

GESETZLICHE KRANKENVERSICHERUNG

Summa cum laude

Prüfungsdruck, finanzielle Sorgen bis hin zur Depression: Corona hat die negativen Begleitumstände des Uni-Lebens verstärkt. Welche Kassen Studenten in harten Zeiten mit Leistung überzeugen

von THOMAS SCHICKLING



Von wegen unbeschwertes Studentenleben! Corona hat den Way of Life der Hochschulzler hierzulande über den Haufen geworfen. Alles, was ein Studium interessant macht, ist gerade passé: Der Campus ist verwaist, die Hörsäle geschlossen, lebendige Kolloquien in kleiner Runde mit den Professoren abgesetzt. Feiern und Lernen mit Kommilitonen geht auch gar nicht – zu groß ist die Gefahr einer Sars-CoV-2-Infektion. Freunde über die Uni finden – äußerst schwierig, wenn gar gerade unmöglich.

Das größte Problem Studierender dieser Tage ist die Isolation: Da Seminare und Vorlesungen meist nur online über die Bühne gehen, verkriechen sich nicht wenige Hochschulzler in ihren Buden, lernen allein vor sich hin, kapseln sich von der Außenwelt ab. Einsamkeit! Das ist, was vielen an die Nieren geht. Aus Frust wird zu viel gegessen, auch viel mehr als gewöhnlich geraucht.

Online-Overkill. Am Bildschirm stundenlang den Ausführungen der Professoren folgen und harte Internet-Fragebögen unter Zeitdruck bestehen zu müssen, hat auch so seine Tücken. Der Digitalunterricht hat in manchen Fächern die Arbeitsbelastung brutal verstärkt, klagen Studenten. Einige fühlen sich vom Corona-Online-Pauken überfordert, leiden durch das lange, unbequeme Sitzen vorm Monitor unter massiven Rückenschmerzen, Nervosität und Kopfschmerz bis hin zu Konzentrationsstörungen.

Und wäre dies nicht schlimm genug: Geschlossene Kneipen und Cafés bedeuten nicht nur weniger Freizeitpaß. Mit dem Lockdown der Läden sind auch die etablierten Nebenjobs für Studenten vom Tisch. Damit sieht die finanzielle Zukunft vieler Kommilitonen gerade düster aus. Was dem ein oder anderen Studenten dieser Tage wohl einige schlaflose Nächte eingebrockt hat.

Isolation, Einsamkeit, Leistungsdruck, finanzielle Sorgen: Bei nicht wenigen Studierenden mündet das Ganze in einer Depression oder Angststörungen. Kein Wunder, dass im Februar 2021 der FDP-Politiker Jens Brandenburg die Bundesregierung dazu aufrief, psychische Erkrankungen von Studenten wissenschaftlich untersuchen zu lassen. Zumal laut einer aktuellen Studie der

Universität Würzburg knapp 60 Prozent der befragten Studierenden angeben, dass sie wegen der Pandemie negative oder sehr negative Auswirkungen auf ihre psychische Befindlichkeit erwarten.

Nicht nur während der Pandemie, auch bei Rückkehr in eine Nach-Corona-Normalität gilt: Um präventiv Körper und Geist zu stärken, helfen jungen Akademikern bereits ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener, guter Ernährung, ausreichend und regelmäßig Sport sowie der Aufbau von Stressresistenz. Am besten gelingt dies alles mit einer starken gesetzlichen Kasse im Rücken, die mit einem hervorragenden medizinischen Service- und Leistungsportfolio die Gesundheit schützt und – im Fall der Fälle – die Genesung fördert. Nur: Welche Kassen sind die besten für Studierende?

Diese diffizile Frage beantwortet das Deutsche Finanz-Service Institut (DFSI) in Köln. Für FOCUS-MONEY haben die Experten mithilfe einer ausgeklügelten Methodik (s. S. 68/69) jene Kassen ermittelt, welche gerade für jüngere Zielgruppen ein Must-have in puncto Gesundheit sind. Ergebnis: „Erste Wahl in dieser Beziehung ist mit weitem Abstand Die Techniker“, bilanziert Thomas Lemke, Geschäftsführer des DFSI (s. Tabelle S. 68).

Ergänzend zur besten Kasse für Studierende untersuchte das DFSI, welche Kassen sich mit fairen Bonusprogrammen für Studenten hervortun. Lemke: „Zu diesen gehören die, die mit einer überschaubaren, realistischen Anzahl an Maßnahmen zur Erhaltung der Gesundheit den Versicherten hohe Prämien gewähren.“ (s. Tabelle S. 69).

Die Probleme beschränken sich nicht auf Deutschland. Rund um den Globus haben Studierende Probleme mit ihrer psychischen Gesundheit. Was dem Phänomen entgegenwirkt, haben Forscher des „Yale Center for Emotional Intelligence“ eruiert. Die größten Erfolge erzielten die Wissenschaftler mit ihrem „SKY Campus Happiness Programm“, einer Mischung aus Atemmeditation und Yoga. Teilnehmer des Programms berichteten von evidenter Verbesserung ihrer persönlichen Situation in den Bereichen Depression, Stress, Selbstachtsamkeit, Gemütesinstellung und soziale Verbundenheit. Kein Wunder, dass herausragen-

de Kassen für Studentinnen und Studenten im Rahmen der individuellen Gesundheitsförderung eine breite Palette an Seminaren zur Stressbewältigung und Yoga-Kurse anbieten, komplett die Kosten dafür übernehmen oder zumindest bis zu einer Summe von 75 Euro pro Kurs subventionieren.

Gerade ein breites Portfolio an medizinischen Zusatzleistungen – sie wurden im DFSI-Test mit 20 Prozent in der Gesamtwertung gewichtet – macht eine hervorragende Studentenkasse aus. Beispiel Vorsorge: So tragen manche Kassen etwa bereits für Versicherte ab 20 Jahren – in der gesetzlichen Krankenversicherung üblicherweise erst ab einem Alter von 35 Jahren – alle zwei Jahre die Kosten einer Hautkrebs-Früherkennungsuntersuchung.

Einfach, schnell und digital sollte der Kontakt für Hochschul­ler zur Kasse sein. Darum bieten Top-Kassen angehenden Akademikern auch gratis Smartphone-Apps an, mit deren Hilfe sie etwa Krankmeldungen und Immatrikulationsbescheinigungen neben Rechnungen für Impfungen und Osteopathie mühelos digital der Kasse einreichen können. Clou: Manche Krankenkassen haben ihre kostenlosen Apps thematisch so breit aufgestellt, dass Versicherte diese auch als Fitness-Tracker beim Joggen nutzen können, um mit jedem Schritt Bonuspunkte zu sammeln (s. Tabelle unten).

Gut zu wissen: Bis zur Vollendung des 25. Lebensjahrs kommen Studenten bei ihren gesetzlich versicherten Eltern beitragsfrei unter. Hat sich das Studium wegen eines Wehr- oder Freiwilligen­dienstes verzögert, verlängert sich die kostenlose Familienversicherung um dessen Dauer, maximal um ein Jahr. Um 2021 als

Student „beitragsfrei“ krankenversichert zu sein, darf zudem kein regelmäßiges monatliches Gesamteinkommen über 470 Euro erzielt werden. Und wer neben der Uni regelmäßig einem Minijob nachgeht, darf pro Monat maximal 450 Euro verdienen.

Ist die Familienversicherung keine Option mehr, muss man sich als Student selbst versichern. Dafür haben AOK & Co. einen – relativ – günstigen Studententarif auf Lager. Der für alle Kassen obligatorische Sockelbeitrag liegt bei 10,22 Prozent des Bafög-Bedarfs­satzes von derzeit 752 Euro. Macht einen Kassen-Monatsbeitrag von 76,85 Euro. Hinzu kommt ein kassenindividueller Zusatzbeitrag. Beim Testsieger Die Techniker etwa müssten Hochschul­ler im Studententarif bei einem Zusatzbeitrag von aktuell 1,2 Prozent monatlich 85,87 Euro bezahlen. Obendrauf bittet die Pflegeversicherung jeden Monat kinderlose Studenten mit 24,82 Euro zur Kasse. Wer jünger als 23 ist oder bereits ein Kind hat, zahlt für die Pflegepflichtversicherung lediglich eine Summe von 22,94 Euro im Monat. Jedoch: „Wer älter als 30 Jahre ist, rutscht aus der studentischen Krankenversicherung“, sagt Fachmann Lemke. Studierende müssen sich dann in Deutschland freiwillig versichern. Der Beitrag liegt seit 1. Januar 2021 bei einem ermäßigten Beitrags­satz von 14 Prozent – gerechnet auf ein fiktives Mindesteinkommen von 1096,67 Euro pro Monat – bei monatlich 153,53 Euro. Hinzu kommt der kassenindividuelle Zusatzbeitrag. „Und für die Pflegeversicherung wird außerdem ein monatlicher Mindestbeitrag von 33,45 Euro aufgerufen, welcher sich für Kinderlose ab 23 Jahren auf 36,19 Euro erhöht“, rechnet Lemke vor. ■ ▽

Auf Schritt und Tritt

Mit „Challenge“-Programmen Bonuspunkte beim Joggen und Radfahren sammeln – ausgewählte Kassenangebote im Überblick.

Krankenkasse	Was wird gemessen?				Umrechnungsgrößen	Maximalbonus	mehr Infos unter
	Schritte	Fahrrad km	Herzfrequenz	Kalorien			
AOK Rheinland/Hamburg	✓ 10 000 pro Tag		✓ 120 Puls über 30 Minuten	✓ 150 kcal über 30 Minuten	10 000/–/120/125	1 € pro Tag/max. 10x im Monat/max. 120 € im Jahr	https://www.aok.de/pk/rh/inhalt/bonusprogramm-aok-fit-bonus/
AOK PLUS	✓ 10 000 pro Tag		✓ 120 Puls über 30 Minuten	✓ 150 kcal über 30 Minuten	10 000/–/120/125	1 € pro Tag/max. 15x im Monat/max. 180 € im Jahr	https://www.aok.de/pk/plus/inhalt/bonusprogramm/
AOK Nordost	✓ 10 000 pro Tag		✓ 120 Puls über 30 Minuten	✓ 150 kcal über 30 Minuten	10 000/–/120/125	1 € pro Tag/max. 15x im Monat/max. 180 € im Jahr	https://www.aok.de/pk/nordost/inhalt/aok-bonus-app-1/
TK – Techniker Krankenkasse	✓ 60 000 pro Woche	✓*** 40 km pro Woche			30 000****/20****/–/–	10 von 12 Wochen/2x im Jahr möglich/max. 20 € bar oder 40 € zweckgebundene Prämie	https://www.tk.de/techniker/magazin/digitale-gesundheit/spezial/tk-fit-2066260
mhplus Betriebskrankenkasse	✓ smart: 70 000 pro Woche ✓ pro: 70 000/60 000 pro Woche				smart 25 666 pro 61 750 /–/–	MoveChallenge warmup (1. Woche) + smart (10 von 12 Wochen)/30 € MoveChallenge warmup (1. Woche) + pro (40 von 48 Wochen)/40 €	https://www.mhplus-krankenkasse.de/privatkunden/gesundheitsleistungen/vor_nachsorge/bonusprogramme/fit_mit_mhplus_move/
IKK Südwest	✓ 150 000 in 30 Tagen				2500/–/–/–	1x pro Jahr 60 €	https://www.ikk-suedwest.de/ueber-uns/satzungen/s5c-der-satzung

*Puls pro Minute über 30 Minuten; **verbrauchte kcal über 30 Minuten; ***vorausichtlich ab Mai 2021; ****bei einer zweckgebundenen Prämie
Quelle: DFSI; Stand: April 2021

METHODE

Akademische Analyse

Zur Ermittlung der besten gesetzlichen Krankenkassen für Studenten wertete das Deutsche Finanz-Service Institut (DFSI) in Köln Daten von insgesamt 46 Kassen aus. Diese stammen vom unabhängigen Portal www.gesetzlichekrankenkassen.de, das regelmäßig Leistungsdaten bei allen gesetzlichen Krankenkassen erhebt, sowie aus einem gesonderten Fragebogen, den das DFSI an alle Wettbewerber verschickte. Für 30 Kassen lagen bei www.gesetzlichekrankenkassen.de entweder keine verwertbaren Daten vor oder die Kassen wollten nicht am Test teilnehmen und füllten den Zusatzfragebogen nicht aus. Im ersten Schritt wurden die Leistungen in ausgewählten Bereichen bewertet, die mit unterschiedlichem Gewicht (in Klammern) ins Ergebnis einfließen. In jedem Bereich gab es Punkte für Detailspekte und -leistungen und dafür, in welcher Ausprägung diese angeboten oder in welchem Umfang sie von der Kasse finanziert werden (z. B. Deckelung des Budgets, nur bei bestimmten Ärzten usw.). Diese waren:

- **Service (30 Prozent):** Service-Hotline 24/7, Call-back-Service, Vermittlung von Arztterminen, Erinnerungsservice, elektronische Patientenquittung, Online-Filiale, Mitgliedsbescheinigung online abrufbar, digitale Leistungsabwicklung, Arztsuchportal, Krankenhaussuchportal, Geschäftsstellen an Hochschulstandorten, spezielle Sprechstunden an Hochschulstandorten, Aktivität auf Social-Media-Kanälen, spezieller Internet-Auftritt für Studenten (auch für ausländische), spezielle Mitgliederzeitschrift für Studenten, mobile Geschäftsstellen-App, kostenfreier Zeugnis-Beglaubigungs-Service, direkte Online-Bafög-Bescheinigung.
- **Zusatzleistungen (20 Prozent):** Hautkrebsvorsorge, profess. Zahnreinigung, Vorsorgeuntersuchungen i. R. d. Schwangerschaft, (rezeptfreie) Arzneimittel für Schwangere, sportmed. Untersuchung, Check-up-Untersuchungen unter 35 Jahren, Zuschuss für Fitnessstudio oder Sportverein, spez. Coaching für Studenten sowie die wissenschaftliche Auswertung von Sekundärdaten zur spez. Angebotsgestaltung für Studenten.

TOP-KASSEN für Hochschüler

Die Tabelle zeigt alle Krankenkassen, welche beim DFSI-Test mindestens 60 von 100 möglichen Punkten erreichten. Die bundesweit beste Kasse ist Die Techniker. Unter den regionalen Kassen hat die AOK Baden-Württemberg die Nase vorn.

Kasse	Beitragsatz	Punkte Wahltarif	Punkte Service	Punkte Zusatzleistungen	Punkte individuelle Gesundheitsförderung	Punkte Bonusprogramm	Punkte alternative Medizin	Punkte Leistungen bei Auslandsaufenthalt	Punkte gesamt
TK – Die Techniker	11,42%	100,0	90,6	68,9	89,8	65,7	77,3	100,0	87,3
HEK – Hanseatische Krankenkasse	11,52%	100,0	75,6	61,3	89,8	79,2	100,0	87,5	79,8
DAK-Gesundheit	11,72%	100,0	88,3	55,4	89,8	88,5	46,0	93,8	78,0
AOK Baden-Württemberg	11,32%	0,0	83,4	57,6	94,5	49,0	100,0	80,0	77,0
IKK Südwest	11,72%	87,7	78,3	74,3	94,3	58,8	60,0	87,5	76,8
hkk Krankenkasse	10,61%	0,0	54,4	53,6	86,4	73,8	76,0	87,5	76,5
BARMER	11,72%	100,0	95,6	45,2	88,6	69,7	20,0	87,5	74,6
AOK PLUS	11,42%	0,0	96,7	56,7	94,3	72,2	50,0	50,0	73,8
mhplus Betriebskrankenkasse	11,50%	47,8	63,6	75,1	89,5	51,8	76,0	82,5	72,7
SECURVITA Krankenkasse	11,32%	100,0	60,0	56,2	92,7	66,4	60,0	75,0	72,6
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland	11,12%	0,0	77,8	49,0	90,9	36,8	82,0	72,5	72,4
BERGISCHE KRANKENKASSE	11,62%	0,0	80,0	74,6	100,0	85,8	20,0	62,5	71,8
AOK Rheinland/Hamburg	11,32%	0,0	84,4	51,4	94,3	86,7	8,0	63,8	71,4
BKK firmus	10,66%	0,0	65,6	77,6	70,6	25,6	40,0	50,0	69,4
BKK VBU	11,52%	100,0	57,2	69,7	95,5	55,4	88,0	50,0	69,1
SBK	11,52%	0,0	89,4	60,8	85,5	28,9	24,0	70,0	68,1
pronova BKK	11,72%	100,0	73,9	56,5	83,0	59,3	20,0	75,0	67,0
BKK24	11,22%	0,0	55,6	65,3	92,0	45,4	56,0	62,5	65,4
IKK classic	11,52%	100,0	76,1	46,5	71,1	70,7	56,0	50,0	65,2
BKK SBH	11,20%	83,5	58,9	54,8	81,8	42,3	40,0	50,0	63,8
BAHN-BKK	11,42%	0,0	55,6	41,0	90,9	50,6	88,0	75,0	61,6
BKK Wirtschaft & Finanzen	11,61%	0,0	60,6	40,5	100,0	53,4	88,0	62,5	60,7
VIACTIV Krankenkasse	11,82%	97,5	57,4	54,7	98,9	44,1	20,0	62,5	60,4
BIG direkt gesund	11,52%	100,0	65,0	43,5	68,0	35,6	20,0	75,0	60,2

bundesweit geöffnet

regional geöffnet

Quelle: DFSI: Ranking nach „Punkte gesamt“



„Faire Boni“ für Studenten

Krankenkasse	Öffnung	maximaler Bonus (in Euro)	Prämienart
AOK Rheinland/Hamburg	regional	500	zweckgebundene Prämie
IKK – Die Innovationskasse	bundesweit	500	zweckgebundene Prämie
Novitas BKK	bundesweit	330	Kombi-Prämie aus Bar- und zweckgebundener Prämie
DAK-Gesundheit	bundesweit	310	zweckgebundene Prämie
HEK – Hanseatische Krankenkasse	bundesweit	194	Kombi-Prämie aus Bar- und zweckgebundener Prämie
IKK classic	bundesweit	190	zweckgebundene Prämie
Salus BKK	bundesweit	160	Barprämie
BERGISCHE KRANKENKASSE	regional	150	zweckgebundene Prämie
BAHN-BKK	bundesweit	150	Barprämie
IKK Brandenburg und Berlin	regional	145	Barprämie
BKK24	bundesweit	130	Kombi-Prämie aus Bar- und zweckgebundener Prämie
vivida bkk	bundesweit	130	Barprämie
BKK ProVita	bundesweit	130	zweckgebundene Prämie
VIACTIV Krankenkasse	bundesweit	120	Barprämie
Betriebskrankenkasse Mobil Oil	bundesweit	120	zweckgebundene Prämie
IKK Südwest	regional	120	zweckgebundene Prämie
BKK Wirtschaft & Finanzen	regional	120	Barprämie

Quelle: DFSI, Auswert: Kassen mit 120 EUR oder mehr Bonus für die abgefragten Maßnahmen; Ranking nach maximalem Bonus

- **Wahltarife (5 Prozent):** Angebot und Ausgestaltung eines Tarifs mit Prämienzahlung bei Leistungsfreiheit.
 - **Individuelle Gesundheitsförderung (18 Prozent):** Kostenübernahme für Kurse im Bereich Bewegungsmangel, Gesundheitssport, Reduktion von Übergewicht, Ernährung, Alkoholmissbrauch, Raucherentwöhnung, Stressbewältigung, Entspannung, Regelerstattung für kasseneigene und von Fremdanbietern veranstaltete Kurse und Frequenz der Wiederholbarkeit.
 - **Bonusprogramm (7 Prozent):** Angebot und Ausgestaltung des Bonusprogramms (u.a. regelmäßig erreichbare Prämie und dafür notwendige Zahl nachgewiesener Maßnahmen).
 - **Leistungen im Zusammenhang mit Auslandsaufenthalten (15 Prozent):** Kostenübernahme für Reiseschutzimpfungen, Auslandsnotfallservice, Verträge mit Leistungserbringern im Ausland, Bezuschussung von Auslandskrankenversicherung über Wahltarif oder zweckgebundene Bonusprogrammprämie.
 - **Alternative/komplementäre Medizin (5 Prozent):** Kostenübernahme für alternative Behandlung/Arzneimittel im Bereich Anthroposophie, Homöopathie und Phytotherapie.
- Zur Ermittlung der Gesamtpunktzahl wurden die erzielten Leistungspunkte mit einem Beitragsfaktor multipliziert. Er ergab sich aus der Abweichung des Beitrags für Studenten inklusive des jeweils kassenindividuellen Zusatzbeitrags von der durchschnittlichen Summe aus Beitragsatz und Zusatz-

beitrag. Lagen Beitragsatz und Zusatzbeitrag genau im Mittel bei 11,52 Prozent, betrug der Faktor 1. Fiel die Summe größer aus, reduzierte sich der Faktor, fiel sie kleiner aus, stieg der Faktor entsprechend.

Fairster Bonus

Ergänzend zur Kür der besten Krankenkasse für Studierende ermittelten die Experten des DFSI in einer Sonderauswertung das fairste Bonusprogramm für diese Zielgruppe. Hierbei galt es herauszufinden, welche Kasse Studierenden den höchsten Bonus zahlt – als frei verfügbare Barprämie oder zweckgebundene Prämie für gesundheitsbezogene Leistungen – für einen realistischen Kanon an Maßnahmen bzw. Voraussetzungen. Für die Muster-Studentin bzw. den Muster-Studenten im Alter von 25 Jahren galten dabei folgende Kriterien:

- Vorsorgeuntersuchung Gebärmutterhalskrebs oder auch Check-up 35
- Zahnvorsorge einmal pro Jahr
- Gripeschutzimpfung
- einmal Präventionskurs pro Jahr
- Körperfett im Normbereich anhand anerkannter Verfahren (z. B. BMI, ABSI, WHtR usw.)
- Nachweis Nichtraucher
- aktive Mitgliedschaft Sportverein oder Fitnessstudio (ein- bis zweimal wöchentlicher Sport)