

BAHN **BKK**

A woman with a blue headband and a yellow top is smiling and looking at a young child with curly hair. They are sitting on the grass in a forest, holding small plants. The woman is wearing a yellow top and a blue headband. The child is wearing a white shirt and pink pants. The background is a blurred forest scene with sunlight filtering through the trees.

Alternative Heilmethoden

Nutzen Sie die Kraft der Natur

Nutzen Sie die **Heilskraft** der Natur

Die Schulmedizin bildet die Grundlage der hochwertigen gesundheitlichen Versorgung in Deutschland. Ihre Qualität und ihre Erfolge sind unbestritten. Darüber hinaus fühlen sich aber auch viele von alternativen Heilmethoden mit ihrer ganzheitlichen Sicht auf den Menschen angesprochen und verstanden.

In diesem Flyer haben wir Ihnen unsere naturheilkundlichen EXTRAS zusammengestellt. Das sind Leistungen, für die wir die Kosten anteilig oder ganz übernehmen – über den gesetzlich vorgeschriebenen Rahmen hinaus.

Traditionelle Chinesische Medizin

In der Traditionellen Chinesische Medizin (TCM) geht es vor allem darum, die Energie Qi im Fluss zu halten, also das innere Gleichgewicht des Menschen zu wahren beziehungsweise wieder herzustellen.

Dazu hat die TCM verschiedene Methoden entwickelt, deren Schwerpunkte vor allem in der Prävention und Rehabilitation liegen. Statt nur einzelne Beschwerden zu behandeln, wird der Mensch als Ganzes wahrgenommen; sein Körper, seine Seele und seine Emotionen in Zusammenspiel mit sich und der Umwelt.

Akupunktur

In der Vorstellung der TCM fließt die Energie Qi auf Leitbahnen – Meridiane genannt – durch den Körper. Mithilfe von Akupunktur soll der Energiefluss ins Gleichgewicht gebracht und so zum Beispiel Schmerzen gelindert werden. Dafür werden mit dünnen Nadeln bestimmte Stellen am Körper akupunktiert.

Wir übernehmen Leistungen für Akupunktur bei chronischen Schmerzen der Lendenwirbelsäule sowie bei chronischen Schmerzen in mindestens einem Kniegelenk durch Gonarthrose. Die Beschwerden müssen dabei seit mindestens sechs Monaten bestehen. Die Akupunkturleistungen sind pro Indikation bis zu 10 Mal, mit besonderer Begründung bis zu 15 Mal im Jahr durchführbar.

Damit wir die Kosten für die Behandlung übernehmen können, muss die Ärztin bzw. der Arzt einen Kassensitz haben und über die entsprechende Zusatzqualifikation verfügen. Sie legen dort nur Ihre elektronische Gesundheitskarte vor, sodass die Kosten direkt mit uns abgerechnet werden.

Unser Tipp

Kennen Sie schon **InfoMedicus**? Über unsere weltweite Gesundheitshotline beantworten Ihnen Fachärzte Ihre Fragen zu alternativen Heilmethoden rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr – und das völlig kostenfrei. Die Nummer finden Sie auf der Rückseite Ihrer Gesundheitskarte.

Aktive Bewegungslehre

Durch langsame, kontrollierte Bewegungen wird die Achtsamkeit für den eigenen Körper gesteigert. Mit verschiedenen Meditations- und Konzentrationsübungen wird diese Achtsamkeit noch vertieft, Körper und Geist kultiviert.

EXTRA

Wir bezuschussen ein vielfältiges Angebot an zertifizierten Präventionskursen. Aus dem Bereich der TCM unterstützen wir Kurse aus dem Themenbereich Stressmanagement/ Entspannung, wie zum Beispiel Qigong und Tai-Chi.

Im Internet finden Sie eine große Kursdatenbank. Für alle dort eingetragenen Präventionskurse erhalten Sie einen Zuschuss von 80 Prozent, maximal 150 Euro je Kurs. Pro Jahr können Sie also einen Zuschuss von 300 Euro für Präventionskurse erhalten. Mehr Infos finden Sie unter: bahn-bkk.de/praeventionskurse



Traditionelle Europäische Medizin

Auch in Europa gibt es eine lange alternativmedizinische Tradition, die von der Kräuterheilkunde über klösterliches Gesundheitswissen bis zu spirituellen Methoden reicht.

Anthroposophische Medizin

Der Begriff „Anthroposophie“ setzt sich zusammen aus den griechischen Wörtern „anthropos“ – der Mensch – und „sophia“ – Weisheit. Diese von Dr. Rudolf Steiner im 19. Jahrhundert entwickelte Therapiemethode stellt den Menschen mit seiner Krankheit und nicht die Krankheit selbst in den Mittelpunkt der Behandlung. Die anthroposophische Medizin ist als Ergänzung zur Schulmedizin als „besondere Therapierichtung“ anerkannt.

Medizinische Maßnahmen und Befunde werden ganzheitlich interpretiert und können dann zu anderen Behandlungsempfehlungen führen oder herkömmliche Therapiemethoden durch zusätzliche Verfahren ergänzen.

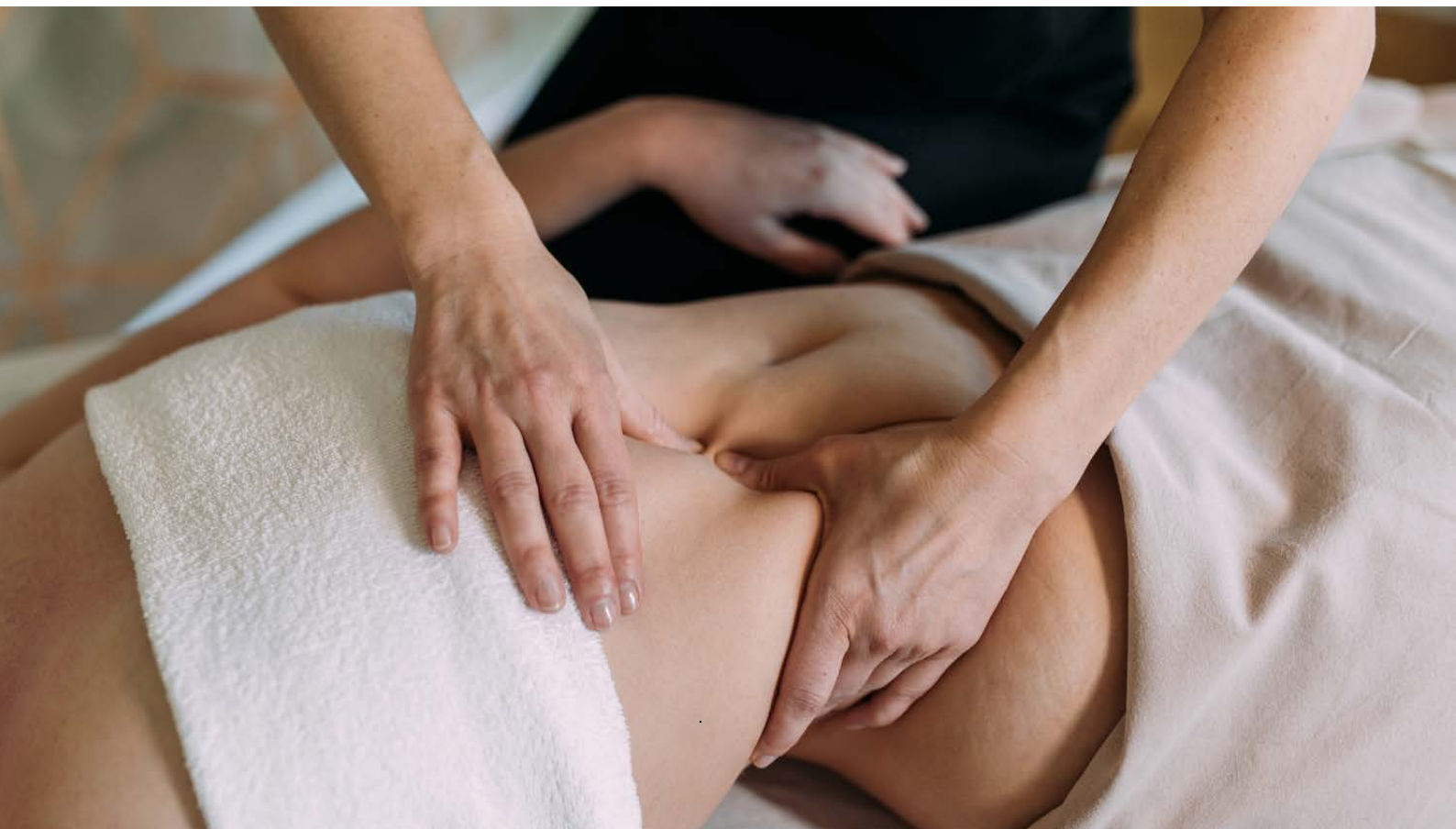
EXTRA

Wir unterstützen diesen ganzheitlichen Ansatz und erstatten daher die Kosten für folgende Heilmittel der anthroposophischen Medizin:

- Anthroposophische Kunsttherapie
- Rhythmische Massage und Ölbadtherapie
- Heileurythmie

Voraussetzung: Der verordnende Arzt oder die Ärztin muss Mitglied der Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte in Deutschland e.V. sein und der Heilmittelerbringer Mitglied des jeweiligen Berufsverbandes.

Fragen Sie vor Therapiebeginn am besten unser Team nach der aktuellen Erstattungshöhe und der Anzahl der erstattungsfähigen Therapieeinheiten.





Die Homöopathie ist ein alternatives Heilverfahren. Hochverdünnte Wirkstoffe setzen Impulse und bringen den Körper wieder ins Gleichgewicht.

Klassische Homöopathie

Bei der Homöopathie handelt es sich um ein Naturheilverfahren, dessen Grundsätze von Samuel Hahnemann im 18. Jahrhundert aufgestellt wurden. Im Vordergrund stehen die Selbstheilungskräfte des Körpers. Das bis heute geltende Leitmotiv ist das Prinzip der starken Verdünnung von Wirkstoffen. Dabei werden Krankheiten durch solche Medikamente in sehr niedriger Dosis behandelt, die in höherer Dosis ähnliche Symptome hervorrufen würden wie die zu behandelnde Krankheit.

EXTRA

Wir übernehmen die Kosten für eine homöopathische Behandlung durch Apotheken, Vertragsärzte und in ausgewählten Akut-Kliniken bei stationärem Aufenthalt.

Teile einer solchen Behandlung können etwa sein:

- Homöopathische Erstuntersuchung nach homöopathisch-individuellen Gesichtspunkten mit schriftlicher Aufzeichnung zur Einleitung einer homöopathischen Behandlung einmal je Krankheit
- Homöopathische Analyse, Folgeuntersuchung und Beratung
- Homöopathie-Beratung in Vertragsapotheken

Der Arzt oder die Ärztin darf für diese Leistungen keine Privatrechnungen ausstellen. Sollten Sie sich einmal unsicher sein, fragen Sie gezielt bei uns nach. Wir beraten Sie gerne.

Unsere Vertragsärzte und teilnehmende Apotheken finden Sie im Internet unter:

bahn-bkk.de/homoeopathie

Osteopathie

Osteopathie ist eine manuelle Form der Medizin. Sie hilft, Bewegungseinschränkungen aufzuspüren und zu lösen. Dabei behandelt sie nie einzelne Beschwerden oder Krankheiten, sondern immer den Patienten in seiner Gesamtheit.

Chiropraktik

Die Chirotherapie behandelt Erkrankungen des Bewegungsapparates und fokussiert sich insbesondere auf die Beweglichkeit der Gelenke. Ziel ist es, Funktionsstörungen besonders der Wirbelsäule zu finden und durch einfache Handgriffe zu beseitigen.

Kinesiologisches Taping

Das Kinesiotape ist ein elastisches Baumwollband mit einer Acryl-Klebeschicht. Das Tape hat dieselbe Elastizität und Dicke wie die menschliche Haut und passt sich deshalb besonders gut an jede natürliche Bewegung des Körpers an. Es wird insbesondere bei Rücken- und Gelenksbeschwerden eingesetzt und wirkt druckentlastend und stimulierend für Blut- und Lymphzirkulation.

EXTRA

Für Osteopathie, Chiropraktik und Kinesiologisches Taping übernehmen wir pro Versichertem und Kalenderjahr 80 Prozent der Kosten, maximal 200 Euro unabhängig von der Zahl der Behandlungen. Wichtig dafür ist, dass Sie eine ärztliche Verordnung für die Behandlung haben (das kann ein Privat Rezept oder eine ärztliche Bescheinigung sein).

Außerdem müssen die behandelnden Ärztinnen, Ärzte oder Therapeuten Mitglieder im jeweiligen Berufsverband sein oder bestimmte Voraussetzungen erfüllen. Welche das sind, erfahren Sie unter: bahn-bkk.de/osteopathie

Naturheilkundliche Medikamente

Selbstverständlich werden in der Alternativmedizin auch besonders sanfte und natürlich wirkende Medikamente eingesetzt, die dem ganzheitlichen Gesundheitsgedanken der traditionellen Medizin entsprechen.

EXTRA

Wir übernehmen je naturheilkundlichem Medikament Kosten bis zu einer Höchstgrenze von 150 Euro pro Versichertem im Kalenderjahr. Dazu gehören Arzneimittel der Homöopathie, Phytotherapie und Anthroposophie.

Voraussetzung für die Kostenübernahme ist, dass die Medikamente von einem zugelassenen Arzt auf einem Privat Rezept verordnet wurden. Es handelt sich dabei um ein nichtverschreibungspflichtiges, aber **apothekenpflichtiges** naturheilkundliches Medikament. Dieses wird anschließend in der Apotheke bezahlt. Zur Erstattung reichen Sie bitte die Quittung mit dem Privat Rezept bei uns ein.

DEVK

Unser Krankenzusatztarif BAHN-BKK Plus

Wir bieten Ihnen über unseren Kooperationspartner, die DEVK Versicherungen, günstige Krankenzusatzversicherungen an. Mit diesem Tarif können Sie 80 Prozent der Kosten einer naturheilkundlichen Behandlung abdecken. Nähere Informationen finden Sie unter: bahn-bkk.de/krankenzusatzversicherung





Wir haben Ihr Interesse geweckt?

Noch mehr ausführliche Informationen zu alternativen Heilmethoden sowie zu unseren aktuellen Angeboten finden Sie auch im Internet unter: bahn-bkk.de/alternativ

Haben Sie Fragen zu unseren Angeboten? Dann nutzen Sie doch einfach unseren ServiceChat unter bahn-bkk.de/servicechat oder rufen Sie uns an. Wir freuen uns auf Sie!

Fan werden

Sie möchten regelmäßig über Gesundheitsthemen sowie unsere Leistungen und EXTRAS informiert werden? Dann folgen Sie uns auf Facebook oder Instagram.

 facebook.com/bahnbkk

 instagram.com/bahnbkk



Service garantiert - auch am Wochenende!

Wir beraten Sie gerne täglich von 8 bis 20 Uhr. Und das kostenfrei.

0800 22 46 255
bahn-bkk.de

