



SPORT UND REICHLICH OBST:
Einen gesunden Lebensstil belohnen Kassen über ihre Bonusprogramme

GESUNDHEIT

Fit wie ein Turnschuh

Präventiv Physis und Psyche schützen. Dafür werden gesetzlich Krankenversicherte über die **Bonusprogramme** der Kassen belohnt. Angebote im **Leistungs-Check**

von THOMAS SCHICKLING

Die Macht der künstlichen Intelligenz ist so unglaublich, dass sie die Gesellschaft auf tiefgehende Weise verändern wird“, erklärte voller Überzeugung Bill Gates, Multimilliardär und Gründer von Microsoft.

Signifikant verbessern wird künstliche Intelligenz (KI) vor allem die Medizin, sagen Kenner der Materie. Schon heute helfen künstliche neuronale Netzwerke und Algorithmen bei der Früherkennung von Krebs und assistieren mittels sogenannter Robotik den Ärzten bei schwierigen Operationen.

Nicht nur kurativ, auch präventiv bringt KI die Medizin in großen Schritten voran. So will beispielsweise Maik Pietzner, Leiter der Arbeitsgruppe Computational Medicine des Berlin Institute of Health in der Charité, jetzt KI gezielt zur Aufarbeitung großer Datenmengen nutzen, um krankheitsrele-

vante Gene präventiv aufzuspüren – und damit neue Ansätze zur effizienten medikamentösen Behandlung gewinnen.

Vier Säulen. Egal, ob mit oder ohne KI: Prävention ist der Erfolgsfaktor, um fit zu bleiben. Medizinisch betrachtet, fußt Prävention auf vier Säulen: auf gesunder Ernährung, Bewegung, Vorsorgeuntersuchungen und Entspannung.

Dem Muster folgen die Bonusprogramme der gesetzlichen Kassen. Mit diesen belohnen sie ihre Versicherten im Gegenzug für deren gesunden Lebensstil mittels Geld- und Sachprämien. Seit 2021 müssen alle Kassen der Klientel einen Bonus für jährliche Zahnvorsorge, Krebsfrüherkennung, Gesundheits-Check-up, Hautkrebsfrüherkennung und Schutzimpfungen offerieren. „Auch muss der Bonus nach Absolvierung der Einzelmaßnahme ausgezahlt werden“, sagt Thomas Lem-

ke, Geschäftsführer des Deutschen Finanz-Service Instituts (DFSI) in Köln. Zudem winken etwa Boni für die Mitgliedschaft im Sportverein respektive im Fitnessstudio.

Wo aber ist das Bonusprogramm attraktiv? Antworten gibt das DFSI. Für FOCUS MONEY haben die Experten 67 Kassen einer ausgiebigen Anamnese (s. Methode S. 72) unterzogen.

Das Resümee: „Hervorragend für Erwachsene sind die Programme von Bergischer Krankenkasse und DAK“, bilanziert Lemke. Bei den Programmen für Kinder bis 14 Jahren seien Bergische und Securvita erste Wahl (s. Tabellen S. 70 und 71). Und für Babys? Hier ist allein die DAK top (s. Tabelle r. u.).

Auch Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach will ab 2025 die Vorbeugemedizin mit einem „Bundesinstitut für Prävention und Aufklärung in der Medizin“ (BIPAM) vorantreiben. Konkret soll das neue Institut Präventionsstrategien entwickeln und die Umsetzung von Aktivitäten gezielt mit den Gesundheitsämtern vor Ort abstimmen. Schwerpunkt-mäßig soll sich das BIPAM der Prävention von Krebs, Demenz und Herz-Kreislauf-Erkrankungen widmen. Was nicht groß verwundert, machen diese Felder bereits „drei Viertel der Todesfälle in Deutschland aus“, so SPD-Minister Lauterbach.

Krankenkassen fokussieren in ihren Bonusprogrammen neben Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs auch die Bewegung. Zumal viele Studien attestieren, dass ein gesundes Maß an Bewegung Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes mellitus vorbeugt. Bereits knapp 4000 Schritte am Tag reichen aus, um das Risiko eines frühen Todes zu verringern. Zu diesem Ergebnis kommt eine neue, im „European Journal of Preventive Cardiology“ publizierte Metaanalyse.

Gewichtige Argumente. Nicht zu vergessen: Fast sieben Prozent der Krebsneuerkrankungen in Deutschland gehen auf das Konto von Übergewicht, insbesondere von Fettleibigkeit. Besonders betroffen sind junge Erwachsene im Alter zwischen 18 und 24 Jahren, bilanzierten internationale Forscher unter Mitwirkung des Berlin Institute of Health in der Charité (BIH). Auf Basis der Analyse einer großen nationalen Patientenkohorte konstatierte das BIH, dass sich bei 37 Prozent der 18- bis 24-Jährigen das Gewicht binnen zehn Jahren von normal- zu übergewichtig/adipös veränderte. Was die BIH-Wissenschaftler auf ungesunde Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten zurückführten. Darum rät das BIH auch allen Krankenkassen hierzulande, vermehrt Präventi-

onsprogramme gegen Übergewicht gezielt für die Gruppe von Menschen zwischen 18 und 24 Jahren anzubieten.

Definitiv zu den wichtigsten und wirksamsten präventiven Maßnahmen gehören Impfungen. Ziel der Impfung ist es, so das Robert Koch-Institut (RKI), den Geimpften vor einer ansteckenden Krankheit zu schützen. „Darum ist es zu begrüßen, dass ein vollständiger Impfschutz im Sinne der Primärprävention heute zu den erklärten Zielen von Bonusprogrammen gehört“, unterstreicht DFSI-Boss Lemke.

Grippewelle ausweichen. Von großer Wichtigkeit ist dieser Tage die Influenza-Impfung. Im Herbst startet Jahr für Jahr die Erkältungssaison. Auch das Risiko für Atemwegserkrankungen zieht evident an. Einen Appell zur Wahrnehmung sowohl von Corona-Auffrisch- als auch von Gripeschutzimpfungen richtet daher prophylaktisch Frank Bergmann, Vorstandsvorsitzender der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein (KVNO), an die Bevölkerung. Insbesondere chronisch Kranke, Seniorinnen und Senioren sollten die Risiken von Atemwegserkrankungen ernst nehmen und sich bei entsprechender Indikation in den Haus- oder Facharztpraxen impfen lassen, rät Bergmann. Es sei der „falsche Zeitpunkt für Impfmüdigkeit“, warnt zudem Viola Gräfe, Datenanalytikerin bei der KVNO. Im Winter drohe eine „Dreifachbelastung“ durch Covid-19, Influenza und Respiratorische Synzytial-Virus-Infektionen, kurz RSV. Hinzu kommen könnten – möglicherweise – leider auch wieder Arzneimittellengpässe. ►

Bonuszahlungen für Babys

Krankenkassen	maximale Prämie	dafür erforderliche Maßnahmen	durchschnittliche Bonus-höhe	Prämien-art für max. Prämie	Note
DAK-Gesundheit	500,00 €	4	125,00 €	Zweck	hervorragend
BERGISCHE KRANKENK.	300,00 €	4	75,00 €	Zweck	sehr gut
BIG direkt gesund	300,00 €	5	60,00 €	Zweck	sehr gut
BKK firmus	250,00 €	3	83,33 €	Geld	sehr gut
IKK classic	180,00 €	1	180,00 €	Zweck	sehr gut
SECURVITA Krankenkasse	200,00 €	1	200,00 €	Geld	sehr gut
VIATIV Krankenkasse	200,00 €	1	200,00 €	Geld	sehr gut
BAHN-BKK	100,00 €	1	100,00 €	Zweck	gut
BARMER	150,00 €	2	75,00 €	Zweck	gut
BKK GILDEM. SEIDENST.	200,00 €	3	66,67 €	Zweck	gut
BKK Herkules	337,50 €	7	48,21 €	Zweck	gut
BKK Pfalz	120,00 €	1	120,00 €	Geld	gut
BKK VBU	190,00 €	2	95,00 €	Geld	gut
BKK VDN	150,00 €	2	75,00 €	Geld	gut
Bosch BKK	150,00 €	1	150,00 €	Zweck	gut
IKK – Die Innovationskasse	200,00 €	3	66,67 €	Geld	gut
IKK Südwest	100,00 €	1	100,00 €	Zweck	gut
Novitas BKK	290,00 €	5	58,00 €	Kombi	gut
TK – Techniker Krankenk.	280,00 €	6	46,67 €	Zweck	gut
vivida bkk	390,00 €	11	35,45 €	Kombi	gut

Top-Bonusprogramme¹⁾ im Überblick

Krankenkasse	Punkte gesamt ²⁾
BERGISCHE KRANKENKASSE	17
DAK-Gesundheit	17
SECURVITA Krankenkasse	16
BARMER	14
AOK Nordost	13
IKK – Die Innovationskasse	13
Novitas BKK	13

Quelle: DFSI; Stand: Oktober 2023; regional geöffnet; ¹⁾basierend auf den Teilergebnissen der Bonusprogramme für Erwachsene, Kinder (bis 14 Jahre) und für Neugeborene; ²⁾Punkte, basierend auf Umrechnung der Noten: „hervorragend“ = 6, bis „mangelhaft“ = 1, Ranking nach Punkten gesamt, innerhalb gleicher Punktzahl alphabetische Sortierung

Quelle: DFSI; Stand: Oktober 2023; regional geöffnet; Auswahl: Bewertung von mindestens „gut“ oder besser; Ranking nach Note, innerhalb gleicher Punktzahl alphabetische Sortierung

Experten raten jährlich zu einer Influenza-Immunisierung zwischen Oktober und Mitte Dezember. Auch eine spätere Impfung zu Beginn des Folgejahrs ist aus Sicht der Mediziner noch sinnvoll. Insbesondere, wenn die Grippewelle noch nicht eingesetzt oder gerade erst begonnen hat. Nach der Impfung dauert es zehn bis 14 Tage, bis der Körper einen ausreichenden Schutz vor einer Ansteckung aufgebaut hat.

Frühzeitig zum Impfen zu gehen ist ohne Zweifel ein guter Rat. Zumal zahlreiche Krankenkassen die Kosten für die Influenza-Vakzine für alle Versicherten tragen – und nicht nur für Risikogruppen wie Schwangere, chronisch Kranke und Menschen ab 60 Jahren samt medizinischem Personal.

Gut zu wissen: Erwachsene können gleichzeitig gegen Pneumokokken, Covid-19 und Influenza geimpft werden,

wenn entsprechende Indikationen bestehen. Das geht aus einer Empfehlung der Ständigen Impfkommission (STIKO) hervor. Da ein neuer, dem alten überlegener Pneumokokkenimpfstoff (PCV20) zur Verfügung steht, haben die Experten in Berlin ihre Empfehlungen zur Pneumokokkenimpfung aktualisiert. Die STIKO empfiehlt nunmehr die Pneumokokkenimpfung allen Personen ab 60 Jahren, Erwachsenen mit einer beruflichen Indikation, etwa Schweißen und Trennen von Metallen, sowie Menschen mit Risikofaktoren. Zu diesen zählen beispielsweise Immundefekte, chronische Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems oder der Atemwege.

HPV-Impfung mit Nachholbedarf. Während die Influenza-Impfung von der Bevölkerung überaus gut angenommen wird, machen die Impfquoten gegen Humane Papillomviren

Bonusprogramme für Kinder (bis 14 Jahre)

Krankenkassen	maximale Prämie p. a. ¹⁾	Anzahl notwendiger Maßnahmen für max Prämie	Prämienart für max. Prämie	Anzahl bonifizierbarer Maßnahmen (max. 10)	Ist die Einschreibung in das Bonusprogramm dauerhaft?	Ist eine Übertragung in den neuen Abrechnungszeitraum möglich?	Kind kann nur einen Bonus erhalten, wenn weitere Person(en) miteingeschrieben sind oder mitsammeln	Einzel-Boni nach § 65a Abs. 1 SGB V in Euro			Note
								Zahnvorsorge gem. § 22 SGB V für Kinder	Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen U7–J2 ²⁾	Schutzimpfungen nach § 20i SGB V für Kinder	
BERGISCHE KRANKENK.	300,00 €	5	Zweck	10	Ja	Ja	Nein	20,00	10,00	40,00	hervorragend
SECURVITA Krankenkasse	280,00 €	7	Kombi	9	Ja	Ja	Nein	10,00	10,00	10,00	hervorragend
AOK Hessen	330,00 €	15	Geld	8	Ja	Ja	Nein	20,00	15,00	15,00	sehr gut
AOK Nordost	200,00 €	5	Geld	6	Ja	Ja	Nein	2,50	10,00	15,00	sehr gut
BARMER	250,00 €	8	Kombi	9	Ja	Ja	Nein	10,00	15,00	10,00	sehr gut
BKK ProVita	200,00 €	5	Geld	6	Ja	Nein	Nein	5,00	18,13	5,00	sehr gut
DAK-Gesundheit	140,00 €	4	Zweck	9	Ja	Ja	Nein	10,00	100,00	20,00	sehr gut
HEK – Hanseat. Kr.kasse	250,00 €	5	Zweck	9	Nein	Nein	Nein	10,00	10,00	10,00	sehr gut
hkk Krankenkasse	280,00 €	5	Zweck	6	Ja	Nein	Nein	12,50	12,50	6,00	sehr gut
Novitas BKK	380,00 €	13	Kombi	7	Nein	Nein	Nein	20,00	20,00	10,00	sehr gut
AOK Rheinland/Hamburg	390,00 €	19	Zweck	8	Ja	Nein	Nein	20,00	26,25	30,00	gut
AOK Rheinl.-Pfalz/Saarland	65,00 €	2	Zweck	9,75	Ja	Ja	Ja	5,00	5,00	5,00	gut
BIG direkt gesund	200,00 €	8	Zweck	8,5	Ja	Nein	Nein	20,00	5,00	20,00	gut
BKK Freudenberg	50,00 €	2	Geld	8	Nein	Nein	Nein	15,00	15,00	3,00	gut
BKK GILDEM. SEIDENST.	200,00 €	14	Zweck	9	Nein	Nein	Nein	10,00	8,75	20,00	gut
BKK Herkules	350,00 €	33	Geld	9	Nein	Nein	Nein	30,00	15,00	22,50	gut
BKK Pfalz	120,00 €	6	Geld	7	Nein	Nein	Nein	20,00	20,00	20,00	gut
BKK SBH	200,00 €	10	Geld	6	Nein	Nein	Nein	20,00	10,00	20,00	gut
BKK VBU	110,00 €	2	Zweck	2	Ja	Nein	Nein	100,00	100,00	5,00	gut
BKK Wirtschaft & Finanzen	180,00 €	9	Geld	5	Nein	Nein	Nein	20,00	20,00	–	gut
Continental BKK	280,00 €	14	Zweck	8	Ja	Nein	Nein	20,00	20,00	20,00	gut
IKK – Die Innovationskasse	60,00 €	2	Geld	4	Ja	Nein	Nein	60,00	60,00	5,00	gut
IKK Brandenburg u. Berlin	225,00 €	11	Geld	7	Ja	Nein	Nein	20,00	20,00	10,00	gut
IKK classic	450,00 €	6	Zweck	8	Nein	Nein	Nein	5,00	10,00	5,00	gut
IKK Südwest	120,00 €	6	Zweck	9,25	Nein	Ja	Ja	20,00	20,00	20,00	gut
KKH Kaufm. Krankenkasse	120,00 €	6	Sach	8	Nein	Nein	Nein	20,00	20,00	20,00	gut
mhplus Betriebskrankenk.	300,00 €	16	Zweck	8,25	Nein	Ja	Nein	30,00	30,00	10,00	gut
Mobil Krankenkasse	270,00 €	12	Zweck	7	Nein	Nein	Nein	15,00	9,38	15,00	gut
Pronova BKK	110,00 €	4	Geld	7	Ja	Nein	Nein	20,00	10,00	10,00	gut
TK – Techniker Krankenk.	300,00 €	15	Zweck	7,5	Ja	Ja	Nein	40,00	20,00	20,00	gut
vivida bkk	390,00 €	11	Kombi	5	Nein	Nein	Nein	20,00	10,00	10,00	gut

Quelle: DFS; Stand: Oktober 2023; ¹⁾regional geöffnet; ²⁾Auswahl: Note „Gut“ oder besser; ³⁾Jährlich wiederholbar; ⁴⁾Durchschnittswert; Geld = Geldprämie; Sach = Sachprämie; Zweck = zweckgebundene Prämie (z. B. Zuschuss zu Gesundheitskursen); Kombi = Kombiprämie (aus Geld-, Sach- und zweckgeb. Prämie); Ranking nach Note, innerhalb gleicher Notenstufe alphabetische Sortierung

(HPV) dem Berufsverband der Frauenärzte (BVF) und der Nationalen Lenkungsgruppe Impfen (NaLI) Sorgen. BVF und NaLI zufolge sind die Quoten bei Jugendlichen in Deutschland unzureichend. Dabei senke die Impfung nicht nur das individuelle Risiko für eine spätere Erkrankung deutlich, sondern verhindere auch indirekt Infektionen bei zukünftigen Sexualpartnerinnen und Sexualpartnern. Da die STIKO die HPV-Impfung für 9- bis 14-Jährige befürwortet, tragen zahlreiche Kassen auch die Kosten. Tipp: Die TK erstattet auch die Kosten einer HPV-Impfung für Frauen und Männer zwischen 18 und 26 Jahren als sogenannte Mehrleistung. Versicherte tragen nur die Zuzahlung für den Impfstoff.

Nicht zu vergessen: Prävention spielt heute bei den gesetzlichen Krankenkassen nicht nur eine immense Rolle im Hinblick auf die Gesundheit Versicherter. Auch vorsorglich Ausgaben zu vermeiden respektive zu reduzieren, ist ein Megathema bei AOK & Co. Und da könnte KI künftig den Kassen merklich das Leben erleichtern. Algorithmen etwa können autonom Erstattungsanträge und Abrechnungen bearbeiten und auf Plausibilität prüfen, um Betrugsversuche aufzudecken. Ein wichtiges Einsatzgebiet wäre zudem das Prognostizieren der Behandlungsfortschritte. Bis KI aber „auf tiefgehende Weise“, wie Bill Gates einmal sagte, die Arbeit der Krankenkassen „verändern“ wird, wird viel Zeit vergehen. ■ ▷

Bonusprogramme für Erwachsene

Krankenkassen	max. Prämie p. a. ¹⁾ in Euro	Anzahl notwendiger Maßnahmen für maximale Prämie	Prämi-ent für max. Prämie	Anzahl bonifi-zierbarer Maß-nahmen (max. 18)	Ist die Ein-schrei-bung in das Bonus-pro-gramm dau-erhaft? ²⁾	Ist eine Übertra-gung der gesammel-ten Punkte/ Geldwerte in den neu-en Abrech-nungszeit-raum mög-lich?	Sind auch mitversi-cher-te Ange-hörige im glei-chen Pro-gramm teilnah-me-be-rechtigt?	Erhalten mitversi-cher-te Ange-hörige auch ohne eigene Schwanger-schaft die gleiche, ma-ximale Bonushöhe?	Bonifizierung von Vor-sorgeuntersuchungen und Schutzimpfungen,		Möglich-keiten der On-line-Ad-minis-tration des Bonus-pro-gramms	Einzel-Boni nach § 65a Abs. 1 SGB V in Euro			Note
									auch wenn sie außer-halb der Regelver-sorgung selbst finan-ziert werden	auch wenn sie Sat-zungs-oder Ver-tragslei-stung an-geboten werden		Krebs-vorsor-geunter-suchun-gen und Check-up ³⁾	Zahnvor-sorge	Schutz-imp-fungen	
BERGISCHE KRANKENK.	300,00	5	Zweck	16	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	100%	10,00	20,00	20,00	hervorragend
DAK-Gesundheit	253,32	5	Zweck	14	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	80 %	20,00	10,00	20,00	hervorragend
AOK Nordost	320,00	9	Geld	9	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	80 %	10,00	15,00	5,00	sehr gut
AOK PLUS	410,00	10	Zweck	12	Ja	Ja	Ja	Ja	Nein	Ja	100%	10,00	10,00	10,00	sehr gut
AOK Rheinl.-Pfalz/Saarl.	195,00	4	Zweck	17,5	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	100%	5,00	5,00	5,00	sehr gut
BARMER	250,00	8	Kombi	13,5	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	100%	10,00	10,00	10,00	sehr gut
HEK – Hanseatisch. Kr.k.	322,00	6	Zweck	11,5	Nein	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	64%	10,00	10,00	10,00	sehr gut
hkk Krankenkasse	280,00	5	Zweck	7	Ja	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	42%	16,67	12,50	6,00	sehr gut
IKK – Die Innovationsk.	500,00	1	Zweck	6	Ja	Nein	Ja	Ja	Nein	Nein	50%	5,00	500,00	–	sehr gut
IKK classic	600,00	8	Zweck	11	Nein	Nein	Ja	Nein	Nein	Ja	88%	10,00	5,00	5,00	sehr gut
SECURVITA Krankenk.	280,00	7	Kombi	13	Ja	Ja	Ja	Ja	Nein	Ja	50%	11,67	10,00	10,00	sehr gut
AOK Hessen	350,00	17	Geld	12	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	80%	20,00	20,00	15,00	gut
AOK Rheinland/Hamburg	320,00	18	Zweck	8	Ja	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	100%	30,00	20,00	30,00	gut
BAHN-BKK	240,00	8	Geld	8	Nein	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	80%	30,00	30,00	30,00	gut
BIG direkt gesund	225,00	10	Zweck	11	Ja	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	100%	15,00	20,00	20,00	gut
BKK Faber-Castell & Partn.	150,00	3	Zweck	5	Nein	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	80%	8,33	10,00	10,00	gut
BKK Freudenberg	200,00	2	Geld	8,5	Nein	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	40%	10,00	–	3,00	gut
BKK GILDEM. SEIDENST.	100,00	4	Geld	14	Nein	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	100%	8,33	10,00	20,00	gut
BKK Herkules	600,00	40	Zweck	16	Nein	Nein	Nein	Nein	Ja	Ja	0%	20,00	30,00	22,50	gut
BKK ProVita	200,00	5	Geld	10	Ja	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	20%	5,00	5,00	5,00	gut
BKK SBH	180,00	9	Geld	11	Nein	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	20%	20,00	20,00	20,00	gut
BKK VBU	110,00	3	Zweck	2	Ja	Nein	Ja	Ja	Nein	Nein	0%	5,00	100,00	5,00	gut
BKK VDN	250,00	10	Zweck	11	Nein	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	0%	16,67	10,00	10,00	gut
Continentale BKK	380,00	19	Zweck	12	Ja	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	0%	20,00	20,00	20,00	gut
IKK Südwest	120,00	6	Zweck	15	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	100%	20,00	20,00	20,00	gut
mhplus Betriebskr.kasse	350,00	17	Zweck	11,5	Nein	Ja	Ja	Ja	Nein	Ja	80%	23,33	30,00	10,00	gut
Mobil Krankenkasse	255,00	11	Zweck	9	Nein	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	0%	15,00	15,00	15,00	gut
Novitas BKK	430,00	17	Kombi	8,5	Nein	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	40%	200,00	10,00	10,00	gut
Salus BKK	130,00	3	Geld	9,5	Nein	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	80%	10,00	10,00	10,00	gut
TK – Techniker Krankenk.	320,00	16	Zweck	13	Ja	Ja	Ja	Ja	Nein	Ja	100%	20,00	20,00	20,00	gut
vivida bkk	390,00	11	Kombi	7	Nein	Nein	Ja	Ja	Nein	Ja	70%	10,00	20,00	10,00	gut

Quelle: DFS; Stand: Oktober 2023; ¹⁾regional geöffnet; Auswahl Note „Gut“ oder besser; ²⁾jährlich wiederholbar; ³⁾Durchschnittswert; Geld = Geldprämie; Zweck = zweckgebundene Prämie (z. B. Zuschuss zu Gesundheitskursen); Kombi = Kombiprämie (aus Geld-, Sach- und zweckgebundener Prämie); Ranking nach Note; innerhalb gleicher Notenstufe alphabetische Sortierung; ⁴⁾oder muss sie nach Ablauf von jeweils 12 Monaten neu erfolgen?

METHODE

Tücke im Detail

Für den Test fragte das DFSI bei insgesamt 73 für die Allgemeinheit geöffneten Krankenkassen Daten ab. Von 67 Kassen lagen den Experten auswertbare Angaben vor, sie kamen somit in die Wertung.

Programme für

Erwachsene und Kinder

Zunächst wurde die Höhe des maximalen Bonus errechnet, der ab dem ersten und in jedem weiteren Jahr wiederholt erreichbar ist. Boni, die zum Beispiel nur alle zwei Jahre möglich sind, etwa für die Teilnahme am Gesundheits-Check-up, wurden anteilig eingerechnet. Zahlt eine Kasse keine Geldprämien aus, sondern nur sach- oder zweckgebundene Prämien (z. B. Übernahme von Kosten für Gesundheitsmaßnahmen), so wurde deren Geldwert ermittelt. Lag der Bonus bei 250 (Kinderprogramme 200) oder mehr Euro, gab es 100 Punkte dafür. Die übrigen Kassen bekamen entsprechend dem Abstand zu dieser Benchmark Punkte. Anschließend wurde die Bonussumme durch die Zahl der Maßnahmen, Aktivitäten und Eigenschaften dividiert, die zum Erreichen des maximalen Bonus absolviert bzw. nachgewiesen werden müssen. Lag der Wert bei 40 oder mehr Euro, gab es 100 Punkte. Für darunterliegende Werte gab es entsprechend dem Abstand dazu Punkte. Aus den beiden Werten wurde schließlich eine Punktzahl für die Bonushöhe berechnet, wobei die maximale Bonushöhe mit 30 Prozent und die durchschnittliche Bonushöhe mit 70 Prozent Gewicht einfließen.

Im zweiten Schritt erfolgte für folgende Maßnahmen die Abfrage, ob die Kasse dafür Boni verteilt (in Klammern ggf. gesetzliche Grundlage im 5. Sozialgesetzbuch):

- Teilnahme an qualitätsgesicherten Präventionsmaßnahmen gem. § 20 SGB V
- Nachweis von Nichtraucherstatus/ Raucherentwöhnung
- Messwerte im altersgerechten Normbereich bei
 - Einhaltung von Normalgewicht (Normbereich gem. anerkannter Verfahren)
 - Blutdruckwerten

- Cholesterinwerten
- Blutzuckerwerten
- Mitgliedschaft im Sportverein
- Mitgliedschaft im Fitnessstudio
- regelm. Teilnahme am Hochschulsport
- Vorlage eines Leistungsabzeichens für Sport (z. B. Wander-, Schwimm- oder Sportabzeichen)
- sportmed. Vorsorgeuntersuchung
- kasseneigene Challenge mithilfe eines Fitnesstrackers über
 - Schrittzähler
 - Herzfrequenz
 - Kalorien
 - Fahrrad
- Geburtsvorbereitungskurs
- Rückbildungsgymnastik
- Eltern-Kind-Turnen
- Babyschwimmen
- Schwimmkurs (ab 3 Jahren)
- Blutspende
- selbst finanzierte Professionelle Zahnreinigung

Bonifiziert eine Krankenkasse alle vorgegebenen Maßnahmen, schrieb das DFSI 100 Punkte gut. Sind es weniger, gab es entsprechend dem Abstand zum Bestwert Punkte. Bei der Beurteilung der Kinderprogramme wurden die Maßnahmen, welche nicht altersgerecht sind, nicht berücksichtigt.

Im dritten Schritt bewertete das DFSI weitere kundenfreundliche Programmmerkmale. Auch hier vergaben die Experten bei Erfüllung aller Bedingungen 100 Punkte und bei Abstrichen entsprechend weniger. So wurde untersucht, ob

- das Bonusprogramm kombinierbar mit Wahltarifen gem. § 53 (1) und (2) SGB V ist;
- die Einschreibung in das Bonusprogramm dauerhaft ist oder nach Ablauf von jeweils 12 Monaten neu erfolgen muss;
- eine Übertragung der gesammelten Punkte/Geldwerte in den neuen Abrechnungszeitraum möglich ist;
- auch mitversicherte Angehörige im gleichen Programm teilnahmeberechtigt (nur bei Erwachsenenprogrammen) sind;
- mitversicherte Angehörige auch ohne eigene Schwangerschaft die gleiche, oben angegebene maximale Bonushöhe (nur bei Erwachsenenprogrammen) erhalten;
- es eine Bonifizierung von Vorsorgeuntersuchungen und Schutzimpfungen gibt, auch wenn diese außerhalb der Regelversorgung selbst vom Versicherten finanziert werden muss (nur bei Erwach-

senenprogrammen);

- es eine Bonifizierung von Vorsorgeuntersuchungen und Schutzimpfungen gibt, auch wenn diese als Satzungs- oder Vertragsleistung angeboten werden (nur bei Erwachsenenprogrammen);
- Möglichkeiten der Online-Administration des Bonusprogramms (nur bei Erwachsenenprogrammen) existieren;
- das Kind nur einen Bonus erhalten kann, wenn weitere Person(en) mit eingeschrieben sind oder mitsammeln (nur bei Kinderprogrammen).

Im vierten Schritt wurden explizit die in § 65a Abs 1 SGB V festgelegten Maßnahmen unter die Lupe genommen, die – im Gegensatz zu den vorherig bewerteten Bonusprogrammen – nicht mehr einer sogenannten Evaluationspflicht unterliegen. Hierzu gehören die Einzelboni für Zahnvorsorge und Schutzimpfungen, die Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen U7–J2 sowie bei Erwachsenen Krebsvorsorgeuntersuchen inklusive Check-up.

Für die Gesamtpunktzahl wurden die Punkte für die Prämienhöhe und für die Maßnahmenmöglichkeiten mit 60 beziehungsweise 15 Prozent, die Bonusprogramm-Merkmale mit 15 und schließlich die Einzelboni mit 10 Prozent gewichtet.

Programme für Babys

Die Bewertung erfolgte hier anhand der akkumulierten, absoluten Bonusprämienhöhe sowie des, geteilt durch die hierfür zu erfüllende Anzahl von Maßnahmen, errechneten Durchschnittswerts. Den Punktehöchstwert konnte eine Kasse ab einer jährlichen Prämienhöhe von 300 Euro respektive einem Durchschnittswert je Maßnahme von 100 Euro erreichen. Die Kinderuntersuchungen U1 bis U6 wurden hierbei vom DFSI als eine Maßnahme gezählt. Für den Gesamtwert wurden beide Punktzahlen addiert und durch zwei geteilt.

Benotung

Wer 90 und mehr Prozent der maximal erreichbaren Punktzahl erzielte, erhielt die Note „Hervorragend“. Bei 80 bis 90 Prozent gab es ein „Sehr Gut“, bei 60 bis 80 Prozent ein „Gut“, bei 40 bis 60 Prozent ein „Befriedigend“.