Vorsorge, Hygiene, Impfschutz

Untersuchungen zur Vorsorge und Früherkennung

Viele Krankheiten und Behinderungen können geheilt oder behandelt werden, wenn Sie früh erkannt werden. Ihre Krankenkasse bezahlt die nötigen Untersuchungen. Auch gesundheitliche Belastungen oder Risikofaktoren können so frühzeitig identifiziert werden. Welche Untersuchungen für Sie wichtig sind, richtet sich vor allem nach Ihrem Alter und Ihrem Geschlecht.

Genauere Informationen zu den Untersuchungen finden Sie in der Broschüre "Gesundheit für alle" oder auf der Seite des Bundesministeriums für Gesundheit. Sie können auch bei Ihrer Krankenkasse nachfragen, welche Untersuchungen das sind.

Hygiene

Um selbst nicht krank zu werden, hilft eine gute Hygiene. Häufiges Händewaschen ist ebenso wichtig wie eine saubere Toilettenhygiene.

Auf der Homepage der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung erhalten Sie Tipps für die Hygiene.

Impfschutz

Jeden Tag kommen wir in Kontakt mit Viren, Bakterien oder Pilzen. Dieser Kontakt kann zu einer Krankheit führen, muss er aber nicht. Oft wird der Körper selbst mit Viren, Bakterien oder Pilzen fertig.

Ansteckende Krankheiten können von Mensch zu Mensch oder unter Umständen auch von Lebensmitteln oder Gegenständen weitergegeben werden. Manche Krankheiten werden von Tieren auf den Menschen übertragen.

Zum **Schutz vor einigen ansteckenden Krankheiten** kann man sich impfen lassen, zum Beispiel gegen Grippe, Mumps, Windpocken, Masern oder Röteln. Am besten kann Sie Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt beraten, welche Impfungen für Sie sinnvoll sind. Manche Impfungen müssen nach einer bestimmten Zeit wiederholt werden, damit der Impfschutz nicht verloren geht.

www.impfen-info.de

Aktuelle Impfempfehlungen des Robert-Koch-Instituts erhalten Sie im Impfkalender in 20 Sprachen.

INTEGREAT Great Integration.