



# IGe-Leistungen: Abzocke oder gute Investition?

4-D-Ultraschall: 150 Euro, Toxoplasmose-Test: 15 Euro, Zytomegalie-Test: 45 Euro – die Liste an „Individuellen Gesundheitsleistungen“ (IGeL), die man während der Schwangerschaft haben kann und selbst bezahlen muss, ist lang. Doch braucht man die wirklich alle?

TEXT **JULIANE BÜTTINGHAUS**

## Diese Untersuchungen können vernünftig sein ... weil es bei Komplikationen eine wirksame Therapie gibt

### ULTRASCHALL IN DER FRÜHSCHWANGERSCHAFT: 30 BIS 80 EURO

In der Schwangerschaft bezahlt die Kasse in der Regel dreimal Ultraschall (um die 10., die 20., die 30. Woche). Wer glaubt, schwanger zu sein, geht jedoch meist früher zum Arzt: Häufig wird dann bereits ein vaginaler Ultraschall gemacht.

**Wem bringt's was?** Mit dem frühen Schall kann der Arzt kontrollieren, ob sich der Embryo richtig eingenistet hat – und zum Beispiel eine gefährliche Eileiterschwangerschaft ausschließen. Er sieht auch, ob die Gebärmutter richtig liegt. Wenn nicht, kann man das manchmal mit einfachen Mitteln fördern (z. B. häufige Bauchlage) – und so vielleicht sogar eine Fehlgeburt verhindern. Außerdem: Das schlagende Herz seines Babys zu sehen ist für fast alle Mütter ein sehr berührendes Erlebnis und macht die Kosten oft wett.

### STREPTOKOKKEN-ABSTRICH: 10 BIS 25 EURO

Mit dieser Untersuchung lässt sich feststellen, ob eine Schwangere in der Scheide Streptokokken hat. Sie selbst merkt davon oft nichts. Infiziert sich ein Baby jedoch bei der Geburt, kann es eine gefährliche Sepsis entwickeln.

**Wem bringt's was?** Vor allem für Frauen, die vorzeitige Wehen haben und mit einem Frühchen rechnen (z. B. bei einer Mehrlingsschwangerschaft), kann dieser Test im letzten Schwangerschaftsdrittel sinnvoll sein – denn kleine, schwache Kinder kommen mit einer Infektion schwerer klar. Auch bei einem vorzeitigen Blasensprung kann sich das Baby anstecken. Werden Streptokokken festgestellt, wird direkt bei der Geburt mit Antibiotikum behandelt.

## Diabetes-Screening: Früher 30 Euro, jetzt umsonst

Sie hat sich vom IGeL zur Kassenleistung gemausert: die erweiterte Untersuchung auf Diabetes. Und das zu Recht, denn: Viele Diabeteserkrankungen in der Schwangerschaft wurden mit einem einfachen Urinestest bisher nicht erkannt. Der neue Bluttest im Leistungskatalog, zwischen der 24. und 28. Schwangerschaftswoche, ist wesentlich aussagekräftiger. Ergeben sich dabei auffällige Werte, wird der große Orale Glucosetoleranztest (OGTT) gemacht. Übrigens: Diabetes ist die häufigste Schwangerschaftskomplikation überhaupt – dabei kann er gut therapiert werden. Meist reicht eine Ernährungsumstellung, in manchen Fällen muss mit Insulin behandelt werden.

FOTO: Plainpicture

## Bei diesen Tests sollte man sich vorher fragen ... wie man zur Pränataldiagnostik steht

### ERSTTRIMESTER-SCREENING: 150 BIS 200 EURO

Zu dem Screening im ersten Schwangerschaftsdrittel gehört ein Ultraschall, bei dem die Nackenfalte des Babys gemessen wird – und ein Bluttest: Ist das Wasserpolster im Nacken auffallend dick und sind die Hormonwerte im Blut ungewöhnlich für das Alter der Schwangeren, kann dies ein Hinweis auf das Downsyndrom sein.

**Wem bringt's was?** Als Entscheidungshilfe vor einem invasiven, riskanteren Test (z. B. einer IGeL-Fruchtwasseruntersuchung) kann das Screening sinnvoll sein. Aber: Die Ergebnisse liefern nur Wahrscheinlichkeiten – und somit oft Unsicherheit! Und: Nicht selten ist das Screening der Beginn einer Pränataldiagnostik-Spirale. Daher: vorher überlegen, wie man dazu steht.

### EXTRA-ULTRASCHALL: JE NACH DARSTELLUNG 25 BIS 200 EURO

Wer einmal Babyfernsehen extra möchte, muss extra in den Geldbeutel greifen: bei 3-D- oder 4-D-Bildern sind das 150 bis 200 Euro. Dafür kann man sein Baby im Bauch plastisch sehen, beim 4-D-Schall in der Spezialpraxis sind die Bilder bewegt.

**Wem bringt's was?** Manche Schwangere meinen, dass sie durch die Bilder eine bessere vorgeburtliche Bindung aufbauen können. Medizinisch gesehen hat ein Extraschall allerdings keinen Extranutzen. Ausnahme: Wenn beim Standardschall Unregelmäßigkeiten entdeckt werden. Diese sogenannte Organ-diagnostik zahlt allerdings auch wieder die Kasse. ▶



### „Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen“

Ein Gespräch mit Anke Kirchner, Juristin und Gesundheitsexpertin von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen, über den richtigen Umgang mit IGeLn

#### Warum werden bestimmte Untersuchungen von der Kasse nicht gezahlt?

Zum einen sind das Leistungen mit umstrittenem oder nicht nachgewiesenem medizinischem Nutzen, weil etwa noch nicht genug Studien dazu vorliegen. Sie werden aber vom Gemeinsamen Bundesausschuss immer wieder überprüft – und so kann aus einer IGe-Leistung eine Kassenleistung werden. Zum anderen gibt es auch Untersuchungen, die durchaus sinnvoll sind, wie eine Reiseimpfung, ein HIV-Test oder ein Sporteignungstest. Selber zahlen muss man trotzdem, weil die Gründe dafür so individuell sind, dass die Gesellschaft sie nicht mittragen soll.

#### Wie reagiere ich, wenn mir der Arzt eine Selbstzahlerleistung anbietet?

Viele Leute trauen sich nicht, Nein zu sagen – aus Angst, das Vertrauensverhältnis zum Arzt zu riskieren. Aber das ist falsch: Fragen Sie nach dem Nutzen der Untersuchung, den Kosten und warum die Kasse sie nicht zahlt – oder unter welchen Bedingungen sie es tut. Auch die Kasse selbst beantwortet Ihnen das

natürlich. Und erbitten Sie sich Bedenkzeit – bei einem „Ich möchte das nicht sofort machen lassen, aber ich bin ja regelmäßig da“ ist keiner böse.

#### Warum brauche ich für eine IGe-Leistung Kostenvoranschlag und Rechnung?

Zunächst mal ist das gesetzlich geregelt – der Arzt muss Ihnen beides aushändigen. Außerdem verschafft es Ihnen Transparenz und eine Vergleichsmöglichkeit. Wegen ein paar Euro wird man nicht gleich den Arzt wechseln, wenn man sonst zufrieden ist. Gibt es aber eklatante Preisunterschiede, dann vielleicht schon. Noch ein Tipp: Führen Sie die Kosten für IGe-Leistungen in Ihrer Steuererklärung unter „Außergewöhnliche Belastungen“ auf – unter bestimmten Bedingungen sind sie steuerlich absetzbar.

#### Bei welchen Angeboten sollte ich besonders kritisch sein?

Bei zu aggressiven Werbeslogans, die Ihnen ein schlechtes Gewissen machen, dass Sie „nur“ die Grundversorgung in Anspruch nehmen. Das sind etwa Angebote wie „Mehr als die Basisleistung“ oder „Schwangerschaftsvorsorge Plus“.

## **Diese Bluttests bringen Sicherheit ... aber nur, wenn man wirklich immun ist**

### **ANTIKÖRPER-SUCHTEST WINDPOCKEN: 15 BIS 30 EURO**

Hier wird das Blut der Schwangeren auf Antikörper untersucht – ist der Titer hoch genug, besteht Immunität. Das ist wichtig, denn eine Varizellen-Infektion kann beim Ungeborenen zu Komplikationen führen, z. B. zu Augenerkrankungen. Besonders kritisch ist eine Ansteckung rund um den Geburtstermin.

**Wem bringt's was?** Windpocken sind sehr ansteckend – deshalb sind auch etwa 95 Prozent aller Schwangeren immun. Wer sich nicht mehr erinnern kann, ob er Windpocken hatte, für den kann der Test sinnvoll sein. Ebenso für Spätgebärende, denn im Laufe des Lebens lässt der Antikörperschutz nach. Zwar kann man sich in der Schwangerschaft nicht impfen lassen, hat man jedoch Kontakt zu einem Windpocken-Kind und weiß, dass man nicht immun ist, lässt sich oft mit Gamma-globulinen eine Infektion verhindern.

### **ANTIKÖRPER-SUCHTEST RINGELRÖTELN: 15 BIS 30 EURO**

Ringelröteln sind für das Baby vor allem vor der 20. Woche gefährlich. Viele Frauen haben die Krankheit aber gehabt – ohne es zu wissen. Im Test zeigen sich dann Antikörper.

**Wem bringt's was?** Schwangere Erzieherinnen dürfen nur weiterarbeiten, wenn sie immun sind. Und auch werdende Mütter, die schon ein größeres Kind haben, können der nächsten Krankheitswelle dann entspannter entgegensehen. Allen anderen bringt die Bestimmung weniger: Denn erstens ist das Ansteckungsrisiko für sie gering. Und zweitens: Die Therapiemöglichkeiten im Falle einer Infektion wären begrenzt. Besser ist auf jeden Fall vorbeugen: Hände oft waschen und kranke Kinder, wenn's irgendwie geht, meiden.

### **ANTIKÖRPER-SUCHTEST ZYTOMEGALIE: 20 BIS 50 EURO**

Auch bei diesem Verfahren wird auf vorhandene Antikörper getestet. Denn: Steckt man sich als Schwangere mit dem Zytomegalie-Virus an, können beim Baby Wachstumsverzögerungen und Hörstörungen auftreten.

**Wem bringt's was?** Das Ansteckungsrisiko liegt bei etwa einem Prozent. Etwas gefährdeter sind werdende Mütter, die bereits ein kleines Kind haben. Denn das Zytomegalie-Virus steckt vor allem im Speichel und Urin von Kindern und kann beim Füttern, übers Essgeschirr oder beim Wickeln übertragen werden. Händewaschen und Desinfizieren hilft! Wer mehr Sicherheit braucht, sollte im Hinterkopf behalten: Der Test beruht nur, wenn er tatsächlich Immunität bescheinigt! Denn eine gesicherte Therapie im Falle einer Infektion gibt es noch nicht.

### **ANTIKÖRPER-SUCHTEST TOXOPLASMOSE: UM 15 EURO**

Toxoplasmose verläuft bei Kindern und Erwachsenen oft unbemerkt. Eine akute Infektion in der Schwangerschaft kann aber schwere Entwicklungsstörungen beim Baby zur Folge haben.

**Wem bringt's was?** Betroffen sind vor allem Katzenbesitzerinnen. Denn Toxoplasmose wird durch rohes Fleisch und Katzenkot übertragen. Ergibt der Test, dass keine Immunität vorliegt, muss er mindestens zweimal wiederholt werden, damit eine frische Infektion sicher ausgeschlossen bzw. erkannt – und mit Antibiotikum behandelt werden kann. Da dies nicht immer erfolgreich ist, gilt auch hier: Vorbeugen ist eine vernünftige Alternative. Also: kein rohes Fleisch, kein ungewaschenes Gemüse essen. Und nach Gartenarbeit, Sandkastenspielen und Katzenklo-Reinigung die Hände desinfizieren. ■