

Diese Früherkennungsuntersuchungen sind empfohlen und werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt!

#### Genitaluntersuchung

**Alter: ab 20 | Geschlecht: Frauen | Häufigkeit: jährlich**

Gezielte Anamnese (z.B. Fragen nach Blutungsstörungen), Untersuchung des Muttermundes, Krebsabstrich und zytologische Untersuchung, Gynäkologische Tastuntersuchung, Beratung über das Ergebnis

#### Brust- und Hautuntersuchung

**Alter: ab 30 | Geschlecht: Frauen | Häufigkeit: jährlich**

Gezielte Anamnese (z.B. Fragen nach Veränderungen), Untersuchung und Abtasten der Brust und der regionären Lymphknoten einschließlich der Anleitung zur Selbstuntersuchung, Beratung über das Ergebnis

#### Hautkrebs-Screening

**Alter: ab 35 | Geschlecht: Frauen + Männer | Häufigkeit: alle 2 Jahre**

Gezielte Anamnese z.B. Fragen zu Vorerkrankungen), visuelle Ganzkörperinspektion der gesamten Haut einschließlich des behaarten Kopfes, Beratung über das Ergebnis

#### Gesundheits-Check-Up

**Alter: ab 35 | Geschlecht: Frauen + Männer | Häufigkeit: alle 2 Jahre**

Früherkennung von Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen, Überprüfung von Blut- und Urinwerten, Überprüfung auf Diabetes, Beratungsgespräch

#### Prostatauntersuchung, Genitaluntersuchung, Hautuntersuchung

**Alter: ab 45 | Geschlecht: Männer | Häufigkeit: jährlich**

Gezielte Anamnese (z.B. Fragen nach Veränderungen), Untersuchung und Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane, Abtasten der Prostata, Tastuntersuchung der regionären Lymphknoten, Beratung über das Ergebnis

#### Dickdarm- und Rektumuntersuchung

**Alter: ab 50 | Geschlecht: Frauen + Männer | Häufigkeit: jährlich**

Gezielte Beratung, Tastuntersuchung des Enddarms, Test auf verborgenes Blut im Stuhl

#### Darmspiegelung

**Alter: ab 55 | Geschlecht: Frauen + Männer | Häufigkeit: 2x/10 Jahre**

Gezielte Beratung, zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren oder Test auf verborgenes Blut im Stuhl alle zwei Jahre

#### Mammographie-Screening

**Alter: ab 50 bis 69 | Geschlecht: Frauen | Häufigkeit: alle 2 Jahre**

Einladung in eine zertifizierte Screening-Einheit, Röntgen der Brüste durch Mammographie, Beratung über das Ergebnis

# EINLADUNG



## 12. Oberhausener Vorsorgetag

### Die Teilnehmer:

	AOK Rheinland/Hamburg Regionaldirektion Duisburg – Oberhausen
	EKO. Evangelisches Krankenhaus Oberhausen GmbH
	HELIOS St. Elisabeth Klinik Oberhausen
	Katholisches Klinikum Oberhausen GmbH St. Clemens-Hospital
	Katholisches Klinikum Oberhausen GmbH St. Josef-Hospital
	Katholisches Klinikum Oberhausen GmbH St. Marien-Hospital
	Johanniter Krankenhaus Oberhausen
	Stadt Oberhausen Fachbereich Gesundheit

## 15. September 2018

BERO Zentrum  
Concordiastraße 32  
46049 Oberhausen

10:00 – 17:00 Uhr



## Grußwort



Liebe Oberhausenerinnen,  
liebe Oberhausener,

schwere Erkrankungen können uns in jedem Lebensabschnitt treffen. Diese wichtige Erkenntnis sollte uns aber weder in Angst oder gar Panik versetzen, noch müssen wir sie uns täglich in Erinnerung rufen. Im Gegenteil: aus meiner Sicht sollten wir weiterhin unser Leben genießen. An der einen oder anderen Stelle ist es aber durchaus ratsam, auch einmal über unsere Gesundheit nachzudenken.

Genau dafür bietet der 12. Oberhausener Vorsorgetag am 15. September im Bero-Zentrum einen guten Anlass. Bitte nehmen Sie sich deshalb ein klein wenig Zeit, um den vorliegenden Flyer zu lesen, der auf diesen Tag hinweist.

Für viele Krankheiten gilt: Je früher sie entdeckt werden, desto größer sind die Heilungs-Chancen. Gemeinsam mit der AOK bieten unsere Krankenhäuser am Vorsorgetag ein breit gefächertes Angebot von Untersuchungs- und Informationsmöglichkeiten für Sie an. Experten vor Ort informieren Sie auch über Maßnahmen, um Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Beschwerden oder Darmkrebs erst gar nicht entstehen zu lassen. Selbst wenn Sie also vielleicht gar keine Beschwerden haben, ermuntere ich Sie gerne, von dem wichtigen Angebot Gebrauch zu machen.

Herzlichst  
Ihr

**Daniel Schranz**  
Oberbürgermeister der Stadt Oberhausen



## Das Programm

Der **12. Oberhausener Vorsorgetag** wird gemeinsam von der AOK Regionaldirektion Duisburg – Oberhausen und den großen Kliniken, Ev. Krankenhaus Oberhausen GmbH (EKO.), Katholisches Klinikum Oberhausen GmbH, HELIOS St. Elisabeth Klinik Oberhausen, Johanniter Krankenhaus Oberhausen, veranstaltet. Nutzen Sie das umfassende Wissen der Experten – Chefärzte und Oberärzte informieren Sie über Maßnahmen, um Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen oder auch Darmkrebs gar nicht erst entstehen zu lassen.

### Es erwarten Sie:

**Blutdruckmessung | Cholesterinmessung | Lungenvolumenmessung | Blutzuckermessung**  
**Sehtest für Kinder | Reanimation an Erwachsenen | Handhygiene | Muttermaluntersuchung**  
**Koordinationsschulung | Gleichgewichtstest | Alkoholbrille | Infos zur Organspende**

Nutzen Sie außerdem die Möglichkeit, an den Informationsständen kostenlose Gesundheits-Checks durchführen zu lassen. Auch hier werden Ihre Fragen zur Vorsorge gern und kompetent beantwortet. Weitere Informationen zum Thema Vorsorge finden Sie unter [www.aok.de/vorsorge](http://www.aok.de/vorsorge)