

**Ihre Haut ist  
uns wichtig!**



**Bosch BKK**

Kruppstraße 19  
70469 Stuttgart  
[www.Bosch-BKK.de](http://www.Bosch-BKK.de)  
[info@Bosch-BKK.de](mailto:info@Bosch-BKK.de)

**Wir sind für Sie da!**

24-Stunden-Service-Center:  
Telefon 0180 4267242

(20 Cent je Anruf aus dem deutschen Festnetz.  
Preise für Mobilfunk können abweichen.)

Stand 01.04.2014 – Änderungen vorbehalten.  
Dieses Faltblatt gibt Ihnen einen ersten  
Überblick über die Leistungen der Bosch BKK.  
Gerne berät Sie Ihr Kundenberater individuell  
und verbindlich.

Quelle: Deutsche Krebshilfe [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de);  
Arbeitsgemeinschaft Dermatologische  
Prävention (ADP)

**Bosch BKK**

Gesetzliche Kranken- und Pflegeversicherung



**BOSCH**

## Die Sonne hat zwei Seiten

Der Mensch braucht die Sonne. Sie fördert Vitalität, seelische Ausgeglichenheit und regt die Bildung von Vitamin D an, das den Knochenbau und das Immunsystem stärkt.

Aber die natürliche und künstliche UV-Strahlung kann auch fatale Auswirkungen auf die menschliche Haut haben und Hautkrebs verursachen.



Die Zahl der Hautkrebserkrankungen ist in den vergangenen Jahren deutlich angestiegen. Nach Angaben der Deutschen Krebshilfe erkranken jährlich rund 206.000 Menschen in Deutschland neu an weißem Hautkrebs, an besonders gefährlichem schwarzem Hautkrebs jährlich 28.000 Menschen. Dieser alarmierende Anstieg gilt als Folge des weit verbreiteten Wunsches nach Bräune um jeden Preis.

Deshalb empfehlen wir, das Thema Sonnen- und Hautschutz gerade in der Urlaubszeit nicht zu vergessen.

## Früherkennung nutzen

Jeder kann seine Haut selbst regelmäßig auf Veränderungen kontrollieren. Schauen Sie sich Ihren gesamten Körper genau an. Hautveränderungen, die jucken oder bluten, sollten Sie ärztlich untersuchen lassen. Zusätzlich empfehlen wir, das Hautkrebscreening alle zwei Jahre beim Haus- oder Hautarzt in Anspruch zu nehmen.

**Die Bosch BKK übernimmt die Kosten für ihre Versicherten bereits ab Geburt anstatt wie gesetzlich vorgeschrieben ab dem 35. Lebensjahr.**

Beim Screening erfolgt eine kurze Befragung sowie eine vollständige Untersuchung der Haut (Kopfhaut, sichtbare Schleimhäute etc.). Stellt der Arzt beim Screening eine medizinische Notwendigkeit für weitere Untersuchungen (Dermatoskopie) fest, kann er die Kosten direkt mit der Bosch BKK abrechnen.

## Sonnenschutz nicht vergessen!

Die Deutsche Krebshilfe rät:

Bis zum Ende des ersten Lebensjahres sollten Sie Ihr Kind überhaupt nicht der direkten Sonne aussetzen. Vermeiden Sie auch, die zarte Haut Ihres Kindes unnötig mit Sonnenschutzmitteln zu belasten.

Einfach und wirksam: Schatten und sonnengerechte Kleidung (dichtes Gewebe und Kopfbedeckung).

Meiden Sie besonders die Sonne in der Mittagszeit.

Cremen Sie alle unbedeckten Körperstellen mit einem Sonnenschutzmittel (ab Lichtschutzfaktor 20) ein – mindestens 30 Minuten vor dem Sonnenbad.

Erneuern Sie Ihren Sonnenschutz mehrmals am Tag. Aber Achtung: Nachcremen verlängert die Schutzwirkung nicht.

Verwenden Sie beim Baden nur wasserfeste Sonnencreme, und cremen Sie sich nach dem Abtrocknen nochmal ein. Noch besser: Schützen Sie die Schultern mit einem T-Shirt oder spezieller Badebekleidung.

Bräunen Sie Ihre Haut nicht im Solarium vor! Zuviel UV-Strahlung, egal ob künst-

lich oder natürlich, schadet der Haut und lässt sie schneller altern.

Viel trinken! Der Körper verliert in der Sonne viel Flüssigkeit.

Schützen Sie die Augen durch eine Sonnenbrille mit UV-Filter und möglichst geschlossenen Seiten.



## Sie wollen mehr wissen?

Machen Sie den Hauttyp-Check unter [www.Bosch-BKK.de/Hauttyp](http://www.Bosch-BKK.de/Hauttyp) und erfahren Sie, wie Sie sich am besten schützen können.

Informationen zu UV-Strahlung bietet auch das Bundesamt für Strahlenschutz ([www.bfs.de](http://www.bfs.de)). Einen UV-Warn-Newsletter gibt es hier: [www.dwd.de/newsletter](http://www.dwd.de/newsletter)

Die kostenlose App „UV-Check“ zeigt Ihnen, wie viel Sonne Sie „sich leisten können“.