

money**service**

Begehrter Laborplatz perdu, essenzieller Präpkurs abgeschrieben, wichtige Prüfungen und Seminare verpasst, ein ganzes Semester verloren, ehrgeizige Pläne in Luft aufgelöst. Und all dies nur wegen des sogenannten Post-Covid-19-Syndroms. Mehr als ein Vierteljahr nach einer SARS-CoV-2-Infektion leiden etliche Hochschul­ler hierzulande noch an schweren Beschwerden wie ständiger Erschöpfung (Fatigue), Atemnot, Konzentrationsstörungen (Gehirnnebel) oder Schwindel – was ein ordentliches, effizientes Studium unmöglich macht. Schätzungen der Deutschen Gesellschaft

für Pneumologie und Beatmungsmedizin zufolge haben in Deutschland immerhin zwei Prozent aller Corona-Infizierten mit Post-Covid zu kämpfen. Unter Studierenden scheint die Zahl der Long- und Post-Covid-Fälle besorgniserregend hoch zu sein.

Härten mildern. Nicht umsonst wies das Deutsche Studentenwerk in seinem Newsletter vom 23. Februar 2022 im Kontext mit Covid auf den krankheitsbezogenen Nachteilsausgleich im Studium hin. Demzufolge können im Rahmen der Studien- und Prüfungsordnungen etwa Prüfungstermine auf Antrag durchaus nach hinten verschoben

GESETZLICHE KRANKENVERSICHERUNG

Booster für

von THOMAS SCHICKLING

GUT GELAUNT: können Hochschul­ler mit einer leistungsstarken Krankenkasse an ihrer Seite sein

ben, Fristen für die Abgabe von Hausarbeiten verlängert und Klausuren zeitlich merklich ausgedehnt werden, wenn Studenten durch SARS-CoV-2-Infektionen geschwächt sind.

Die prekäre gesundheitliche Situation an deutschen Hochschulen könnte sich im laufenden Sommersemester gar noch verschärfen, ist doch das Gros der Universitäten hierzulande wieder zum Präsenzstudium übergegangen – trotz weiterhin recht hoher 7-Tage-Inzidenzen aufgrund des stark infektiösen Omikron-Subtyps BA.2.

Schon in der Prä-Corona-Ära waren Physis und Psyche von Hochschülern extrem angespannt: Sogenannte affektive Störungen (Angst und Depression) sowie Belastungs- und somatoforme Störungen sind unter ihnen bereits seit Jahren weit vertreten – und nehmen sogar zu. Auch Burn-out, eine Spielart der Depression unter Leistungsorientierten, die bisher primär in der Arbeitswelt untersucht wurde, ist bei Studierenden mehr und mehr zu beobachten.

die Bildung

Als wären Prüfungsstress und wenig Geld nicht übel genug: Long Covid hat Studieren noch härter gemacht. Welche **Kassen** Hochschülern in Omikron-Zeiten den **Rücken stärken**

Stress-Test. Generell ist in den vergangenen Jahren die Belastung im Studium deutlich gestiegen. Während 2016 noch vier von zehn Hochschülern (38 Prozent) attestierten, durch die Uni-Pflichten gestresst zu sein, waren es 2021 bereits fast sechs von zehn (57 Prozent) Befragten. Diese Bilanz zieht die Stress-Studie „Entspann dich, Deutschland!“ der Techniker Krankenkasse. Grund für die Zunahme ist aus Sicht der Techniker vermutlich auch die Corona-Pandemie, die starke Auswirkungen auf das Stressempfinden der Menschen hat. Auf die Frage, ob ihr Leben seit Beginn der Pandemie stressiger geworden ist, antworteten 40 Prozent der Befragten mit Ja.

Dass es um die Gesundheit vieler Studierender nicht gerade bestens bestellt ist, haben einige gesetzliche Krankenkassen gezielt zum Anlass genommen, Gegenmaßnahmen zu ergreifen. Die Techniker (TK) etwa engagiert sich schon seit Langem mit verschiedenen Ansätzen zur Gesundheitsförderung an deutschen Universitäten. „Etwa die TU Kaiserslautern als Vorreiter bietet ihren Studierenden ein umfassendes Gesundheitskonzept in Kooperation mit der TK an“, erklärt Jörn Simon, Leiter der TK-Landesvertretung in Rheinland-Pfalz.

Welche Kasse mit einem top medizinischen Service- und Leistungsportfolio die Fitness Studierender schützt und die Genesung fördert, zeigt eine Analyse des Deutschen Finanz-Service Instituts (DFSI) in Köln im Auftrag von FOCUS-MONEY. Mithilfe einer ausgeklügelten Methodik (s. Seite 70/71) haben die Fachleute des DFSI jene Krankenkassen aus dem Gros herausgefischt, welche gerade für jüngere Zielgruppen erste Wahl sind (s. dazu Tabelle S. 70). Besonderes Augenmerk galt dabei in der Untersuchung den Kassen, die sich mit ihren

Bonusprogrammen exponieren. „Zu diesen gehören jene, die mit einer überschaubaren, realistischen Anzahl an Maßnahmen zur Erhaltung der Gesundheit ihren Versicherten hohe Prämien gewähren“, erklärt Thomas Lemke, Geschäftsführer des DFSI (s. Tabelle S. 71).

Gib Gas. Der mit der Covid-19-Pandemie auferlegte Online-Unterricht an Universitäten samt deutlich reduzierten sozialen Kontakten machte sich bei einigen Studenten durch unzureichende Bewegung, zu langes angespanntes Sitzen am Schreibtisch zu Hause, schlechte Ernährung mit zu vielen Kohlenhydraten und gesättigten Fettsäuren sowie vermehrten Alkohol- und Nikotingenuss negativ bemerkbar. Dem können gute Kassen im Rahmen der individuellen Gesundheitsförderung mit einer großen Auswahl an Kursen im Bereich Gesundheitssport, Reduktion von Übergewicht, Ernährung sowie Alkohol und Raucherentwöhnung gezielt entgegenwirken. Für diese Seminare übernehmen die Kassen die Kosten komplett oder zumindest pro Kurs bis zur Summe von 75 Euro.

Einfach, schnell und digital – so sollte heute der Kontakt zur Kasse aus Sicht von Hochschülern sein. Darum bieten Top-Kassen angehenden Akademikern auch gratis Smartphone-Apps an, mit deren Hilfe sie etwa Krankmeldungen und Immatrikulationsbescheinigungen neben Rechnungen etwa für Osteopathie mühelos digital einreichen können. Manche Krankenkassen haben ihre Apps so clever aufgebaut, dass Versicherte diese auch als Fitness-Tracker beim Joggen nutzen können, um mit jedem Schritt Bonuspunkte zu sammeln.

Leistung zum Nulltarif. Bis zur Vollendung des 25. Lebensjahrs kommen Studenten bei ihren gesetzlich versicherten Eltern beitragsfrei unter. Hat sich das Studium wegen eines freiwilligen Wehr- oder eines Freiwilligendienstes verzögert, verlängert sich die kostenlose Familienversicherung sogar um dessen Dauer, maximal um ein Jahr! Um 2022 als StudentIn „beitragsfrei“ krankenversichert zu sein, darf man allerdings kein regelmäßiges monatliches Gesamteinkommen über 470 Euro erzielen. Doch das Ganze ist nicht in Stein gemeißelt. Wird diese Einkommensgrenze unvorhergesehen und für weniger als drei Monate im Kalenderjahr überschritten, bleibt die Familienversicherung trotzdem bestehen. Gut zu wissen: BAföG-Leistungen oder die pekuniäre Unterstützung durch Eltern zählen nicht als Einkommen.

Ist die Familienversicherung keine Option mehr, muss man sich als Hochschüler selbst versichern. Dafür haben AOK & Co. einen – relativ – günstigen Studententarif aufgelegt. Der – für alle gesetzlichen Krankenkassen obligatorische – Sockelbeitrag liegt bei 10,22 Prozent des BAföG-Bedarfssatzes von 752 Euro. Macht einen Kassen-Monatsbeitrag von 76,85 Euro. Hinzu kommt der kassenindividuelle Zusatzbeitrag. Beim DFSI-Testsieger die Techniker zum Beispiel müssten Hochschüler im Studententarif bei einem aktuellen Zusatzbeitrag von 1,2 Prozent monatlich 85,87 Euro berappen. Obendrauf bittet die gesetzliche Pflegeversicherung jeden Monat kinderlose Studierende mit 25,57 Euro (mit Kind nur 22,94 Euro) zur Kasse. Wer jünger als 23 ist oder bereits ein Kind hat, zahlt lediglich für die Pflegepflichtversicherung 22,94 Euro im Monat.

Alt aussehen. „Wer älter als 30 Jahre ist, rutscht leider aus der studentischen Krankenversicherung“, warnt Fachmann Lemke. Studierende müssen sich dann in Deutschland freiwillig versichern. Der Beitrag liegt seit 1. Januar 2022 bei monatlich mindestens 166,69 Euro – viel Zaster für einkommensschwache Studenten. Der kassenindividuelle Zusatzbeitrag wird darüber hinaus fällig. „Und für die Pflegeversicherung kommt noch mal ein monatlicher Mindestbeitrag von 33,45 Euro hinzu, welcher sich für Kinderlose ab 23 Jahre auf 37,29 Euro erhöht“, rechnet Kassen-Fachmann Lemke vor. ■ ▷

METHODE

Akademische Weihen

Zur Ermittlung der besten gesetzlichen Krankenkassen für Studenten wertete das Deutsche Finanz-Service Institut (DFSI) in Köln Daten von insgesamt 52 Krankenkassen 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 21 Kassen lagen bei www.gesetzlichekrankenkassen.de entweder keine verwertbaren Daten vor oder die Kassen wollten nicht am Test teilnehmen und füllten daher 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 sowie dafür, in welcher Aus-

prägung diese angeboten oder in welchem Umfang sie von der Krankenkasse 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 StudentInnen (auch für ausländische), spezielle Mitgliederzeitschrift für StudentInnen, mobile Geschäftsstellen-App, kostenfreier Zeugnis-Beglaubigungsservice, direkte Online-BAföG-Bescheinigung.
- **Zusatzleistungen (20 Prozent):** Hautkrebsvorsorge, profess. Zahnreinigung, Vorsorgeuntersuchungen i. R. d. Schwangerschaft, (rezeptfreie) Arzneimittel für Schwangere, sportmed.

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 Bergische Krankenkasse die Nase vorn.

Kasse	Beitragssatz	Punkte Wahltarife	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	92,2	68,8	87,5	67,3	77,3	100,0	87,5
BERGISCHE KRANKENKASSE	11,62%	100,0	88,3	72,9	100,0	89,2	20,0	62,5	79,1
HEK – Hanseatische Krankenkasse	11,52%	100,0	76,2	61,3	85,2	69,1	100,0	87,5	78,4
IKK Südwest	11,72%	100,0	81,7	74,3	92,0	60,5	60,0	87,5	78,0
DAK-Gesundheit	11,72%	100,0	83,9	55,2	87,5	85,2	46,0	93,8	76,1
AOK PLUS	11,42%	0,0	95,6	56,7	92,0	82,2	50,0	62,5	75,7
SECURVITA Krankenkasse	11,72%	100,0	63,3	70,5	93,2	86,4	78,0	87,5	74,8
hkk Krankenkasse	10,91%	0,0	61,1	57,5	79,5	74,2	76,0	87,5	74,3
BARMER	11,72%	100,0	96,7	44,9	84,1	69,7	20,0	87,5	74,0
AOK Baden-Württemberg	11,52%	0,0	92,9	52,7	87,7	55,7	72,0	80,0	73,7
mhplus Betriebskrankenkasse	11,50%	56,9	65,6	69,6	87,3	56,0	76,0	82,5	72,5
AOK Bayern	11,52%	0,0	93,9	71,1	89,8	37,6	48,0	53,8	71,6
SBK	11,52%	0,0	93,9	64,1	85,5	31,9	24,0	70,0	70,3
IKK classic	11,52%	100,0	77,8	47,0	64,3	70,4	68,0	75,0	68,9
pronova BKK	11,72%	100,0	83,9	56,3	78,4	50,5	20,0	75,0	68,5
R+V Betriebskrankenkasse	11,42%	100,0	58,4	67,4	94,5	37,0	40,0	56,3	67,4
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland	11,52%	0,0	69,6	58,6	86,4	41,0	82,0	72,5	66,0
BKK firmus	11,06%	0,0	71,7	77,6	63,8	29,0	40,0	50,0	65,6
BKK Herkules	11,62%	0,0	71,7	73,2	75,0	49,4	88,0	61,3	65,3
Audi BKK	11,32%	56,0	63,3	43,5	87,0	30,9	32,0	70,0	62,9
BKK SBH	11,20%	86,7	45,6	59,5	83,0	68,1	40,0	50,0	62,9
BKK Wirtschaft & Finanzen	11,61%	0,0	57,2	60,9	93,2	49,6	88,0	62,5	62,2
BKK VBU	11,82%	100,0	53,9	70,4	90,9	30,7	88,0	50,0	61,7
KKH Kaufmännische Krankenkasse	11,72%	87,0	61,1	62,1	85,5	57,1	10,0	57,5	61,1
AOK Rheinland/Hamburg	11,82%	0,0	77,9	56,7	89,8	45,9	8,0	63,8	60,2
BAHN-BKK	11,42%	0,0	52,8	41,3	84,1	58,8	88,0	75,0	60,2
VIACTIV Krankenkasse	11,82%	100,0	55,6	56,3	94,3	50,2	20,0	62,5	60,0

bundesweit geöffnet regional geöffnet

Quelle: DFSI, Ranking nach „Punkte gesamt“

TOP-BONUSPROGRAMME für Studierende

Krankenkasse	Öffnung	maximaler Bonus (in Euro)	Prämienart
IKK – Die Innovationskasse	bundesweit	500	zweckgebundene Prämie
DAK-Gesundheit	bundesweit	350	zweckgebundene Prämie
Novitas BKK	bundesweit	330	Kombi-Prämie aus Bar- und zweckgebundener Prämie
SECURVITA Krankenkasse	regional	200	zweckgebundene Prämie
BERGISCHE KRANKENKASSE	regional	200	zweckgebundene Prämie
BKK Faber-Castell & Partner	regional	190	zweckgebundene Prämie
IKK classic	bundesweit	190	zweckgebundene Prämie
BAHN-BKK	bundesweit	180	Barprämie
HEK – Hanseatische Krankenkasse	bundesweit	164	Kombi-Prämie aus Bar- und zweckgebundener Prämie
Salus BKK	bundesweit	160	Barprämie
BKK Herkules	regional	160	zweckgebundene Prämie
VIACTIV Krankenkasse	bundesweit	130	Barprämie
BKK24	bundesweit	130	Barprämie
vivida bkk	bundesweit	130	Barprämie
BKK ProVita	bundesweit	130	zweckgebundene Prämie
IKK Brandenburg und Berlin	regional	125	Barprämie
IKK Südwest	regional	120	zweckgebundene Prämie
mhlplus Betriebskrankenkasse	regional	120	zweckgebundene Prämie

Untersuchung, Check-up-Untersuchungen unter 35 Jahren, Zuschuss für Fitnessstudio oder Sportverein, spez. Coaching für Studierende sowie die wissenschaftliche Auswertung von Sekundärdaten zur spez. Angebotsgestaltung für Studierende.

- **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 sowie Angebote an Kompaktkursen.
- **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. Die-

ser ergab sich aus der Abweichung des Beitrags für Studierende inklusive des jeweils kassenindividuellen Zusatzbeitrags von der durchschnittlichen Summe aus Beitragsatz und Zusatzbeitrag. Lagen Beitragsatz und Zusatzbeitrag genau im Mittel bei 11,52 Prozent, betrug der Faktor 1. Fiel die Summe hingegen größer aus, reduzierte sich der Faktor, fiel sie kleiner aus, stieg der Faktor entsprechend.

Bester Bonus

Ergänzend zur Kür der besten Krankenkasse für Studierende ermittelten die Experten des DFSI in einer Sonderauswertung das beste 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 Musterstudentin respektive den Musterstudenten im Alter von 25 Jahren galten dabei folgende Kriterien:

- Vorsorgeuntersuchung Gebärmutterhalskrebs oder auch Check-up 35
- Zahnvorsorge einmal pro Jahr
- vollständige Covid-19-Impfung
- einmal Präventionskurs (Stressbewältigung) pro Jahr
- Körperfett im Normbereich anhand anerkannter Verfahren (z. B. BMI, ABSI, WHtR usw.)
- Nachweis Nichtraucher
- aktive Mitgliedschaft im Sportverein oder im Fitnessstudio (ein- bis zweimal wöchentlicher Sport)

Quelle: DFSI-Auswahl: Kassen mit 120 Euro oder mehr Bonus für die vom DFSI abgefragten Maßnahmen; Ranking nach „maximalen Bonus“