

Einblick

Das Kundenmagazin der Hallesche

Ausgabe | November 2021

Digitaler GesundheitsPartner

Wir freuen uns
über 100.000 aktive
App-Nutzer

 **Hallesche**
ALH Gruppe

Multiresistente Erreger

Wenn Antibiotika
nicht helfen.

Apps auf Rezept

Profitieren Sie von neuen
digitalen Gesundheitsangeboten.

Psychische Erkrankungen

Individuelle Unterstützung in
schwierigen Lebenssituationen.



Liebe Leserin, lieber Leser,

eine der dringlichsten Aufgaben für die neue Bundesregierung ist es, die Kranken- und Pflegeversicherung zukunftsfest zu machen. Wir stehen als verlässlicher Partner bereit, denn die Private Krankenversicherung ist generationengerecht und nachhaltig finanziert.

In dieser Ausgabe möchten wir jedoch nicht Finanzierungsfragen in den Mittelpunkt rücken. Vielmehr interessiert uns, wie Sie ein gesundes Leben führen können – auch mit unserer Hilfe.

Gesundheit wird digital. Das zeigen die digitalen Gesundheitsanwendungen, die es seit 2019 vom Arzt auf Rezept gibt. Und das zeigt auch unsere App hallesche4u, die ihren 100.000 Nutzer feiert! Gesundheit verändert sich. Herausforderungen wie multiresistente Erreger beschäftigen die Mediziner. Auch die Psyche rückt in den Fokus. Als GesundheitsPartner unterstützen wir unsere Versicherten hier sehr gerne mit speziellen Betreuungsangeboten.

Wir entwickeln außerdem innovative Produktlösungen. So können Mitarbeiter, die sich um einen Angehörigen kümmern, mit der betrieblichen Pflegeversicherung FEEL-care Pflege und Beruf besser unter einen Hut bekommen.

Ich wünsche Ihnen viele interessante Einblicke.

Herzliche Grüße

Ihr Christoph Bohn
Vorsitzender des Vorstands

Neuer Gesundheitsratgeber

Das tägliche 10-Minuten-Programm

Denk dich fit

Gehirnjogging ist nur etwas für Senioren? Weit gefehlt! Studien zeigen, dass es sich in jedem Alter lohnt, die geistigen Fähigkeiten zu trainieren. Mehr Kreativität, ein verbessertes Gedächtnis und treffsicherere Entscheidungen sind die nachgewiesenen Ergebnisse unseres Trainingsprogramms. In dieser Broschüre erwartet Sie die ideale Mischung aus Theorie und Praxis.

Zu Beginn erfahren Sie spannende Fakten zum Thema Gehirnentwicklung und verstehen, wie die folgenden Übungen auf Ihr Gehirn wirken. Im Trainingsteil werden unterschiedliche Bewegungsübungen basierend auf motorischer sowie kognitiver Intelligenz Schritt für Schritt erklärt. Mithilfe der Übungen entstehen neue Verbindungen zwischen den Gehirnzellen – die Basis für eine optimierte Gehirnleistung und mehr Lebensqualität. Der zusätzliche Online-Zugang macht es Ihnen leicht, die Übungen praktisch nachzuvollziehen.

Probieren Sie es aus!



Bestellen Sie jetzt Ihr Exemplar

Fordern Sie Ihre Broschüre kostenfrei mit der abtrennbaren Antwortkarte an oder bestellen Sie einfach online:

www.hallesche.de/gesundheitsbroschueren

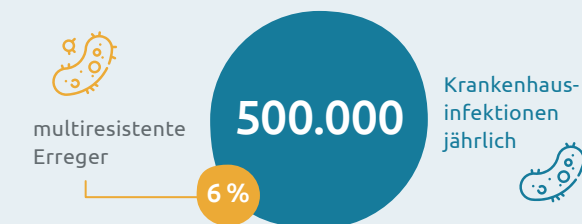
Multiresistente Erreger

Wenn Antibiotika nicht helfen

Bakterielle Infektionen lassen sich meistens mit Antibiotika gut behandeln. Einige Bakterientypen sind jedoch im Lauf der Zeit resistent gegenüber verschiedenen Antibiotikaklassen geworden. Man spricht dann von multiresistenten Erregern (MRE).

Am bekanntesten ist der Methicillin-resistente Staphylococcus aureus – kurz: MRSA. Neben dem MRSA gibt es noch weitere multiresistente Erreger, wie z.B. VRE (Vancomycin-resistente Enterokokken) und ESBL (Extended-Spectrum Beta-Laktamasen). Größtenteils treten MRE-Infektionen in Krankenhäusern auf. Doch wir alle können in unserem Alltag dazu beitragen, die Ausbreitung einzudämmen.

Wie häufig sind Infektionen mit multiresistenten Keimen?



Jedes Jahr entwickeln sich ca. 500.000 Krankenhausinfektionen, oft durch körpereigene Bakterien. Ca. 30.000 Infektionen sind durch multiresistente Erreger bedingt, somit ca. 6%.

Wer ist besonders gefährdet?

In der Regel ist für Gesunde der Kontakt mit multiresistenten Erregern nicht gefährlich. Allerdings können sie die Erreger auf andere übertragen. Besonders gefährdet sind Menschen mit einem geschwächtem Immunsystem. Wenn diese eine Infektion mit MRE entwickeln, ist die Behandlung stark erschwert, da nur wenige Antibiotika als Behandlungsalternative in Frage kommen. Besondere Risikofaktoren für multiresistente Bakterien sind zum Beispiel: Aufenthalt im Pflegeheim, Operationen, schlecht heilende Wunden sowie Erkrankungen, die das Immunsystem schwächen oder Medikamente, die das Immunsystem unterdrücken.



Gut zu wissen

Wie können Sie sich und andere schützen?

Die Verbreitung von multiresistenten Keimen lässt sich verhindern durch regelmäßiges, gründliches Händewaschen und ein sauberes Wohnumfeld. Die Desinfektion von Händen und Oberflächen hilft – jedoch nur, wenn sie korrekt ausgeführt wird. Beachten Sie daher immer die Einwirkzeiten der jeweiligen Mittel. Die meisten Bakterien überleben Temperaturen über 60°C nicht – waschen Sie Wäsche und Geschirr somit regelmäßig auch bei höheren Temperaturen. Um die Entstehung weiterer MRE zu verhindern, sollten Antibiotika grundsätzlich nur dann eingesetzt werden, wenn es wirklich sinnvoll ist. Erkältungen beispielsweise werden in der Regel von Viren verursacht, hier ist die Einnahme von Antibiotika nicht sinnvoll und nicht angezeigt. Sprechen Sie im Zweifel mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin!



Lesen Sie darüber hinaus weitere Informationen zum Thema Krankenhausinfektionen unter: www.hallesche-gesundheitsportal.de > Rubrik Gesundheit > Gesundheitsspecial Krankenhaus > Krankenhausinfektionen

Digitaler GesundheitsPartner

hallesche4u-App: Wir freuen uns über 100.000 aktive Nutzer

Im Jahr 2020 eingeführt und mittlerweile schon über 100.000 registrierte Versicherte: Die App hallesche4u ist ein voller Erfolg! Sind Sie auch schon dabei? Lassen Sie sich die hilfreichen Funktionen und Services der App nicht entgehen!



Einfach praktisch

Die hallesche4u-App ist ein vielseitiger Begleiter bei Themen rund um die Krankenversicherung. Nutzer können auf Gesundheits-Services wie den digitalen Gesundheitslotsen oder die ärztliche Videotelefonie zugreifen oder auch Rechnungen und andere Belege online einreichen. Ein Drittel der registrierten Kunden nutzt mindestens einmal im Monat hallesche4u. Viele Versicherte haben die App bereits aktiv in ihren Alltag integriert, was sich auch am kontinuierlich steigenden Anteil der Einreichungen zeigt: Inzwischen erreicht uns mehr als jede vierte Rechnung via App. Insgesamt gingen über hallesche4u rund 800.000 Belege bei uns ein.

Mehr unter: www.hallesche4u.de



QR-Code für iOS



QR-Code für Android

Bald bei hallesche4u

Aktuell arbeiten wir intensiv an der Weiterentwicklung von hallesche4u. Dabei erhält die App unter anderem ein frischeres Erscheinungsbild, aber auch funktional wird sich einiges ändern. Hier haben wir an vielen Stellen Ihr Feedback aufgegriffen:

- Die Navigation innerhalb der App erfolgt über eine moderne Tab-Struktur
- Bei der Belegeinreichung können Dateianhänge hinzugefügt werden
- Noch nicht eingereichte Belegentwürfe können geräteunabhängig bearbeitet, gespeichert und verwaltet werden
- Belege können versicherten Personen zugeordnet oder mit Kommentaren versehen werden
- Innerhalb der Belegübersicht sind verschiedene Filtermöglichkeiten integriert



Alle Neuerungen werden Ihnen beim ersten Öffnen der aktualisierten hallesche4u-App detailliert erläutert.

Digitale Gesundheitsanwendungen

Neu ab Januar bei der Hallesche: Apps auf Rezept

Mit digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGA) – auch „Apps auf Rezept“ genannt – bekommen Patienten hilfreiche digitale Technologien für ihre Gesundheit an die Hand. DiGAs können flexibel etwa über das Smartphone oder Tablet genutzt werden. Sie unterstützen dabei, Krankheiten bzw. Verletzungen und Behinderungen zu erkennen, zu beobachten, zu lindern oder zu kompensieren. Selbstverständlich wurden die Apps hinsichtlich ihrer Qualität und Funktion, aber auch bezüglich Datensicherheit und Datenschutz geprüft.

Wachsende Auswahl an DiGAs

Seit Oktober 2020 wurden etwa 90 Anträge auf Aufnahme in das offizielle DiGA-Verzeichnis des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) gestellt. Aktuell werden im DiGA-Verzeichnis mehr als 20 digitale Gesundheitsanwendungen gelistet. Diese Apps können Ihnen von Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten verordnet werden. Beispielsweise gibt es hier die „somnio App“ zur Behandlung von Schlafstörungen oder die „elevida App“ für Patienten mit Multipler Sklerose. Darüber hinaus gibt es zahlreiche weitere Lösungen für diese und weitere unterschiedlichste Krankheitsbilder.

Ab Januar auch für unsere Versicherten

Sie können schon heute unser digitalen Services kostenfrei nutzen. Um dieses Angebot zu erweitern, wird die Hallesche digitale Gesundheitsanwendungen ab Januar 2022 als festen Leistungsbestandteil in die Vollversicherungstarife aufnehmen. Darüber werden wir Sie zeitnah separat informieren.



Mehr Informationen zu digitalen Gesundheitsanwendungen finden Sie auf der Internetseite des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM): diga.bfarm.de



Arbeitsunfähigkeit

Krankentagegeld schützt vor Einkommensverlust

Schnell kann eine Krankheit oder Verletzung zu einer längeren Arbeitsunfähigkeit führen. Bei den meisten Angestellten endet die Entgeltfortzahlung nach sechs Wochen. Selbstständige sind bereits bei Eintritt der Arbeitsunfähigkeit vom Verdienstausschlag betroffen. Doch viele Ausgaben wie Miete, Kredite oder Lebenshaltungskosten laufen trotz Krankheit weiter. Für die finanzielle Absicherung ist daher bei Angestellten und Selbstständigen eine Krankentagegeldversicherung wichtig. Diese gleicht Ihren Einkommensverlust ab der definierten Karenzzeit aus, damit Sie ohne finanzielle Sorgen gesund werden können.

Um dauerhaft bedarfsgerecht abgesichert zu sein, sollten Sie aber auch bestehende Krankentagegeldversicherungen regelmäßig überprüfen: Ist die Karenzzeit richtig gewählt? Entspricht die vereinbarte Tagegeldhöhe noch Ihrem aktuellen Bedarf?

So ermitteln Sie die optimale Höhe Ihres Krankentagegelds:

Für Angestellte

80 % der einkommensteuerrechtlichen Einnahmen aus nichtselbstständiger Arbeit (Bruttoarbeitslohn)* dividiert durch 360 Tage

* Geldleistungen des Arbeitgebers, soweit diese regelmäßig bezahlt werden und vertraglich vereinbart sind.

Für Selbstständige

80 % des einkommensteuerrechtlichen Gewinns aus selbstständiger/freiberuflicher Tätigkeit dividiert durch 360 Tage

Möchten Sie Ihr Krankentagegeld anpassen oder haben Sie Fragen? Das Service-Telefon hilft Ihnen gerne weiter unter: **0800 3020 100**

Gut versichert

Studium und Ausbildung

Tipp: Schließen Sie einen Optionstarif ab, wenn Sie mit Beginn der Ausbildung oder nach dem Studium versicherungspflichtig werden. Vorteil: Endet die GKV-Pflicht, können Sie so einfach und günstig wieder in die private Krankenversicherung zurückwechseln.

Sobald Auszubildende oder dual Studierende eine Ausbildungsvergütung erhalten, werden sie in der Regel versicherungspflichtig in der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV). Doch damit muss die Versicherung bei der Hallesche nicht enden. Um zum Beispiel Zähne, Brillen, Krankenhausaufenthalte oder alternative Heilmethoden abzusichern, bieten wir ihnen individuelle Zusatzversicherungen.

Hochschulstudenten haben die Wahl
Studierende an Hochschulen können bis spätestens drei Monate nach der Einschreibung einen Antrag auf Befreiung bei der GKV stellen, um so weiterhin die Vorzüge der Hallesche zu genießen.

Günstige Beiträge bei gewohntem Versicherungsschutz bieten unsere Studententarife. Mehr Informationen unter: www.hallesche.de/studenten

Unterstützung in schweren Zeiten

Professionelle Hilfe bei psychischen Erkrankungen

Fast jeder von uns kennt Phasen im Leben, in denen man sich niedergeschlagen, ängstlich oder gestresst fühlt. Ob Einsamkeit, die neue Situation im Homeoffice oder Angst um den Arbeitsplatz – die Corona-Pandemie hat weltweit die Häufigkeit psychischer Belastungen deutlich erhöht.

Wir lassen Sie nicht allein

Um aus dieser Spirale herauszukommen, helfen wir Betroffenen dabei, die passende Unterstützung zu finden: Mit unserem Versorgungsprogramm Perspektive+ in Zusammenarbeit mit unserem Kooperationspartner IVP Networks (Integrierte Versorgungsprogramme) begleiten wir Sie auf Ihrem Weg.

Individuelle Lösungen

Zunächst klären wir individuell: Welche Art der Unterstützung benötigen Sie? Ist eine telefonisch-therapeutische Unterstützung oder ein digitales

Programm hilfreich, das sich gut in Ihren Alltag integrieren lässt? Ist eine Psychotherapie ratsam? Dabei können wir auf ein großes Netzwerk zurückgreifen und helfen Ihnen so, geeignete Therapeuten in Ihrer Nähe zu finden. Während der Betreuung steht Ihnen außerdem rund um die Uhr eine Krisenhotline zur Verfügung.

Hilfe für Jugendliche

Auch Kinder und Jugendliche leiden immer häufiger unter psychischen Belastungen. Deshalb bieten wir auch für unsere jüngeren Versicherten ab 14 Jahren Unterstützung durch das erfahrene Team der IVP. Für die Teilnahme ist bis 16 Jahre die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten notwendig.

Das Team der Hallesche berät Sie gerne zur Teilnahme an unserem Versorgungsprogramm Perspektive+ und sendet Ihnen weitere Informationen zur Anmeldung. Rufen Sie dafür einfach unter **0711 6603-2055** an oder schreiben Sie eine E-Mail an: gesundheitsmanagement@hallesche.de

Nachlass für E-Autos

Nachhaltige Autos liegen im Trend und werden vom Staat aktiv gefördert. Auch die Alte Leipziger möchte einen Anreiz schaffen: Wer ein emissionsfreies Fahrzeug versichert, erhält bei uns einen Nachlass.

Tipp: Der Akku des Autos kann bspw. durch Kurzschlüsse oder Überspannungen Schaden nehmen. Der Baustein „Elektro-Plus“ versichert ihn und die eigene Wandladestation mit. Falls das Fahrzeug wegen eines leeren Akkus stehen bleibt, organisiert die Alte Leipziger den Abschleppdienst. Unsere Partnerwerkstätten sind größtenteils auf Elektro- und Hybridfahrzeuge vorbereitet und geschult. So sind Sie bald wieder (elektro-)mobil.

Erfahren Sie mehr zur Kfz-Versicherung unter:
www.alte-leipziger.de/kfz

Neues Angebot in der betrieblichen Krankenversicherung

Das Pflegekonzept für Firmen

Jeder 11. Beschäftigte übernimmt Verantwortung für eine pflegebedürftige Person. Über 70 % können Pflege und Beruf zeitlich nur schwer miteinander vereinbaren und leiden an dieser Doppelbelastung. FEELcare ist ein Unterstützungsangebot für Arbeitgeber, die ihre Mitarbeiter in einer solchen Pflegesituation zeitlich, finanziell, körperlich und emotional entlasten möchten. Das Konzept umfasst breit angelegte Beratungs-, Betreuungs- und Organisationsleistungen, die in Kooperation mit dem Malteser Hilfsdienst erbracht werden. Über ein monatliches Pflegebudget können zudem vielfältige Pflegedienstleistungen für den Angehörigen finanziert werden.

Hierfür erhielt die Hallesche ein Nachhaltigkeits-Testat der Universität Bayreuth. Es bestätigt, dass FEELcare zur Verbesserung der Nachhaltigkeit in Unternehmen beiträgt. Darüber hinaus wurde die Hallesche für ihr betriebliches Pflegekonzept mit dem Innovationspreis der Assekuranz ausgezeichnet – und zwar mit einer „Goldmedaille“ für den besonders hohen Kundennutzen.

Die Angebote in der betrieblichen Krankenversicherung richten sich an Firmen ab 10 Mitarbeiter. Mehr Informationen gibt es unter:
www.bkvFEELcare.de



Impressum

Herausgeber

Hallesche Krankenversicherung
auf Gegenseitigkeit, 70166 Stuttgart
ALH Gruppe
hallesche.de · alh-newsroom.de

E-Mail

service@hallesche.de

Service-Telefon, Mo.–Fr. 8–20 Uhr
0800 3020100 (gebührenfrei)

Redaktionsleitung

Patricia Miketek, Markus Schölkopf

Redaktionsmitglieder

Andreas Bernhardt, Bernd Büchler,
Sandra Dangelmayr, Udo Gröger,
Dr. med. Rainer Hakimi,
Christine Piastowski

Konzeption & Gestaltung

Designagentur Jonas Kriegstötter

Druck

Drescher Full-Service Versand
GmbH, Offenburg

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir im Einblick die männliche Form gewählt. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.