



# EINFACH MEHR GESUNDHEIT

HEUTE UND IN ZUKUNFT







# VORSORGE

## UNSER GEMEINSAMES ZIEL: IHRE GESUNDHEIT

Tatkräftig, verlässlich und immer ein offenes Ohr – mit einem starken Partner gehts leichter durchs Leben. Das gilt vor allem für Ihre Gesundheit. Sie erhalten von uns in jeder Lebenssituation die passende Versorgung.

## DIE BESTE INVESTITION FÜR IHRE ZUKUNFT

Wenn es um Ihre Gesundheit geht, überlassen wir nichts dem Zufall. Als Ihr Partner in Sachen Vorsorge unterstützen wir Ihr Gesundheitsmanagement mit weiteren [Vorsorgeleistungen](#), die über den gesetzlichen Rahmen hinaus gehen. So bieten wir zur gesunden Entwicklung Ihrer Kinder die [U10](#), [U11](#) und [J2](#) als zusätzliche Untersuchung an. Ist Krebsvorsorge ein besonders wichtiges Thema für Sie? Für uns auch. Deshalb haben Sie mit uns die Möglichkeit, bereits [ab 18 Jahren](#) das [Hautkrebs-Screening](#) wahrzunehmen. Zudem beteiligen wir uns altersunabhängig an den Kosten für die [Darmkrebsfrüherkennung](#) und die [Brustkrebsfrüherkennung](#). Und das jährlich.





## IMPFUNGEN

### GÜNSTIGER GEHTS NICHT

Ob anlässlich einer Urlaubsreise oder für Ihre persönliche Vorsorge – das Thema Impfen ist essenziell. **Die Kosten für Impfstoffe übernehmen wir zu 100 Prozent.** So bleiben Ihnen nur noch die gesetzliche Eigenbeteiligung und die Vorfriede auf Ihren Urlaub.



## ALTERNATIVE MEDIZIN

### SO INDIVIDUELL WIE SIE

Jeder Mensch ist anders – zum Glück. Und das nicht nur, wenn wir gesund sind. Auch in den Behandlungsmethoden haben wir unterschiedliche Vorstellungen und Bedürfnisse. Sie erhalten durch uns als Ergänzung zur Schulmedizin auch Zugang zu alternativen Heilmethoden wie **Osteopathie**, **Homöopathie**, **pflanzlichen Arzneimitteln** und vielem mehr.



## ZAHNGESUNDHEIT

### FÜR EIN STRAHLENDES LÄCHELN

Täglich bringen Ihre Zähne Höchstleistungen. Wenn doch einmal Zahnersatz notwendig ist – kein Problem. Denn wir bieten Ihnen mit unserem Kooperationspartner hochwertigen Zahnersatz zu vergünstigten Preisen an. Dadurch erhalten Sie bei vollständigem Bonus den „Zahnersatz zum Nulltarif“.

**Ein weiteres beruhigendes Extra:** Wünschen Sie bei der Entfernung der Weisheitszähne eine Vollnarkose, beteiligen wir uns an den Kosten.

Damit Ihre Kinder von Anfang an gut vor Karies geschützt sind, erhalten Sie zusätzlich zur Vorsorge einen Zuschuss für die Versiegelung der Fissuren (Zahngrübchen) in den Backenzähnen.

---

**EINFACH. ERSTKLASSIG.**





## SCHWANGERSCHAFTSVORSORGE

### SIE ERWARTEN EIN KIND – VOLLER EINSATZ FÜR IHRE FAMILIE

Während einer Schwangerschaft ist die Gesundheit für Mutter und Kind das Wichtigste. Deswegen beteiligen wir uns an den Kosten für ausgewählte Vorsorgeleistungen während der Schwangerschaft, wie zum Beispiel dem Toxoplasma-Test.

Zähne und Zahnfleisch sind durch die hormonellen Umstellungen während einer Schwangerschaft besonders beansprucht. Zur Vorbeugung und Unterstützung der Zahngesundheit erstatten wir werdenden Müttern die Kosten einer [zusätzlichen professionellen Zahnreinigung zu 100 Prozent](#).

## BEHANDLUNG IN EXKLUSIVEN EINRICHTUNGEN

### FÜR SIE NUR DAS BESTE

Außer in den Kliniken, die für die Behandlung gesetzlich Krankenkversicherter zugelassen sind, können Sie einen anstehenden Eingriff auch in einer exklusiven Einrichtung vornehmen lassen. Fühlen Sie sich gut und sicher versorgt und erfahren Sie eine Behandlung wie ein Privatpatient!  
Bitte informieren Sie sich vorab bei uns über alle Details.



# BONUSPROGRAMM VORSORGE<sup>PLUS</sup>

## IHR PLUS AN PRIVATVORSORGE

Was immer Ihnen wichtig ist, das unterstützen wir. Deshalb belohnen wir alle, die etwas für ihre Gesundheit tun. Mit unserem **Bonus Vorsorge<sup>plus</sup>** \* erhalten Sie bei erstmaliger Teilnahme am Bonusprogramm einen Zuschuss von bis zu **300 Euro** für den Abschluss einer neuen privaten Versicherung aus den Bereichen: **Berufsunfähigkeit | Krankenzusatz | Unfall | Pflege | Private und betriebliche Altersversorgung**

\* Details zum Bonusprogramm finden Sie im Informationsblatt HEK Bonus Vorsorge<sup>plus</sup>

## WAHLTARIF HEKeasycash

### DAS ZAHLT SICH AUS FÜR SIE

Sie erhalten bis zu **600 Euro** zurück, wenn Sie zwölf Monate gesund geblieben sind.

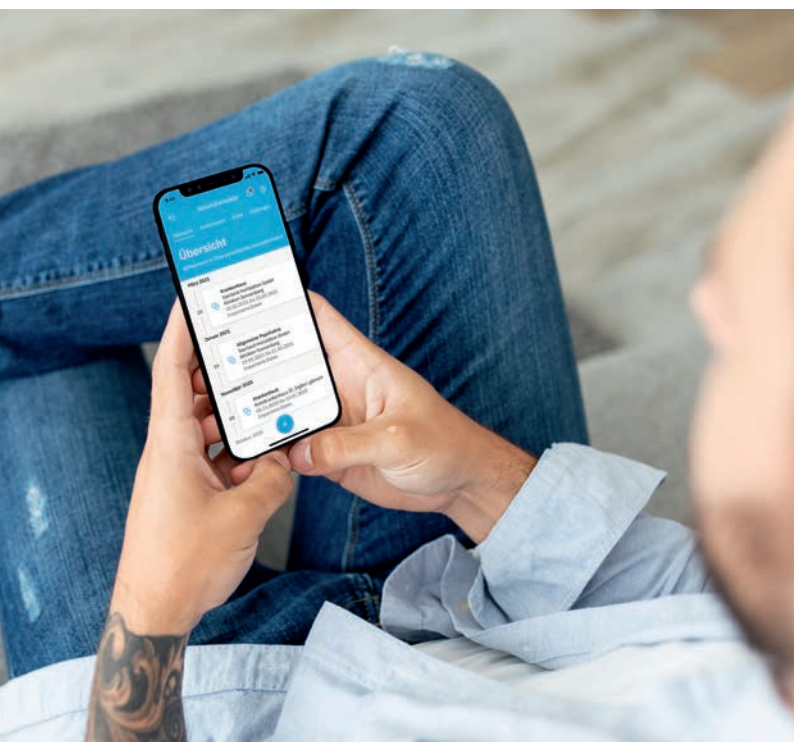
Unsere Vorsorgeuntersuchungen stehen Ihnen natürlich wie gewohnt zur Verfügung. So haben Sie Ihre Gesundheit immer im Blick und profitieren sogar finanziell davon.



## HEK SERVICE-APP

### PAPIERKRAM – WO GIBTS DENN SO WAS?

Mit der HEK Service-App bieten wir Ihnen einen Service der nächsten Generation. Erledigen Sie Ihre Anliegen rund um Ihre Krankenversicherung schnell und papierlos mit dem Smartphone. Senden Sie uns ganz einfach Ihre Rechnungen, Anträge oder alles zum Thema Bonusprogramm schnell und sicher zu und nutzen Sie viele weitere Vorteile unserer digitalen Services.



## HEK smarth<sup>health</sup>

### IHRE GESUNDHEITSDATEN IMMER AUF EINEN BLICK

Mit **smarth<sup>health</sup>** ist Ihre Gesundheitshistorie jederzeit für Sie abrufbar. Arzttermine, Impfungen oder verschriebene Medikamente.

Röntgenbilder und Laboruntersuchungen können Sie ganz bequem hochladen. All diese Informationen und viele weitere nützliche Features finden Sie in der HEK Service-App – für Sie natürlich **kostenfrei**.

Unsere HEK Service-App ist für die mobilen Betriebssysteme iOS von Apple und Android verfügbar.

Sie können sich die App aus dem jeweiligen Store laden oder den QR-Code nutzen:



# SERVICE

## SERVICE-TEAM – WIE KÖNNEN WIR IHNEN WEITERHELFFEN?

In allen Fragen rund um Gesundheit und Versicherung steht Ihnen unser [Service-Team](#) zur Seite.

Wir bieten Ihnen **24 Stunden** täglich und an **sieben Tagen** in der Woche eine schnelle und kompetente Beratung.

Einen Termin bei einem Facharzt zu bekommen, ist nicht immer einfach. Deshalb unterstützt das [Service-Team](#) Sie bei der Vereinbarung von Facharztterminen. Schnell und entspannt zum Arzt. Toller Service oder?

0800 0 213 213 (kostenfrei) | [kontakt@hek.de](mailto:kontakt@hek.de)



## LIVE-CHAT

Holen Sie sich Ihren persönlichen Ansprechpartner direkt auf den Bildschirm – per Text oder Video. Nutzen Sie diesen Service einfach und bequem von zu Hause oder unterwegs auf Ihrem PC oder mobilem Endgerät. Wir sehen uns. [www.hek.de/chat](http://www.hek.de/chat)

## GESUNDHEITS-HOTLINE

Das persönliche Gespräch mit Ihrem Arzt ist natürlich durch nichts zu ersetzen.

Aber wenn dabei doch einmal Fragen rund um die Gesundheit, zu Arzneimitteln und Therapien offen bleiben, wenden Sie sich gern an unsere Gesundheits-Hotline. Über unser Service-Team erreichen Sie das medizinische Expertenteam unseres Partners jeden Tag rund um die Uhr.

## MEDIZINISCHE ZWEITMEINUNG

Steht bei Ihnen eine stationäre Operation am Rücken oder eine Gelenkersatzoperation an Knie, Schulter oder Hüfte an? Unser Partner [IMC GmbH](#) arbeitet bundesweit mit ausgewählten Schmerzzentren zusammen. Vereinbaren Sie gern einen Termin und holen Sie sich persönlich eine kostenfreie [Zweitmeinung](#) ein.

Das [Service-Team](#) berät Sie gern zum Behandlungsangebot.

## SPEZIALISTENSUCHE

Haben Sie Fragen zu einer ärztlichen Diagnose oder der Ihnen empfohlenen Therapie?

Sind Sie unsicher, welche Behandlung die richtige ist oder stehen Sie vielleicht sogar vor einer Operation?

[BetterDoc](#) findet für Ihre individuelle Erkrankung einen hoch qualifizierten Spezialisten für eine unabhängige Zweitmeinung, für eine wirkungsvolle Behandlung oder für eine anstehende Operation.

## AUSGEZEICHNET FÜR SIE

Die *WirtschaftsWoche* (Ausgabe 18/2022) zeichnete die HEK in der Verbraucherbefragung "Bester Kundenservice" mit dem ersten Platz aus. Darauf sind wir stolz. Aber wir ruhen uns nicht auf unseren Lorbeeren aus. Im Gegenteil: Wir wollen immer besser werden – damit Sie auch in Zukunft zufrieden mit uns sind.





# FINANZIELLE MEHRWERTE AUF EINEN BLICK

<b>VORSORGE</b>	<b>VORTEILE IM WERT VON BIS ZU</b>	<b>2.880 Euro</b>
✓ Reise- und Schutzimpfungen (alle)	<b>1.775 Euro</b>	gesetzliche Eigenbeteiligung bleibt bestehen
✓ Hautkrebsvorsorge ab 18 Jahre	<b>35 Euro</b>	alle zwei Jahre, Vorlage der Gesundheitskarte
✓ Gesundheitskurse (Prävention)	<b>500 Euro</b>	jährlich bis zu zwei Kurse, je 250 Euro
✓ Sportmedizinische Untersuchung	<b>120 Euro</b>	70% max. 120 Euro, alle zwei Jahre
✓ Brustkrebsfrüherkennung	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Darmkrebsfrüherkennung	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Gesundheits-Check-Up (altersunabhängig)	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Kinder- und Jugenduntersuchungen (U10, U11, J2)	<b>150 Euro</b>	50 Euro, je Untersuchung
<b>ALTERNATIVMEDIZIN</b>	<b>VORTEILE IM WERT VON BIS ZU</b>	<b>1.665 Euro</b>
✓ Homöopathische Behandlung	<b>775 Euro</b>	Erst- und Folgeanamnese bei qualifizierten Kassenärzten, Vorlage der Gesundheitskarte
✓ Homöopathische Arzneimittel	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Anthroposophische Arzneimittel	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Anthroposophische Heilmittel	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Phytotherapeutische Arzneimittel	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Osteopathische Behandlung	<b>90 Euro</b>	80% max. 30 Euro je Behandlung (max. drei), ärztliche Verordnung auf Privatrezept
✓ Weitere Naturheilverfahren (Ayurveda, Feldenkrais, Shiatsu, TCM)	<b>400 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich je Naturheilverfahren
<b>ZAHNGESUNDHEIT</b>	<b>VORTEILE IM WERT VON BIS ZU</b>	<b>310 Euro</b>
✓ Professionelle Zahnreinigung	<b>10 Euro</b>	ab 16 Jahre, jährlich
✓ Fissuren-Versiegelung für Prämolaren	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Vollnarkose bei Weisheitszahnentfernung	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Retainer (Kieferorthopädie)	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich, Behandlungsbeginn vor dem 18. Lebensjahr
<b>SCHWANGERSCHAFT &amp; GEBURT</b>	<b>VORTEILE IM WERT VON BIS ZU</b>	<b>390 Euro</b>
✓ Professionelle Zahnreinigung für Schwangere	<b>90 Euro *</b>	100%, einmalig * durchschnittlicher Rechnungsbetrag
✓ Hebammen-Rufbereitschaft	<b>100 Euro</b>	Zuschuss zur Rufbereitschaftsspauschale einer zugelassenen Vertragshebamme
✓ Geburtsvorbereitungskurse für Paare	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
✓ Mehr Schwangerschaftsvorsorge (z. B. Zytomegalie-Test, Toxoplasmose-Test)	<b>100 Euro</b>	70% max. 100 Euro, jährlich
<b>BONUSPROGRAMM</b>	<b>BONUS-VORTEIL * IM WERT VON BIS ZU</b>	<b>700 Euro</b>
✓ Bonus Vorsorge <sup>plus</sup> ab 18 Jahre	<b>300 Euro</b>	je versicherte Person
✓ Bonus Vorsorge <sup>plus</sup> unter 18 Jahre	<b>50 Euro</b>	je versicherte Person
Zweckgebundene Bonuszahlung als Zuschuss zu den Kosten einer neu abgeschlossenen Versicherung aus den Bereichen: <a href="#">Berufsunfähigkeit</a>   <a href="#">Krankenzusatz</a>   <a href="#">Unfall</a>   <a href="#">Pflege</a>   <a href="#">Private und betriebliche Altersversorgung</a>		
* Im Beispiel: zwei Elternteile über 18 Jahre mit zwei Kindern über 6 Jahre, jedoch unter 18 Jahren		
<b>BEITRAGSRÜCKERSTATTUNG</b>	<b>ERSTATTUNG VON BIS ZU</b>	<b>600 Euro</b>
<b>Einfaches Prinzip:</b> Wer für ein Jahr außer Vorsorgeuntersuchungen keine Leistungen nutzt, bekommt mit dem cashback-Tarif <b>HEKeasycash</b> ein Zwölftel der im Kalenderjahr gezahlten Krankenkassenbeiträge (bis zu <b>600 Euro</b> ) zurück.		
✓ Wahltarif <b>HEKeasycash</b>	<b>600 Euro</b>	je Mitglied *, jährlich
* Mitglieder, die selbst Beiträge zahlen (zum Beispiel Arbeitnehmer oder freiwillig Versicherte)		

## VORTEILSRECHNER

Berechnen Sie den Wert Ihrer persönlichen Mehrleistungen im digitalen Vorteilsrechner.



## Wir sind für Sie da



### Hotline

0800 0 213 213 (kostenfrei)



### Fax

040 656 96 - 1237



### Service-App

[hek.de/service-app](https://hek.de/service-app)



### E-Mail

[kontakt@hek.de](mailto:kontakt@hek.de)



### Sofortservice

Taggleiche Bearbeitung



### Postanschrift

HEK - Hanseatische Krankenkasse  
22039 Hamburg



### Facebook

[hek.de/facebook](https://hek.de/facebook)



### Instagram

[hek.de/instagram](https://hek.de/instagram)