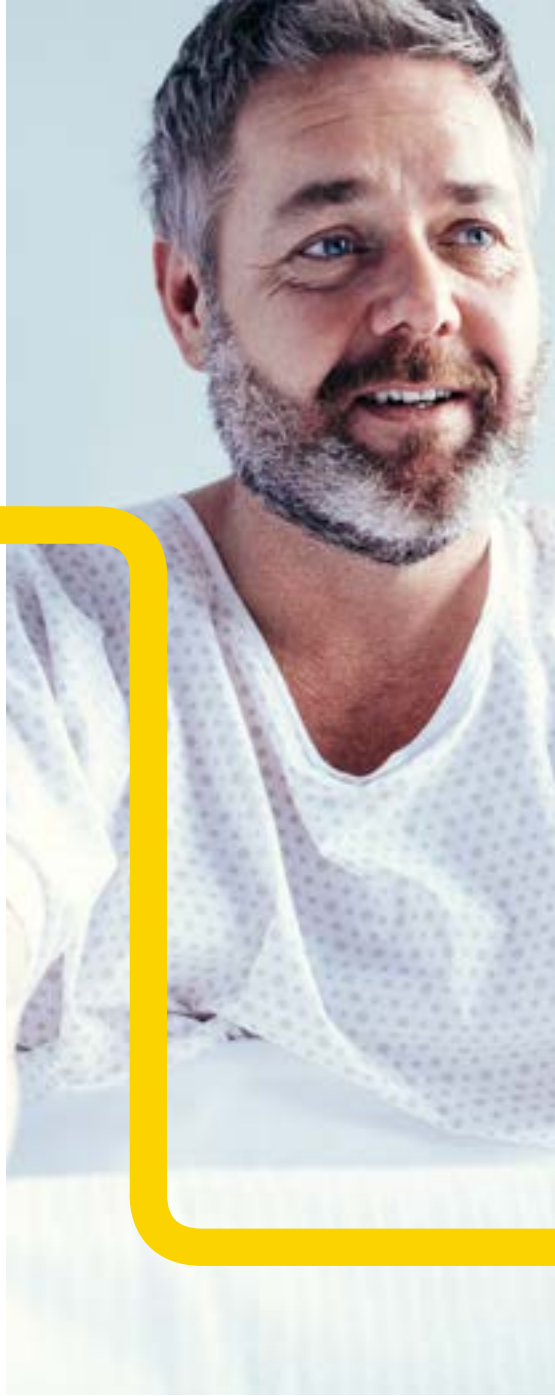
Präventionsreisen: Sie haben aus beruflichen oder privaten Gründen keine Zeit, an Präventionskursen in Ihrer Nähe teilzunehmen? Dann probieren Sie doch einmal Aquafitness, Nordic Walking oder Yoga ganz ohne Termindruck aus. Unser Partner Dr. Holiday hat für Sie attraktive Präventionsreisen zusammengestellt. Ihr Vorteil: Wir bezuschussen die qualitätsgeprüften Präventionskurse* im Rahmen der Reisen. Mehr dazu: **kkh.de/reisewelten**

PhysioPlus: Fühlen Sie sich manchmal steif und unbeweglich? Dann lassen Sie sich doch einmal in einer physiotherapeutischen Praxis durchchecken. Dazu bieten wir unseren Versicherten ab dem 18. Geburtstag einmalig den kostenlosen Gesundheitscheck PhysioPlus an. In 60 Minuten erfahren Sie, wie Sie erste Beschwerden nachhaltig lindern und Ihre körperliche Fitness steigern können. Mehr dazu: **kkh.de/physioplus**

* Wir bezuschussen zwei zertifizierte Kurse pro Kalenderjahr mit 90 Prozent der Kurskosten bis max. 80 € je Kurs, bei Online-Präventionskursen tragen wir 100 Prozent der Kosten bis zu einem Maximalbetrag von 100 €. Die Teilnahme an einem oder zwei kostenfreien KKH Online-Coaches wird auf diesen Höchstanspruch angerechnet.

Werden Sie gesund!

Damit Sie schnell wieder gesund werden, erhalten Sie bei uns innovative Gesundheitsangebote und verlässliche Heilmethoden.



Ambulante Operationen: Uns ist bewusst, dass nicht alle nach einer Operation im Krankenhaus bleiben möchten. Daher können unsere Versicherten sich bei vielen Krankheiten ambulant operieren lassen. Durch bewährte und effektive Operationsmethoden werden Kinder und Erwachsene bestens versorgt und können sich anschließend in vertrauter Umgebung zu Hause erholen. Mehr dazu: **kkh.de/ambulante-op**

Badekur: Wenn eine ambulante Krankenbehandlung am Wohnort nicht ausreicht, kann eine Badekur helfen. Wir übernehmen dann die Kosten der kurärztlichen Behandlung sowie der verordneten Anwendungen. Außerdem unterstützen wir Sie mit 100 € für Unterkunft, Verpflegung, Kurtaxe und Fahrkosten. Bei chronisch kranken Kleinkindern beteiligen wir uns mit 25 € täglich. Mehr dazu: **kkh.de/badekur**

3 der häufigsten Krankheiten*

der Deutschen sind Rückenschmerzen, Bluthochdruck und Fehlsichtigkeiten.

*krankenkassen.de/gesundheit/gesundheit-aktuell/arztbesuche-krankheiten/

Psychotherapie: Wenn Sie eine ambulante psychotherapeutische Behandlung benötigen, übernehmen wir dafür die Kosten. Wichtig ist, dass die Behandelnden bei der Kassenärztlichen Vereinigung zugelassen sind. Bei der Suche unterstützt Sie Ihre regionale Terminservicestelle telefonisch unter **116117**. Mehr dazu: **kkh.de/psychotherapie**

Disease-Management-Programme (DMP): Chronisch krank? Wir lassen Sie damit nicht alleine! Mit unseren Disease-Management-Programmen (DMP) lernen Sie, gut mit Ihrer Krankheit Diabetes, Koronare Herzkrankheit (KHK), Asthma, COPD oder Brustkrebs umzugehen. Sie erhalten eine strukturierte Behandlung nach den neuesten medizinischen Erkenntnissen und bei Bedarf spezielle Schulungen sowie anschauliches Informationsmaterial. Mehr dazu: **kkh.de/dmp**

Freie Krankenhauswahl: Wir möchten, dass Sie sich wohlfühlen: Daher haben Sie bei uns deutschlandweit eine freie Vertragskrankenhauswahl. Sie entscheiden also, wo Sie behandelt werden – ganz ohne Mehrkosten der Behandlung.
Mehr dazu: **kkh.de/krankenhaussuche**

Migränezentren: Leiden Sie regelmäßig unter Kopfschmerzen oder Migräne? Dann möchten wir Ihnen gern helfen, Ihre Beschwerden zu lindern. Dazu bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich dem Oberbayerischen Kopfschmerzzentrum in München vorzustellen.

Dort werden Sie ausführlich untersucht und legen anschließend gemeinsam fest, wie Ihre weitere Behandlung und Therapie aussehen soll. Mehr dazu: **kkh.de/kopfschmerz**

Privatkliniken: Wir kooperieren mit ausgewählten Privatkliniken, in denen sich unsere Versicherten von führenden Spezialisten des jeweiligen Fachgebiets behandeln lassen können:

- **MediaPark Klinik, Köln:** spezialisiert auf orthopädische Erkankungen
- **INI – International Neuroscience Institute, Hannover:** spezialisiert auf neurologische Erkrankungen

Beide Kliniken sind mit modernster Medizintechnik ausgestattet und bieten Ihnen einen gehobenen, hotelähnlichen Komfort. Mehr dazu: **kkh.de/privatkliniken**

Krankengeld: Wenn Sie länger als sechs Wochen krank sind, bekommen Sie von Ihrem Arbeitgeber kein Gehalt mehr. Dann übernehmen wir und zahlen Ihnen Krankengeld.

Dies sind 70 Prozent Ihres Bruttogehalts, höchstens jedoch 90 Prozent Ihres Nettogehalts. Auch Selbstständige haben bei uns Anspruch darauf, wenn sie Krankengeld Comfort gewählt haben. Mehr dazu: **kkh.de/krankengeld**

Tinnitracks: Eine Medizin-App, die das Leben mit Tinnitus erleichtern kann – das ist „Tinnitracks“. Sie bietet Betroffenen eine Online-Therapie.

Gern übernehmen wir für unsere Versicherten die Kosten für eine Behandlung mit der Tinnitracks-Neuro-Therapie (Jahreslizenz) per Smartphone. Mehr dazu: **kkh.de/tinnitracks**

Vorhofflimmern: Wenn Ihr Herz auf einmal stolpert, fangen wir Sie auf! Um festzustellen, ob Sie unter Vorhofflimmern leiden, übernehmen wir die Kosten für ein spezielles EKG. Mehr dazu: **kkh.de/vorhofflimmern**

Osteopathie: Viele Menschen, die unter Schmerzen oder Verspannungen leiden, vertrauen auf diese sanfte Behandlungsmethode. Wir erstatten für drei Sitzungen maximal jeweils 40 € pro Kalenderjahr.

Voraussetzung ist, dass die Behandlung entweder in einer ärztlichen oder physiotherapeutischen Praxis mit Kassenzulassung erfolgte. Mehr dazu: **kkh.de/osteopathie**

Dieser Zuschuss gilt nicht für Behandlungen nach Heilpraktikergesetz (HPG) oder durch reine Osteopathen. Solche Leistungen können wir aber im Rahmen unseres Bonusprogramms erstatten. Wie das funktioniert, erfahren Sie unter: **kkh.de/bonus**

Homöopathie: Vertrauen Sie bei der Behandlung Ihres Kindes der Homöopathie? Wir übernehmen die Kosten für homöopathische Arzneimittel bei Kindern bis zum vollendeten 12. Lebensjahr. Mehr dazu: **kkh.de/alternativmedizin**

Hilfsmittel: Einige Krankheiten können stark einschränken und Sie benötigen dann vielleicht Hilfsmittel. Werden diese ärztlich verordnet, dann prüfen wir eine Kostenübernahme. Was genau Hilfsmittel sind und wie Sie diese beantragen, erfahren Sie unter: **kkh.de/hilfsmittel**

Heil-, Arznei- und Verbandmittel: Sie benötigen Arznei- oder Verbandmittel? Wenn Ihnen diese ärztlich verordnet wurden, beteiligen wir uns an den Kosten. Sie müssen dann nur noch einen geringen Betrag zuzahlen. Mehr dazu: **kkh.de/arzneimittel**

Brillen und Kontaktlinsen: Wir übernehmen für unsere Versicherten unter 18 Jahren die Kosten für medizinisch notwendige Brillengläser und Kontaktlinsen. Erwachsene haben bei schweren Sehfehlern Anspruch auf Sehhilfen, wenn diese ärztlich verordnet werden Mehr dazu: **kkh.de/sehhilfen**

Haushaltshilfe: Wenn Sie krank sind und sich sonst keiner um Ihren Haushalt oder Ihre Kinder kümmern kann, benötigen Sie vielleicht eine Haushaltshilfe.

Gern beteiligen wir uns an diesen Kosten, wenn wir die Behandlung wegen Ihrer Krankheit ebenfalls bezahlt haben. Alle Informationen finden Sie unter: **kkh.de/haushaltshilfe**

DFSI RATINGS
LEISTUNG FÜR FAMILIEN sehr gut
FOCUS-MONEY 21/21
GKV-Studie: Deutschlands größter Kunden-Leistungsvergleich

Für die ganze Familie!

Gesundheit ist Familiensache: Darum bieten wir zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen und Angebote zur Prävention für Groß und Klein.

Kinderwunsch, Schwangerschaft und Mutterschaft: Wir sind vor, während und nach der Schwangerschaft für Sie da: Daher beteiligen wir uns an den Kosten für eine künstliche Befruchtung und übernehmen die gesetzlich vorgeschriebenen Früherkennungsuntersuchungen während der Schwangerschaft. Damit Sie bestens informiert durch die aufregenden neun Monate gehen, haben wir Ihnen wertvolle Infos zum Thema Schwangerschaft zusammengestellt. Natürlich bezuschussen wir auch Präventionskurse wie Schwangerschaftsyoga. Mehr dazu: **kkh.de/schwangerschaft**

KKH Familienpaket: Sie haben 300 € Extra-Budget, die Sie für sieben zusätzliche Tests, Behandlungen und Services nutzen können.

Wir bezuschussen Ihnen darüber zum Beispiel bestimmte verordnete Arzneimittel (Eisen, Magnesium und Folsäure) in der Schwangerschaft, einen Geburtsvorbereitungskurs für bei uns versicherte Partner und Partnerinnen oder Osteopathie für Neugeborene unter bestimmten Voraussetzungen. Mehr dazu: **kkh.de/familienpaket**

Für 77 %* der Menschen

in Deutschland steht die Familie an erster Stelle. Für uns übrigens auch!

*demografie-portal.de

Hebammenvermittlung: Untersuchungen, Formularkram, Schwangerschaftsgymnastik – an Terminen in der Schwangerschaft mangelt es nicht. Dabei unterstützen wir Sie, wo wir können – zum Beispiel bei der Suche nach einer Hebamme in Ihrer Nähe. Sie nennen uns Ihre Wünsche, wir loten aus, wo es freie Kapazitäten gibt. Mehr dazu: **kkh.de/hebammen**

BabyCare-Paket für Schwangere: Was ist wichtig, was ist richtig? Diese Fragen stellen sich viele Schwangere. Das BabyCare-Paket gibt Ihnen darauf Antworten – mit einem umfangreichen Ratgeber, in einer praktischen App mit Tipps und Checklisten und mit einem Fragebogen zur Erstellung Ihrer persönlichen Analyse. Mehr dazu: **kkh.de/babycare**

Amblyopie-Screening: Damit Ihr Nachwuchs die Welt mit eigenen Augen entdecken kann, bieten wir eine zusätzliche Augenuntersuchung an. Das Amblyopie-Screening dauert nur wenige Sekunden und zeigt den Sehfehler schon, bevor Sie erste Symptome beobachten können.* Mehr dazu: **kkh.de/amblyopie**

pelvina-App – für einen gesunden Beckenboden: Ob zur Unterstützung nach der Geburt oder einfach so: Mit der pelvina-App können Frauen dauerhaft ihren Beckenboden stärken und schon im Vorfeld etwas gegen Rückenschmerzen und Harninkontinenz tun. Wir übernehmen die Kosten fürs erste Jahr.** Mehr dazu: **kkh.de/pelvina**

Nia – Die Neurodermitis-Helferin: Leiden Sie oder Ihr Kind an Neurodermitis? Damit Sie die Krankheit und Schubauslöser besser verstehen können, gibt es die Nia-App. Die Premiumversion „Digitale Begleitung“ bezahlen wir für 12 Monate, wenn Sie dies bis zum 31.10.2022 beantragen. Mehr dazu: **kkh.de/nia-app**

PädExpert, PädAssist und PädHome – telemedizinische Angebote für Kinder: Diese Online-Module bieten wir gemeinsam mit dem Bundesverband der Kinder- und Jugendärzte e. V. an. Sie können besonders dann hilfreich sein, wenn bei Ihrem Kind der Verdacht auf eine chronische Erkrankung besteht oder schon eine entsprechende Diagnose vorliegt.* Mehr dazu: **kkh.de/paed**

*Ihr Arzt rechnet die Untersuchungen direkt über die Gesundheitskarte ab. Für das Amblyopie-Screening sowie die Päd-Angebote muss der Arzt am Vertrag zwischen der KKH und dem Bundesverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) teilnehmen.

Aumio – Entspannung und Meditation für Kinder: Mit spielerischen Übungen und achtsamen Geschichten hilft diese App Kindern nachweislich bei Schlafproblemen, Stress oder Konzentrationsschwierigkeiten. Mehr als 25 Stunden kindgerechte Inhalte bieten ein spannendes Hörerlebnis für die ganze Familie.** Mehr dazu: **kkh.de/aumio**

Impfungen für Kinder und junge Erwachsene: Weil Ihr Nachwuchs einen besonderen Schutz benötigt, übernehmen wir die Kosten für alle regelhaft vorgesehenen Schutzimpfungen. Dazu gehören zum Beispiel die Impfungen gegen Rotaviren für Babys zwischen sechs und 32 Wochen oder die HPV-Impfung für unsere Versicherten von neun bis 26 Jahren. Mehr dazu: **kkh.de/impfen**

** Wir bezuschussen zwei zertifizierte Kurse pro Kalenderjahr mit 90 Prozent der Kurskosten bis max. 80 € je Kurs, bei Online-Präventionskursen tragen wir 100 Prozent der Kosten bis zu einem Maximalbetrag von 100 €. Die Teilnahme an der pelvina- oder Aumio-App wird auf diesen Höchstanspruch angerechnet.

Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche: Wir übernehmen für Ihre Kinder alle gesetzlich vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen, mit denen Krankheiten oder Fehlentwicklungen rechtzeitig erkannt werden können. Außerdem erhalten unsere Versicherten bis zum 17. Geburtstag zusätzliche Untersuchungen (U10, U11 und J2*). Mehr dazu: **kkh.de/kinderuntersuchungen**

Kostenfreie Familienversicherung: Anders als in der privaten Krankenversicherung können Sie bei uns Ihre Kinder bis zu 25 Jahren sowie Ihren Ehepartner unter bestimmten Voraussetzungen kostenfrei mitversichern. Versicherte unter 18 Jahren sind sogar von den gesetzlichen Zuzahlungen befreit (z. B. für Medikamente, ausgenommen gesetzliche Zuzahlung zu Fahrtkosten). **kkh.de/familie**

Empfängnisverhütung: Besonders für Jüngere sind ärztliche Untersuchungen und Empfehlungen zur Empfängnisverhütung wichtig. Wir übernehmen für unsere Versicherten bis zum 22. Geburtstag daher die Kosten für verordnungsfähige Verhütungsmittel. Mehr dazu: **kkh.de/verhuetung**

Professionelle Zahnreinigung (PZR): Die Reinigung der Zähne kann mit einer Zahnspange ganz schön schwierig sein. Daher beteiligen wir uns an den Kosten für eine PZR vor und nach der Behandlung mit einer festen Zahnspange. Mehr dazu: **kkh.de/pzr**

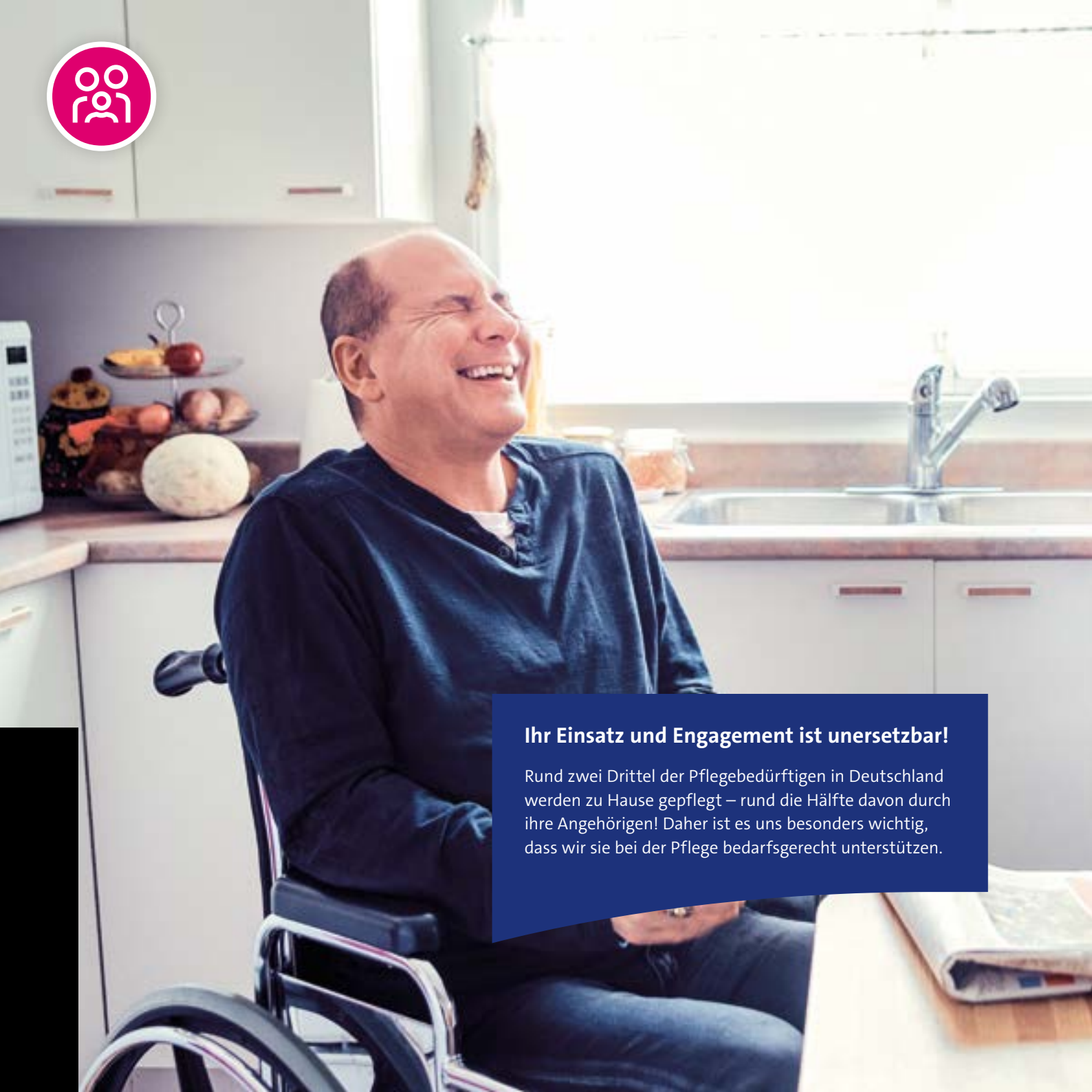
Kieferorthopädische Behandlung: Benötigt Ihr Kind eine kieferorthopädische Behandlung? Bis zum 18. Lebensjahr und bei einer bestimmten Ausprägung von Zahn- und Kieferfehlstellungen übernehmen wir 80 bzw. 90 Prozent der vertraglichen Kosten. Sobald die Behandlung im medizinisch erforderlichen Umfang abgeschlossen ist, erstatten wir Ihre Eigenanteile in Höhe von 20 bzw. 10 Prozent. Mehr dazu: **kkh.de/kieferorthopaedie**

Schutz vor Karies durch Fissurenversiegelung: Wenn sich Bakterien in den Rillen und Vertiefungen unserer Zähne ansiedeln, kann Karies entstehen. Das betrifft vor allem die großen und kleinen Backenzähne. Bei der Fissurenversiegelung werden die gefährdeten Stellen dünn mit einem speziellen Versiegelungsmaterial aus Kunststoff überzogen. Die Kosten für die Fissurenversiegelung der Backenzähne übernehmen wir bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres zu 100 Prozent. An den Kosten für die Fissurenversiegelung der kleinen Backenzähne beteiligen wir uns (bei Kindern und Jugendlichen) bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres für die erstmalige Behandlung und für die Nachversiegelung mit bis zu jeweils 80 €. Alle Informationen finden Sie unter: **kkh.de/fissurenversiegelung**

Auslands-Krankenschutz: Sie möchten ins Ausland reisen? Unsere Servicestellen informieren Sie gern über notwendige Impfungen und eine mögliche Kostenübernahme, wenn Sie im Ausland krank werden. Mehr dazu: **kkh.de/urlaubstipps**

*Ihr Arzt rechnet die Untersuchungen direkt über die Gesundheitskarte ab. Für die U10, U11 und J2 muss der Arzt am Vertrag zwischen der KKH und dem Bundesverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) teilnehmen.

Familien profitieren



Ihr Einsatz und Engagement ist unersetzbar!

Rund zwei Drittel der Pflegebedürftigen in Deutschland werden zu Hause gepflegt – rund die Hälfte davon durch ihre Angehörigen! Daher ist es uns besonders wichtig, dass wir sie bei der Pflege bedarfsgerecht unterstützen.

Pflegende Angehörige

PflegeCoach: Die Angehörigen pflegen, das kommt manchmal ganz schön unerwartet. Mit unserem PflegeCoach möchten wir Ihnen bei dieser anspruchsvollen Aufgabe gern unter die Arme greifen. Der Coach vermittelt Ihnen praxisnah mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen die Inhalte eines Pflegekurses. Sie können den Online-Coach ganz unkompliziert rund um die Uhr dort nutzen, wo die Pflege stattfindet: zu Hause. Mehr dazu: **kkh.de/pflegecoach**

Pflegelotse: Mit unserem Pflegelotsen finden Sie schnell und einfach das passende Pflegeangebot für Sie oder Ihre Angehörigen. Er vermittelt alle Informationen, die Sie benötigen: Angaben zu Struktur, Preisen und die Anschriften der jeweiligen Pflegeeinrichtungen. Mehr dazu: **kkh.de/pflegelotse**

Online-Pflegeseminare: In unseren Seminaren geben wir Ihnen einen guten Überblick zu wichtigen Themen aus der Pflege und Pflegeversicherung. Mehr dazu: **kkh.de/online-pflegeseminare**

KKH Pflege Podcast: Unser Podcast gibt Ihnen Antworten auf wichtige Fragen zur richtigen Pflege von Angehörigen. Mehr dazu: **kkh.de/podcast**

Reisen für pflegende Angehörige: Unser Partner Dr. Holiday bietet unseren Versicherten, die Angehörige pflegen, Präventionsreisen an. Diese beinhalten gesundheitsfördernde Bewegungs- oder Entspannungskurse und bieten einen idealen Rahmen, um sich mit anderen Pflegenden auszutauschen. Außerdem gehört ein kostenloses Pflegeseminar zum Programm. Mehr dazu: **kkh.de/reisewelten**

Sichern Sie sich unsere Vorteile!

Wer gesund lebt und aktiv etwas für seine Gesundheit tut, profitiert bei uns doppelt.

2te-ZahnarztMeinung: Wir arbeiten mit 2te-ZahnarztMeinung, dem Auktionsportal für Zahnersatz, zusammen. So können Sie verschiedene Angebote für eine zahnärztliche Behandlung aus Ihrer Region miteinander vergleichen. Damit sparen Sie bis zu 56 Prozent Ihres Eigenanteils. Mehr dazu: **kkh.de/zweite-zahnarztmeinung**

Zahnärztliche Vorsorge und Behandlung: Gesundheit beginnt im Mund! Damit Ihre Zähne langfristig gesund bleiben, übernehmen wir die Kosten für alle zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchungen und Behandlungen, die gesetzlich vorgeschrieben sind. Auch erhalten Sie unter bestimmten Voraussetzungen Zuschüsse zu Implantaten und Inlays. Mehr dazu: **kkh.de/zahnvorsorge**

biodentis: Ob Krone, Teilkrone, Brücke oder Inlay – über unseren Kooperationspartner, die biodentis GmbH, erhalten unsere Versicherten hochwertigen Zahnersatz zu Sonderkonditionen. Natürlich ausschließlich hergestellt in Deutschland und mit sechs Jahren Garantie. Mehr dazu: **kkh.de/biodentis**

Retainer: Nach einer kieferorthopädischen Behandlung kann es passieren, dass sich die Zähne wieder verschieben. Um dies zu verhindern, beteiligen wir uns an den Kosten für einen festsitzenden Unterkiefer-Retainer. Außerdem bezuschussen wir mögliche Reparaturen während einer laufenden Behandlung. Mehr dazu: **kkh.de/retainer**

Wahltarife

Gesundheitsbewusst leben und dadurch bares Geld sparen: Das ermöglichen Ihnen unsere Wahltarife. Selbstverständlich sind Sie umfassend abgesichert, falls Sie doch einmal krank werden. Mehr dazu: **kkh.de/wahltarife**

Krankenversicherung für Selbstständige: Sind Sie selbstständig? Dann können Sie sich grundsätzlich freiwillig bei uns versichern. Wir unterstützen Sie bei allen Formalitäten und bieten Ihnen erstklassige Leistungen, die zu Ihrer individuellen Situation passen. So haben Sie den Kopf frei für Ihre Selbstständigkeit. Mehr dazu: **kkh.de/selbststaendige**

Krankengeld-Tarif für Selbstständige: eine sichere Sache, wenn Sie krank werden und Ihr Einkommen deswegen ausfällt

Vital-Tarif: Sie erhalten im Jahr bis zu 100 € Prämie, wenn Sie einen Krankenhausaufenthalt vermeiden.

Über 1,6 Mio. Versicherte

profitieren bereits von unseren umfangreichen Leistungen.

DFSI RATINGS
LEISTUNG FÜR SELBSTSTÄNDIGE
sehr gut
FOCUS-MONEY 21/21
GKV-Studie: Deutschlands größter Kunden-Leistungsvergleich

Wir sind für Sie da!

Wie Ihr gesundheitliches Ziel auch aussehen mag: Mit unseren Leistungen kommen Sie ganz sicher an.

In unseren über 100 Servicestellen sind wir bundesweit persönlich für Sie da. Ihre Fragen beantworten unsere kompetenten Mitarbeitenden in Ihrem Regionalzentrum per Telefon unter **0800 5548640554** oder per E-Mail unter **service@kkh.de** – ganz individuell.

Gemeinsam finden wir heraus, welche Leistungen am besten zu Ihnen passen: Rufen Sie uns einfach rund um die Uhr an. Selbstverständlich sind wir auch online jederzeit für Sie da. In Meine KKH unter **kkh.de/meinekkh** können Sie vieles überall und jederzeit selbst erledigen.

Alle Informationen zu uns und unseren Leistungen finden Sie übrigens auch auf: **kkh.de**

Zufrieden? Weiterempfehlen lohnt sich!

81 Prozent* unserer Versicherten würden uns ihren Freunden und Bekannten weiterempfehlen: Für jedes neu geworbene Mitglied belohnen wir Sie mit 25 €. Empfehlen Sie uns einfach direkt unter **kkh.de/empfehlen** weiter oder scannen Sie den QR-Code.

*Ergebnisse der KKH Kunden-zufriedenheitsbefragung 2020

Regionalzentren
für eine qualifizierte Beratung per E-Mail und Telefon

Servicestellen
für Ihre individuelle und persönliche Beratung vor Ort

TÜV NORD
TÜV NORD CERT GmbH
Geprüfte Kundenzufriedenheit

KKH Kaufmännische Krankenkasse
30125 Hannover
Service-Telefon: 0800 5548640554
service@kkh.de
kkh.de

F 4793 – 03/22