









# **Unsere Leistungen**

4
7
8
11
12
14
16
19
20
23



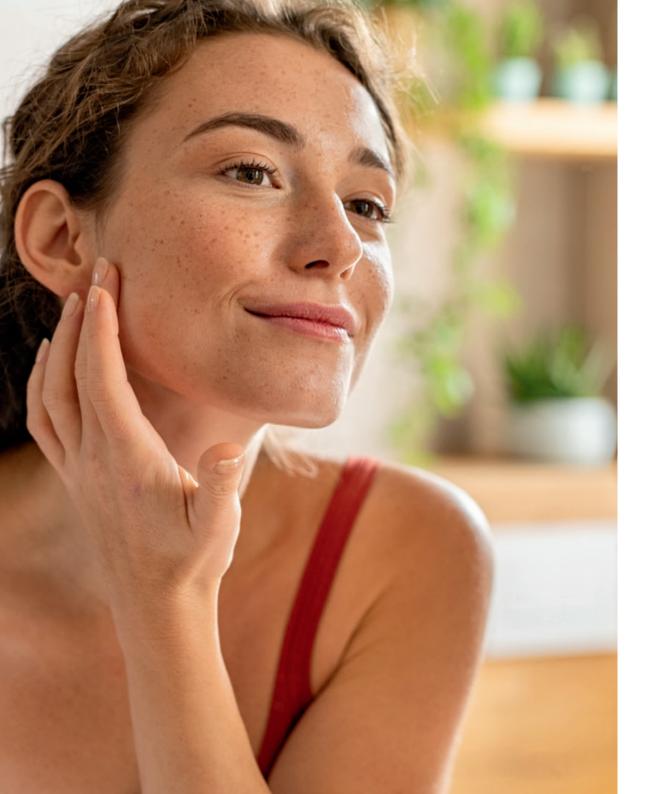
# Professionelle Zahnreinigung

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.

- In der Zαhnαrztprαxis oder Kieferorthopädie eine professionelle Zαhnreinigung durchführen lassen
- 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.

- Hautveränderungen unter Berücksichtigung von Hauttyp und Einwirkung von UV-Strahlung selbst beobachten
- Zur Hautarztpraxis gehen und durchchecken lassen, die Kosten trägt die AOK PLUS ab einem Alter von 14 Jahren
- 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.

- Individuelle Beratung bei der AOK PLUS zur Wahl des richtigen Gesundheitskurses
- 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
- 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 Angboten 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

- Arzt oder Ärztin verordnet Fertigarzneimittel mit genannten Wirkstoffen als Privatrezept
- (2) Medikament in der Apotheke abholen
- Rezept und Apothekenquittung einfach bei der AOK PLUS einreichen oder Erstattungsantrag direkt über das Onlineportal "Meine AOK" stellen



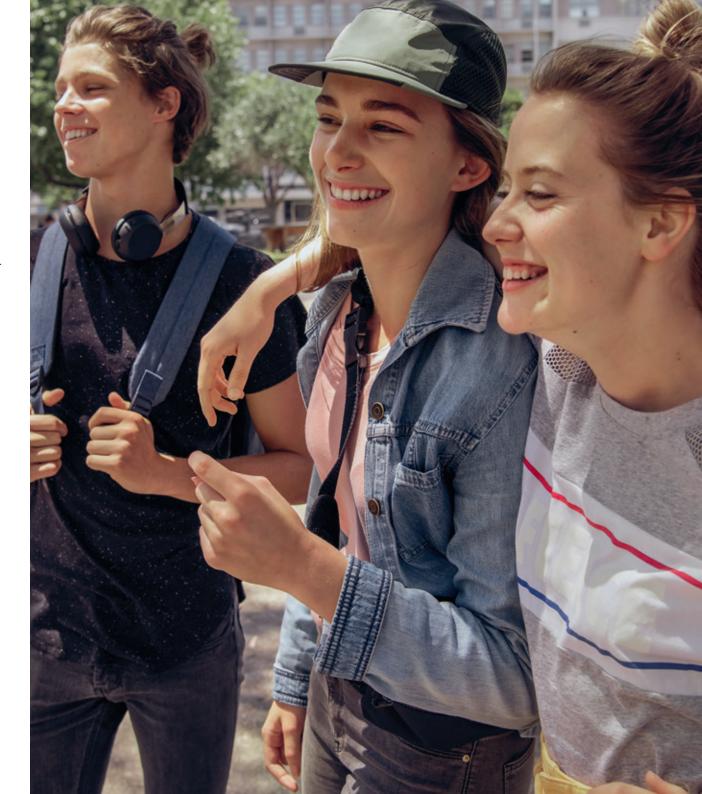
# Mehr kostenfreie Arznei bis 17 Jahre

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

- (1) Ärztliche Verordnung auf Kassenrezept
- **2**) Einlösen des Rezepts in der Apotheke
- 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.

# Papierkram war gestern

- Ihre persönlichen Daten haben sich geändert?
   Dann aktualisieren Sie Ihre Angaben einfach online.
- 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.
- Waren Sie zur Osteopathie, professionellen Zahnreinigung oder bei einer medizinischen Behandlung im Ausland? Hier können Sie die Rechnungen einreichen und eine Kostenerstattung beantragen.
- 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 PLUSLeistungen 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.

14 15



#### **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.

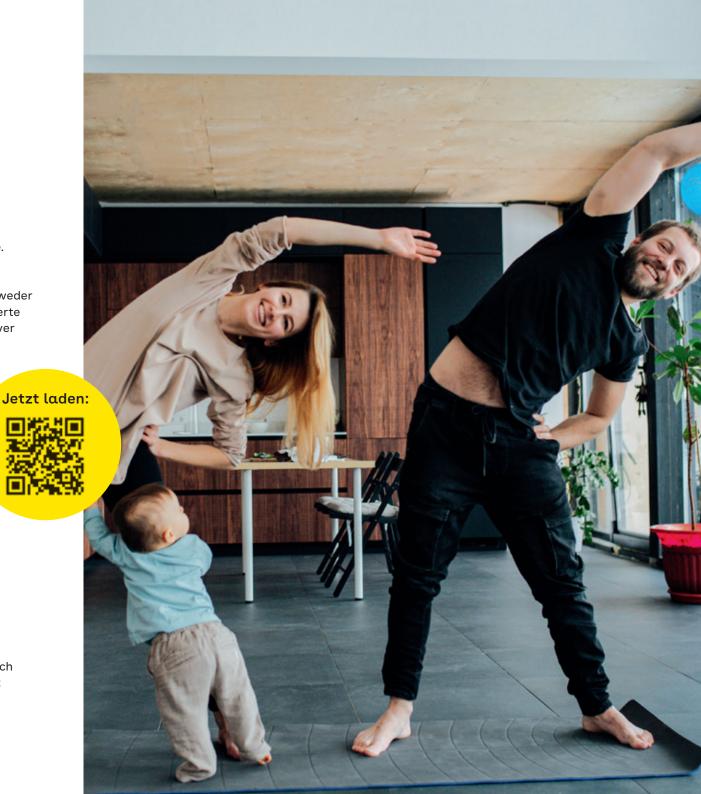
Neugierig? Alle Informationen und Unterlagen finden Sie im Internet unter **plus.aok.de/bonus.** 

## So funktioniert es

Per Smartphone in der "Meine AOK"-App\* anmelden oder per Teilnahmeerklärung im AOK PLUS Bonusprogramm einschreiben

Punkte sammeln für Fitnesstracking\*\*, Vorsorge, Sport, Engagement und Impfungen und Nachweise bequem per App hochladen bzw. im Bonusheft bestätigen lassen

Geldprämie oder Erstattung einer PLUS-Leistung einfach per App anfordern oder alternativ dafür das Bonusheft nutzen







# 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.** 

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

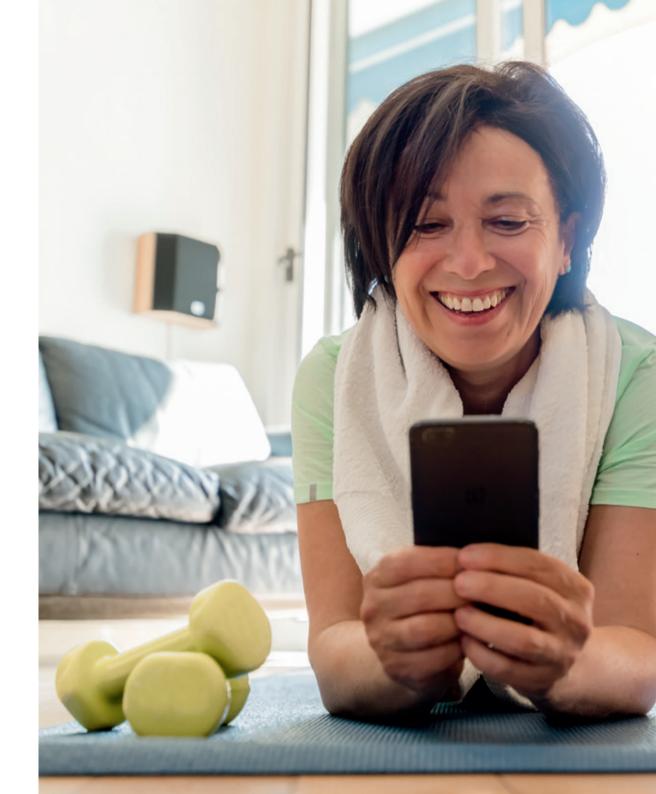


# **Gesundheits-Apps**

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.** 

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







#### 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  $\alpha n$ 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

Stand: August 2024 · öffentlich · © AOK PLUS

<sup>\*</sup>deutschlandweit kostenfrei und das rund um die Uhr aus allen Netzen