



AOK PLUS 

Willkommen
bei der AOK PLUS

Aus Liebe zur Gesundheit

AOK PLUS. Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.



Willkommen bei der AOK PLUS

Schön, dass Sie sich für uns und unsere Angebote interessieren. Deshalb haben wir für Sie viele wichtige Informationen über die AOK PLUS zusammengestellt. Vielleicht lernen wir Sie auch bald persönlich kennen – darauf freuen wir uns.



Unsere Leistungen

Professionelle Zahnreinigung	4
Kostenloser Haut-Check	7
Individuelle Gesundheitsangebote	8
Zusatzleistungen in der Schwangerschaft	11
Mehr kostenfreie Arznei bis 17 Jahre	12
Onlineportal und App „Meine AOK“	14
AOK PLUS Bonusprogramm	16
Osteopathie	19
Gesundheits-Apps	20
Kundenservice	23



Professionelle Zahnreinigung

Von der Zahnmedizin empfohlen und von der AOK PLUS unterstützt: Die professionelle Zahnreinigung spielt beim Erhalt der Zahngesundheit eine wichtige Rolle. Deshalb erhalten alle Versicherten ab 18 Jahren 40 Euro Zuschuss pro Kalenderjahr von der AOK PLUS.

Darüber hinaus bekommen auch Kinder und Jugendliche in genehmigter kieferorthopädischer Behandlung mit Multibrackets (PZR-KFO) bis zu 50 Euro im Halbjahr für eine Zahnreinigung erstattet.

So funktioniert es

- ① In der Zahnarztpraxis oder Kieferorthopädie eine professionelle Zahnreinigung durchführen lassen
- ② Rechnung mit Ihrer Unterschrift und Angabe Ihrer Bankverbindung per Post an die AOK PLUS senden oder einfach über das Onlineportal „Meine AOK“ einreichen
- ③ Erstattung von 40 Euro bzw. 50 Euro (PZR-KFO) auf Ihr Bankkonto, bei niedrigerer Rechnung wird der angegebene Betrag beglichen





Kostenloser Hautcheck

Hautkrebs, rechtzeitig entdeckt und behandelt, ist in den meisten Fällen heilbar. Die AOK PLUS übernimmt die Kosten der Hautvorsorgeuntersuchung bereits für Versicherte ab 14 Jahren.

Den Hautcheck können Sie bei einer spezialisierten Hautarztpraxis in Sachsen und Thüringen in jedem zweiten Jahr in Anspruch nehmen. Bei Bedarf kann eine Auflichtmikroskopie die Befundermittlung des Hautarztes oder der Hautärztin ergänzen. Bei Versicherten ab 35 Jahren führt auch der Hausarzt/die Hausärztin mit entsprechender Qualifikation die Untersuchung durch.

So funktioniert es

- ① Hautveränderungen unter Berücksichtigung von Hauttyp und Einwirkung von UV-Strahlung selbst beobachten
- ② Zur Hautarztpraxis gehen und durchchecken lassen, die Kosten trägt die AOK PLUS ab einem Alter von 14 Jahren
- ③ Diese Untersuchung alle 2 Jahre wiederholen und sich dabei sicher fühlen



Individuelle Gesundheitsangebote

Ob Ernährung, Bewegung oder Stressbewältigung – die AOK PLUS bietet Ihnen über 15.000 Kurse bei über 5.000 Partnerunternehmen. Lassen Sie sich individuell beraten und nehmen Sie an bis zu zwei Gesundheitskursen pro Jahr kostenfrei teil.

So funktioniert es

- ① Individuelle Beratung bei der AOK PLUS zur Wahl des richtigen Gesundheitskurses
- ② Ausstellung des persönlichen Gutscheins der AOK PLUS – so ist die Teilnahme für Sie kostenfrei, den Gutschein können Sie auch über das Onlineportal „Meine AOK“ beantragen
- ③ Unsere qualitätsgeprüften Vertragspartner/-innen erhalten den Gutschein und rechnen direkt mit der AOK PLUS ab – Sie nehmen entspannt am Kurs teil





Zusatzleistungen in der Schwangerschaft

SchwangerschaftPLUS Paket

Jetzt bis zu 500 Euro für Ihre Schwangerschaftsvorsorge erhalten. Sie können selbst aus verschiedenen Angeboten wählen. Die AOK PLUS erstattet im Rahmen dieses Budgets unter anderem ärztlich auf Privatrezept verordnete, apothekenpflichtige Arzneimittel. Während der Schwangerschaft gehören dazu Medikamente mit den Wirkstoffen Eisen, Magnesium, Folsäure und Jodid. Für Mütter während des ersten Lebensjahres des Kindes zählen dazu Arzneimittel mit dem Wirkstoff Jodid.* Über weitere Mehrleistungen informiert Sie Ihre AOK PLUS.

* verschreibungspflichtige Medikamente sind davon ausgenommen

So funktioniert es

- 1 Arzt oder Ärztin ordnet Fertigarzneimittel mit genannten Wirkstoffen als Privatrezept
- 2 Medikament in der Apotheke abholen
- 3 Rezept und Apothekenquittung einfach bei der AOK PLUS einreichen oder Erstattungsantrag direkt über das Onlineportal „Meine AOK“ stellen



Mehr kostenfreie Arznei bis 17 Jahre

Die AOK PLUS fördert die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Deshalb übernimmt sie viele nicht verschreibungs-, aber apothekenpflichtige Medikamente für die Altersgruppe der 12- bis 17-Jährigen.

Das gilt beispielsweise für:

- Hustensaft mit Ambroxol
- das schmerzlindernde und fiebersenkende Mittel Ibuprofen
- Antihistaminika gegen Heuschnupfen
- Arzneimittel gegen Hauterkrankungen wie Neurodermitis

So funktioniert es

- ① Ärztliche Verordnung auf Kassenrezept
- ② Einlösen des Rezepts in der Apotheke
- ③ Medikamente ohne Vorleistung erhalten, direkte Abrechnung durch Kassenrezept





Das Onlineportal und die App „Meine AOK“

So kurz war der Weg zur AOK PLUS noch nie. Beantragen Sie ganz einfach Ihre Kostenerstattung oder fordern Sie Bescheinigungen an. Mit unserem Onlineportal und der App „Meine AOK“ erledigen Sie vieles ganz bequem vom Smartphone, Tablet oder Computer aus – sicher, zeitsparend, an jedem Ort und rund um die Uhr.

Jetzt laden



Papierkram war gestern

- ① Ihre persönlichen Daten haben sich geändert? Dann aktualisieren Sie Ihre Angaben einfach online.
- ② Möchten Sie wissen, was Ihre Behandlung gekostet hat? Die elektronische Patientenquittung sagt Ihnen, was Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäuser, Therapeutinnen und Therapeuten mit der AOK PLUS abgerechnet haben.
- ③ Sie wollen Ihre Anträge direkt online stellen? Beantragen Sie hier z. B. ganz einfach Kinderpflegekrankengeld digital. So können Sie sich ganz auf die Pflege Ihres Kindes konzentrieren. Zusätzlich finden Sie eine Übersicht zu bereits genommenen Tagen.
- ④ Waren Sie zur Osteopathie, professionellen Zahnreinigung oder bei einer medizinischen Behandlung im Ausland? Hier können Sie die Rechnungen einreichen und eine Kostenerstattung beantragen.
- ⑤ Sie möchten sich für Ihr gesundes Leben belohnen? Nehmen Sie am Bonusprogramm teil und sammeln Sie Bonuspunkte bequem per App oder im Onlineportal. Wandeln Sie Ihre Punkte in Geldprämien oder PLUS-Leistungen um.

Wussten Sie schon?

Mit Ihren „Meine AOK“-Zugangsdaten zum Onlineportal oder der App können Sie auch die App AOK NAVIDA nutzen – zum Beispiel den Symptomcheck, die Videosprechstunde oder Gesundheitsziele mit passenden Challenges.



AOK PLUS Bonusprogramm

Mit dem AOK PLUS Bonusprogramm punktet die ganze Familie. Ob groß oder klein – alle können durch aktive Lebensweise Bonuspunkte sammeln.

Was Sie aus Ihrem Bonus machen, entscheiden Sie selbst: Entweder Sie lassen sich eine Geldprämie auszahlen oder privat finanzierte Gesundheitsleistungen (PLUS-Leistungen) erstatten. Wer clever ist, wählt PLUS-Leistungen, denn dann sind die Punkte das Doppelte wert.

Neugierig? Alle Informationen und Unterlagen finden Sie im Internet unter plus.aok.de/bonus.

So funktioniert es

- 1 Per Smartphone in der „Meine AOK“-App* anmelden oder per Teilnahmeerklärung im AOK PLUS Bonusprogramm einschreiben
- 2 Punkte sammeln für Fitnesstracking**, Vorsorge, Sport, Engagement und Impfungen und Nachweise bequem per App hochladen bzw. im Bonusheft bestätigen lassen
- 3 Geldprämie oder Erstattung einer PLUS-Leistung einfach per App anfordern oder alternativ dafür das Bonusheft nutzen

Jetzt laden:





Osteopathie

Immer mehr Menschen vertrauen natürlichen Heilmethoden. Neben der Schulmedizin können sie eine wirkungsvolle Ergänzung bieten, denn sie helfen bei der Linderung vieler Beschwerden.

Osteopathie ist eine rein manuelle, ganzheitliche Methode ohne medizinische Geräte oder Medikamente. Mithilfe von Dehn-, Massage- und Grifftechniken lösen sich Blockaden des Bewegungs- und Nervensystems und der inneren Organe. Zusätzlich werden Selbstheilungskräfte aktiviert.

Die AOK PLUS erstattet für drei Behandlungen im Kalenderjahr bis zu 180 Euro. Pro Behandlung erhalten Sie dabei 90 % der Kosten, maximal 60 Euro. Mehr unter plus.aok.de/osteopathie.

So funktioniert es

- ① Von der Hausärztin oder dem Hausarzt untersuchen und eine Empfehlung für Osteopathie ausstellen lassen
- ② Qualifizierte Osteopathin oder Osteopathen auswählen und Behandlungen durchführen lassen
- ③ Rechnung und ärztliche Empfehlung digital in der „Meine AOK“-App oder in einer AOK PLUS Filiale vor Ort einreichen



Gesundheits-Apps

Apps können Menschen helfen, einen gesünderen Lebensstil zu etablieren oder sogar die Behandlung bestimmter Erkrankungen unterstützen.

Von der AOK PLUS erhalten Sie über den gesetzlichen Rahmen hinaus bis zu 300 Euro pro Kalenderjahr für bestimmte Gesundheits-Apps. Welche das sind, erfahren Sie unter plus.aok.de/gesundheits-apps.

So funktioniert es

- 1 Informieren Sie sich über unsere Website, welche Gesundheits-Apps bezuschusst werden.
- 2 App herunterladen und Leistung in Anspruch nehmen
- 3 Die notwendigen Unterlagen bei der AOK PLUS zur Erstattung einreichen





Mehr Infos
zu allen Themen
finden Sie auch
im Internet unter:
plus.aok.de



Immer für Sie da

Service ist bei der AOK PLUS mehr als ein Versprechen.

Sie haben noch Fragen? Gern beraten wir Sie in 135 Filialen in Sachsen und Thüringen vor Ort oder rund um die Uhr an unserem kostenfreien Servicetelefon.

Sie möchten Mitglied werden? Jetzt sicher und einfach wechseln. Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihre Mitgliedschaft direkt online abzuschließen.

So erreichen Sie uns jederzeit kostenfrei



Am Servicetelefon: 0800 1059000*



Per E-Mail: service@plus.aok.de



Über unser Onlineportal „Meine AOK“:
meine.aok.de

**AOK PLUS. Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.**

**Sternplatz 7
01067 Dresden**

Mehr Infos unter:

Servicetelefon: 0800 1059000*

Service-E-Mail: service@plus.aok.de

Internet: plus.aok.de

* deutschlandweit kostenfrei und das rund um die Uhr aus allen Netzen