



**Krankenkasse Wädenswil**

# SICHER

mit meiner Krankenkasse

- 3** Jahresabschluss 2016
- 7** Was ist eine Patientenverfügung?
- 8** Parodontitis – viel mehr als nur Zahnfleischentzündung
- 11** Kinder, Sport und Zähne
- 12** Sabbatical – Versicherungsschutz bei unbezahlttem Urlaub





## Liebe Leserin Lieber Leser

Auf 2016 ist erstmals in der Geschichte der Krankenkasse Wädenswil die Mitgliederzahl auf über zehntausend Versicherte angestiegen. Wir danken allen für das Vertrauen und heissen Sie gleichzeitig herzlich willkommen.

Parodontitis ist viel mehr als nur eine Zahnfleischentzündung. Sie bezeichnet die Entzündung des Zahnhalteapparates, der im Wesentlichen aus Zahnfleisch, Zahnzement, Wurzelhaut und Knochen besteht. Etwa drei von vier Menschen leiden irgendeinmal in ihrem Leben an Parodontitis. Die entzündliche Erkrankung des Zahnhalteapparates führt oft bis zu Zahnausfall und kann zu einem Gesundheitsrisiko für den ganzen Körper werden. Erfahren Sie ab Seite 8, worauf Sie bei einer Zahnfleischentzündung achten sollten und wie Sie eine Parodontitis wirksam verhindern können.

Auf Seite 10 stellen wir Ihnen die Mittel- und Gegenständeliste (MiGeL) vor. Sandra Schneider vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) beantwortet uns dazu drei Fragen. Lesen Sie, was die MiGeL regelt, wie die Tarife festgelegt werden und welches die Ziele des Revisionsprojektes sind.

Prof. Dr. phil. Lukas Zahner erklärt in seinem Artikel das richtige Verhalten bei einem Zahnunfall bei Kindern oder Jugendlichen. Denn wenn rasch und richtig gehandelt wird, kann der Zahn meistens gerettet werden. Mehr dazu auf Seite 11.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre.

Herzlich

Felix Waldmeier  
Geschäftsführer

Krankenkasse Wädenswil  
Schönenbergstrasse 28, 8820 Wädenswil  
Tel. 043 477 71 71  
[www.kkwaedenswil.ch](http://www.kkwaedenswil.ch)



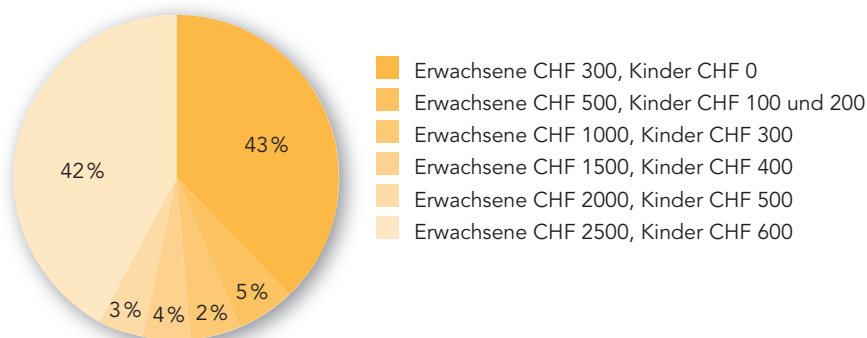
# Fakten und Zahlen

## Entwicklung des Versichertenbestandes OKP

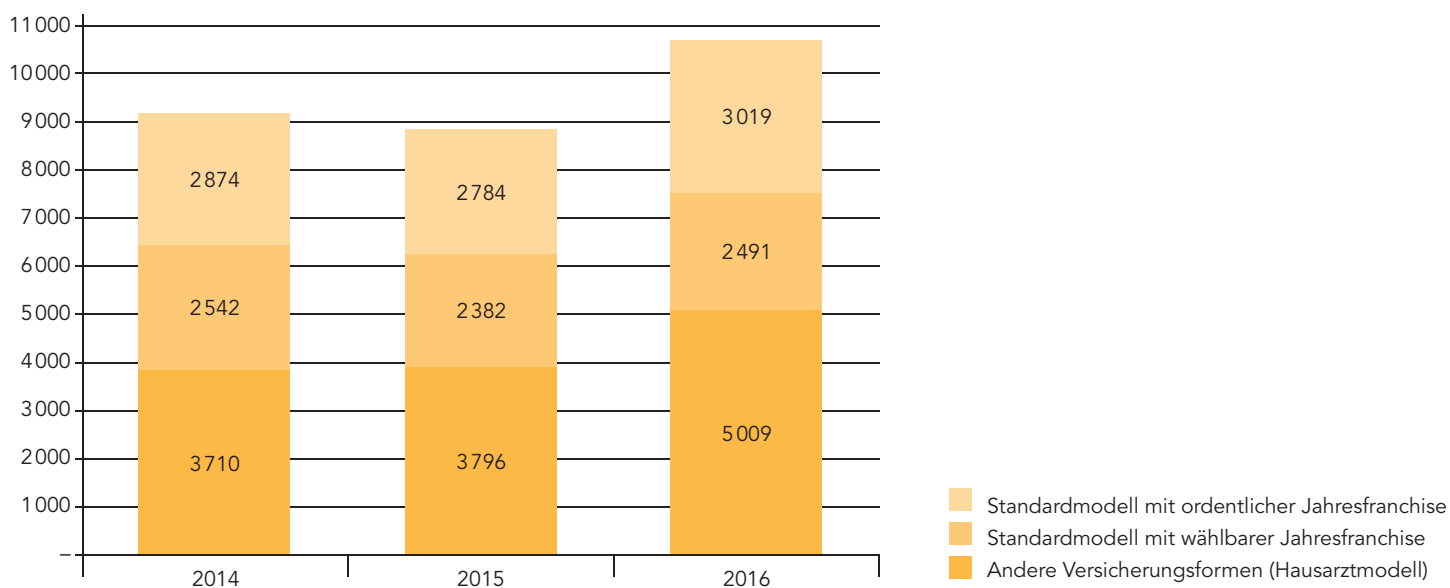
Der durchschnittliche Versichertenbestand der Krankenkasse Wädenswil in der Grundversicherung (OKP) ist im Jahr 2016 um 17.55 Prozent auf 10535 Personen gestiegen (2015: 8962).

Durchschnittlicher Versichertenbestand	2014	2015	2016
Anzahl Versicherte (Männer)	4 141	4 084	4 802
Anzahl Versicherte (Frauen)	3 800	3 799	4 479
Anzahl Versicherte (Kinder)	1 165	1 079	1 254
<b>Versichertenzahl gesamt</b>	<b>9 106</b>	<b>8 962</b>	<b>10 535</b>

## Aufteilung des Versichertenbestandes OKP nach Franchisen



## Entwicklung des OKP-Versichertenbestandes nach Versicherungsmodell



# Finanzbericht

Für das Geschäftsjahr 2016 verzeichnete die Krankenkasse Wädenswil in der obligatorischen Krankenpflegeversicherung ein starkes Wachstum des Versichertenbestandes. Dieser stieg um 1573 auf 10535 Versicherte. Damit hat die Krankenkasse Wädenswil erstmals in ihrer Geschichte die Hürde von zehntausend Versicherten überschritten.

Der Versicherungsertrag sämtlicher Bereiche ist mit dem Wachstum des Versichertenbestandes auf 2016 entsprechend gestiegen und belief sich auf 31.23 Millionen Franken, was einer Zunahme von 18.8 Prozent entspricht. Demgegenüber stieg der Schaden- und Leistungsaufwand um 21.74 Prozent auf 28.5 Millionen Franken. Die Veränderung des Versichertenbestandes hat sich ebenfalls auf den Risikoausgleich ausgewirkt. Gegenüber dem Vorjahr stieg der Aufwand für den Risikoausgleich um 96.02 Prozent, auf 1 629 516 Franken (+ 798 190 Franken).

Der Verwaltungs- und Administrationsaufwand betrug 2016 1.83 Millionen Franken.

Die weiterhin schwierigen Bedingungen an den Finanzmärkten beeinflussten die Rendite auf den Kapitalanlagen erheblich. Der Gesetzgeber verlangt, dass die Liegenschaften nicht mehr nach der bisherigen Regel, sondern ebenfalls nach dem Marktwert, der von Fachexperten jährlich aktualisiert werden muss, einzusetzen ist. Dies ergibt für 2016 einen höheren Aktivwert, aus dem die Hauptabweichung im Kapitalerfolg resultiert. Das Nettoergebnis im übrigen betrieblichen Erfolg und Kapitalerfolg beträgt dadurch 1 851 883 Franken und enthält die auf den Kapitalanlagen erzielte Rendite. In diesem Betrag enthalten sind die Rückstellungen von 800 000 Franken für Risiken in den Kapitalanlagen.

Trotz erneuter Kostensteigerung im Gesundheitswesen konnte – abgesehen vom Bereich Taggeldversicherung nach KVG – ein positives Ergebnis erzielt werden. Das Geschäftsjahr 2016 schliesst mit einem Gesamtergebnis von 775 945 Franken ab. Das sehr gute Ergebnis wird den Statuten entsprechend vollumfänglich den Reserven zugewiesen. Folgende Ergebnisse wurden in den verschiedenen Bereichen erzielt:

Obligatorische Krankenpflegeversicherung	CHF	739 928.–
Taggeldversicherung nach KVG	CHF	–7 251.–
Zusatzversicherungen	CHF	43 269.–

Es gelten in der Grundversicherung neue Eigenkapitalvorschriften. Diese bemessen sich an den effektiven Risiken, die ein Versicherer trägt. Die Krankenkasse Wädenswil übertrifft diese Reserveanforderung deutlich.



**BILANZVERGLEICH**

	2015	2016
<b>AKTIVEN</b>		
Kapitalanlagen	26 804 580	30 339 621
Sachanlagen	1'853	2
Rechnungsabgrenzungen	398 266	127 943
Forderungen	741 994	1 592 473
Flüssige Mittel	3 060 133	4 030 832
<b>Total Aktiven</b>	<b>31 060 826</b>	<b>36 090 871</b>
<b>PASSIVEN</b>		
Reserven oblig. Krankenpflegevers. OKP	15 624 201	16 364 129
Reserven freiwilliges Taggeld KVG	367 330	360 079
Reserven Taggeldversicherungen VVG	129 751	158 353
Reserven Zusatzversicherung VVG	415 815	430 481
<b>Eigenkapital</b>	<b>16 537 098</b>	<b>17 313 042</b>
Versicherungstechn. Rückstell. für eigene Rechnung	6 325 000	7 578 000
Rückstellungen für Sicherheit und Schwankung	630 000	531 000
Nicht Versicherungstechnische Rückstellungen	100 000	100 000
Rückstellungen für Risiken in den Kapitalanlagen	3 662 000	4 462 000
Rechnungsabgrenzungen	899 933	1 303 913
Verbindlichkeiten	2 852 795	4 802 916
<b>Fremdkapital</b>	<b>14 469 728</b>	<b>18 777 829</b>
<b>Total Passiven</b>	<b>31 006 826</b>	<b>36 090 871</b>

**VERGLEICH DER ERFOLGSRECHNUNGEN**

	2015	2016
<b>Total Versicherungsertrag</b>	<b>26 559 832</b>	<b>30 767 389</b>
Schaden und Leistungsaufwand	- 23 620 109	- 28 495 479
Veränderung Schadenrückstellung	- 349 000	99 000
Risikoausgleich	- 831 326	- 1 629 516
Übriger Versicherungsaufwand	0	36 682
<b>Total Versicherungsaufwand</b>	<b>- 24 800 435</b>	<b>- 29 989 313</b>
Verwaltungs- und Administrationsaufwand	- 1 658 089	- 1 833 170
<b>Technisches Versicherungsergebnis</b>	<b>101 308</b>	<b>- 1055 094</b>
Ausserbetrieblicher Aufwand und Ertrag	- 16 373	1 831 039
<b>Ergebnis des Geschäftsjahres</b>	<b>84 935</b>	<b>775 945</b>

**KOSTENAUFTEILUNG IN DER OBLIGATORISCHEN KRANKENPFLEGEVERSICHERUNG**

<b>NACH LEISTUNGSERBRINGER</b>	2015	2016	Veränderung in CHF
Spitäler	10 471 352	11 960 206	1 488 854
Ärzte	7 982 572	9 237 421	1 254 849
Medikamente	4 852 021	5 731 432	879 411
Pflegeheime/Spitex	1 654 707	2 619 932	965 225
Physiotherapeuten	928 211	1 054 852	126 641
Labors	671 370	848 785	177 415
Andere Leistungen	792 687	1 567 555	774 868
Gesamte Leistungen	27 352 919	33 020 183	5 667 264



## Im Dienst unserer Versicherten

### **Verwaltung**

Die Verwaltungskosten in der Grundversicherung betragen 5.17 Prozent der gesamten Betriebskosten. Dies entspricht CHF 12.20 pro OKP-versicherte Person pro Monat. Indem die Krankenkasse Wädenswil ihre Arbeitsabläufe kontinuierlich optimiert, können diese Kosten reduziert werden. Oberstes Ziel dabei ist, die Qualität des Kundenservices ständig zu verbessern.

**Das eigentliche Sparpotenzial bei den Ausgaben liegt aber nicht bei den Verwaltungskosten, sondern im Bereich der Leistungen.**

# Was ist eine Patientenverfügung?

In einer Zeit des Individualismus ist auch der Wunsch gross, über die Zeit unmittelbar vor dem Tod selbst bestimmen zu können, um nicht hilflos an einer lebenserhaltenden Maschine angeschlossen zu sein. Die Patientenverfügung entlastet Angehörige und erleichtert auch Ärztinnen und Ärzten, schwierige Entscheide zu fällen.

Text: Doris Durrer

Mit einer Patientenverfügung können verschiedene Belange geregelt werden: Im Vordergrund steht dabei die Art und Weise der medizinischen Behandlung, die der Patient wünscht. Dieser entscheidet, ob lebenserhaltende medizinische Massnahmen getroffen werden sollen oder nicht. Die Patientenverfügung kann unmittelbar vor und sogar während einer Behandlung erstellt werden. Es ist aber empfehlenswert, diese bereits in gesunden Tagen aufzusetzen. Sie ist formlos gültig, falls es nicht um Aspekte geht, die Gegenstand eines Testaments oder Erbvertrages sind. Aus beweistechnischen Gründen wird sie in der Regel schriftlich abgefasst und vom Versicherten unterschrieben. Wenn der Gesundheitszustand des Patienten eine Unterschrift nicht mehr zulässt oder Zweifel an dessen Urteilsfähigkeit bestehen, wird ein Notar beigezogen. Dieser bestimmt zusammen mit dem Arzt die Urteilsfähigkeit des Patienten. Eine urteilsfähige Person kann sich durch eine entsprechende Willensäusserung unmittelbar vor einer geplanten medizinischen Intervention oder in einem früheren Zeitpunkt durch eine so genannte Patientenverfügung gegen eine Behandlung zur Wehr setzen und darauf verzichten.

## Gültigkeit regelmässig überprüfen

Soweit jemand erbrechtliche Aspekte regeln will, sollte er dies in einer getrennten Verfügung tun, um die dafür erforderlichen Formalitäten besser beachten zu können. Eine Patientenverfügung kann vom Verfügenden im Nachhinein für ungültig erklärt und widerrufen werden. Schwierigkeiten ergeben sich allerdings dann, wenn im Zeitpunkt des Widerrufs



die Urteilsfähigkeit des Patienten erheblich beeinträchtigt ist. Da der medizinische Fortschritt unaufhaltbar ist, sollte man sich auch regelmässig Gedanken machen, inwiefern eine vor Jahren erstellte Patientenverfügung überhaupt noch aktuell ist. Da eine Patientenverfügung konkret sein sollte, empfiehlt es sich, spezifische Wünsche hinsichtlich der auszuschliessenden Medizinaltechnik mit einem Arzt zu besprechen. Anwaltliche Hilfe ist regelmässig zur Sicherstellung formeller Erfordernisse nötig, aber auch zur Abgrenzung von Themen, die erbrechtlicher Natur sind.

Nicht zu verwechseln mit der Patientenverfügung ist die Vorsorgevollmacht, mit welcher keine unmittelbar eigenen Behandlungswünsche geäussert werden. Es wird lediglich eine Drittperson ermächtigt, an Stelle des Patienten über die weitere Art der Behandlung zu entscheiden.





# Parodontitis – viel mehr als nur Zahnfleischentzündung

An einer leichten Zahnfleischentzündung leiden die meisten von uns einmal. Weitet sich diese jedoch aus, kann das zu Parodontitis und irreparablen Schäden führen. Denn sie erhöht das Risiko für Zahnausfall und kann auch schwerwiegende Auswirkungen auf den allgemeinen Gesundheitszustand haben. Vorbeugen gegen Parodontitis lässt sich mit einer optimalen Mundhygiene, regelmässigen Kontrolluntersuchungen sowie einer professionellen Zahnreinigung.

Text: Hamide Isufi, Dentalhygienikerin,  
zahnarztzentrum.ch Luzern Altstadt



Während bei einer Zahnfleischentzündung (Gingivitis) nur das Zahnfleisch erkrankt ist, ist bei einer Parodontitis der ganze Zahnhalteapparat betroffen. Nicht der Zahn ist krank, sondern das Gewebe, das ihn im Kieferknochen verankert und ernährt. Setzt sich die Parodontitis ungehindert fort, lockert sich der Zahn und fällt schliesslich aus. Oft verläuft sie über längere Zeit schmerzlos; trotzdem gibt es einige Warnsignale, die auf eine Erkrankung des Zahnhalteapparates hindeuten:

- Zahnfleischbluten (beim Zähneputzen, oder auch spontan)
- Rötung und Schwellung des Zahnfleisches
- Rückgang des Zahnfleisches
- Empfindliche Zahnhälse
- Dauerhafter Mundgeruch oder fortwährend unangenehmer Geschmack im Mund
- Zahnfleischtaschen (Knochenabbau)
- Änderung der Zahnstellung

Letzlich kann jedoch nur der Zahnarzt oder die Dentalhygienikerin Parodontitis sicher diagnostizieren.

Etwa drei von vier Menschen leiden irgendeinmal in ihrem Leben an Parodontitis. Wird die Erkrankung frühzeitig erkannt, ist die Behandlung meistens einfach und der Knochenabbau kann weitgehend aufgehalten werden. An schweren Formen von Parodontitis leiden 7 bis 15 Prozent der Bevölkerung.

Neben nachlässigem Zähneputzen spielt auch das Immunsystem eine entscheidende Rolle. Folgende Risikofaktoren können die natürlichen Schutzmechanismen des Körpers einträchtigen und eine Parodontitis-Erkrankung fördern:

- Unzureichende Mundhygiene
- Rauchen
- Stress

- Hormonelle Veränderungen (zum Beispiel Pubertät, Schwangerschaft, Wechseljahre)
- Unbehandelter Diabetes mellitus
- Übergewicht
- Mangel- oder Fehlernährung
- Übermässiger Alkoholkonsum
- Vererbte Funktionsstörungen

### **Gründliche Zahnreinigung und gesunde Lebensweise**

Eine optimale Mundhygiene, eine gesunde Ernährung und regelmässige Kontrollen beim Zahnarzt oder bei der Dentalhygienikerin können eine Parodontitis wirksam verhindern. Zahnpasten und Mundspülungen sind zur Vorbeugung gegen Zahnkaries wichtig, können aber Plaque und Zahnstein nicht mechanisch entfernen. Bei der mechanischen Entfernung von Zahnbelägen steht nach wie vor die Reinigung mit der Zahnbürste im Vordergrund. Benutzen Sie für eine gründliche Reinigung regelmässig Hilfsmittel wie Zahnseide und Interdentalbürsten (Zahnzwischenraumbürsten). Aufgepasst: Zahnbürsten sind spätestens alle zwei Monate auszu-tauschen; Interdentalbürsten sollten nicht länger als 14 Tage in Gebrauch sein.

### **Zahnreinigung trotz Zahnspange**

Trägt jemand eine Zahnspange, ist eine gründliche und regelmässige Zahnreinigung besonders wichtig, um Karies und Parodontitis zu vermeiden. Es lohnt sich deshalb, zweimal täglich je zehn Minuten Zeit zu investieren. Um die Bereiche hinter den Drähten und die Zahnzwischenräume zu reinigen, sind Interdentalbürsten, Einbüschelbürsten und Zahnseide (zum Beispiel auch Flosszahnseide) hilfreich. Wer eine feste Zahnspange trägt, sollte zudem wenig Zucker und keine gesüssteten Getränke zu sich nehmen sowie klebrige Süssigkeiten wie Karamellbonbons meiden, da sie nur schwer wieder aus der Spange zu entfernen sind.

## **Schleichende Gefahr für Herz und Lunge**

Eine unbehandelte Parodontitis sollte nicht unterschätzt werden. Denn aufgrund der parodontal kranken Zähne können die schädlichen Bakterien in die Blutbahn gelangen und unter Umständen die Entstehung chronisch-entzündlicher Erkrankungen begünstigen. Noch sind die genauen Zusammenhänge zwischen Parodontal- und Allgemeinerkrankungen nicht endgültig erforscht. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen jedoch, dass eine unbehandelte Parodontitis auch ein Risikofaktor für die Entstehung von Herz- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt und Endokarditis (Herzinnenhautentzündung), Atemwegserkrankungen (zum Beispiel Lungenentzündung) und Diabetes mellitus sein kann. Sind Blutgefässe bereits vorbeschädigt, verstärkt sich das Risiko für einen Schlaganfall. Zudem kann eine unbehandelte Parodontitis zu Komplikationen in der Schwangerschaft führen. Diskutiert werden auch Wechselwirkungen zwischen Parodontitis und Osteoporose, rheumatoider Arthritis, Alzheimer sowie der Entstehung von Krebserkrankungen. Die Erkrankung des Zahnhalteapparates beschränkt sich somit nicht auf den Mund, sondern kann zu einem Gesundheitsrisiko für den ganzen Körper werden.

# Bundesamt für Gesundheit: kurz vorgestellt

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) entwickelt die Schweizer Gesundheitspolitik und sorgt für eine gesunde Lebensweise der Bevölkerung und ein leistungsfähiges, bezahlbares Gesundheitssystem. Es gehört zum Eidgenössischen Departement des Innern (EDI), hat seinen Sitz in Liebefeld BE und beschäftigt über 500 Mitarbeitende. Das BAG ist in verschiedene Direktionsbereiche (Kranken- und Unfallversicherung, Gesundheitspolitik, öffentliche Gesundheit und Verbraucherschutz) und Abteilungen (Direktionsstab, Kommunikation und Kampagnen, Internationales, Recht und Ressourcenmanagement) gegliedert.

Interview: Doris Durrer

Im Rahmen seiner Zuständigkeit für die soziale Krankenversicherung und die Unfallversicherung bereitet es die Grundlagen für die Ausgestaltung und Weiterentwicklung von Kranken-, Unfall- und Militärversicherung sowie deren Umsetzung vor. Dazu gehören die Vorbereitung von Entscheiden zur Zulassung von Leistungen und Leistungserbringern sowie die Genehmigung von Tarifverträgen. Das BAG beaufsichtigt die Kranken- und Unfallversicherer und die Militärversicherung, nimmt die Oberaufsicht im Bereich der Unfallverhütung wahr und genehmigt die Prämien für die obligatorische Krankenpflegeversicherung.

■ [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)



**Sandra Schneider, lic. iur., Rechtsanwältin, ist im Bundesamt für Gesundheit (BAG) stellvertretende Leiterin des Direktionsbereichs Kranken- und Unfallversicherung. Sie leitet dort die Abteilung Leistungen und war bereits zuvor beim Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV)**

**für diesen Bereich zuständig. Das Geschäftsfeld Kranken- und Unfallversicherung (KUV) wechselte 2004 vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) ins Bundesamt für Gesundheit (BAG).**

## **Frau Schneider, was ist auf der Mittel- und Gegenständeliste (MiGeL) zu finden?**

Die Mittel- und Gegenständeliste (MiGeL) regelt die Kostenübernahme bei den Produkten, welche die Patientinnen und Patienten auf ärztliche Verordnung erhalten und selbst anwenden können. Die Liste ist in 20 Produktgruppen unterteilt, beispielsweise Blutzuckermessgeräte und -streifen, Inhalationsgeräte, Bandagen, Gehhilfen oder Inkontinenzhilfen. Damit die obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP, Grundversicherung) diese Produkte übernimmt, müssen sie in der Schweiz zugelassen sein. Aufgrund der OKP-Statistik des BAG ist von rund 600 Millionen Franken auszugehen, die von der OKP übernommen werden.

## **Wie werden die Tarife festgelegt?**

Die Hersteller können die Artikelpreise frei festlegen, aber die OKP erstattet die Kosten nur bis zu einem Höchstvergütungsbetrag, der in der Regel dem Durchschnittspreis der vergleichbaren Produkte auf dem Markt entspricht. Auch die Preise im Ausland werden berücksichtigt. Das BAG passt die Höchstvergütungsbeträge für bestimmte Artikel regelmässig an, denn seit ihrer Aufnahme in die Liste sind bei manchen Produkten die Preise gesunken. In den letzten Jahren wurden mehrmals die Höchstvergütungsbeträge bei den drei umsatzmässig wichtigsten Produktgruppen (zum Beispiel Blutzuckerstreifen) der MiGeL stark gesenkt. So konnten Einsparungen von mehreren Millionen Franken pro Jahr erzielt werden.

## **Die MiGeL wird derzeit revidiert. Welche Ziele verfolgt die Revision?**

Die MiGeL wurde vor über zwanzig Jahren erstellt. Deshalb werden nun ihre Struktur sowie die für bestimmte Mittel und Gegenstände festgelegten Höchstvergütungsbeträge überarbeitet. Das BAG hat im Dezember 2015 ein Revisionsprojekt gestartet. Die Absicht ist, die MiGeL neu zu gestalten, die Höchstvergütungsbeträge aufgrund des medizinisch-technischen Fortschritts und der Preisentwicklung anzupassen und ein System zur Überprüfung in regelmässigen Zeitabständen einzuführen. Die Arbeiten wurden bereits aufgenommen. Bis Ende 2019 sollte die gesamte Liste überarbeitet sein.

# Masseneinwanderung von Tigermücken

So schön der Sommer auch sein kann, ist er auch die Zeit von lästigen Wespen- und Mückenstichen. Aber nicht nur einheimische Stechmücken machen uns das Leben schwer. Die asiatische Tigermücke hat sich inzwischen ebenfalls in Teilen der Schweiz angesiedelt. Im Gegensatz zum Schweizer Exemplar ist sie tagaktiv, aggressiv und kann tropische Infektionskrankheiten übertragen.

Text: Doris Durrer

Die asiatische Tigermücke hat über den internationalen Verkehr ihren Weg in die Schweiz gefunden. Zudem trägt die fortschreitende Klimaerwärmung ihren Teil dazu bei, dass sich ihr Verbreitungsradius stetig ausdehnt.

Für die Eiablage nutzt die Tigermücke kleinste Wasseransammlungen in natürlichen und künstlichen Behältern jeglicher Art (zum Beispiel Regentonnen, Dolen, Blumenvasen, Topfuntersetzer, Vogeltränken, verstopfte Dachrinnen, Eimer). Damit sie sich nicht weiter ausbreitet, ist es wichtig, solche Behälter abzudecken oder das Wasser regelmässig auszutauschen.

Die Tigermücke weist eine kontrastreiche, schwarz-weiße Streifung auf, vor allem an den Beinen und am Hinterleib. Sie ist in der Regel 5 bis 10 Millimeter gross. Sollten Sie eine verdächtige Mücke entdecken, kann das Tropeninstitut in Basel ([library-tph@unibas.ch](mailto:library-tph@unibas.ch)) anhand eines Fotos oder der Mücke selbst die genaue Artenbestimmung vornehmen.

Bei einem Stich durch eine Tigermücke müssen Sie vorerst nichts unternehmen. Erst wenn ein paar Tage später Fiebersymptome oder ein Hautausschlag auftauchen, ist es ratsam, einen Arzt aufzusuchen. Bisher hat sich in der Schweiz aber noch niemand durch den Stich einer Tigermücke mit einer Krankheit angesteckt.



## Kinder, Sport und Zähne

Spiel, Sport und Spass gehören bei Kindern untrennbar zusammen. Doch plötzlich passiert es: ein Zusammenstoss mit dem Kopf, ein Faustschlag oder Tritt gegen den Kopf, ein unglücklicher Sturz auf den Kopf – oft ist ein Zahnunfall das Resultat. Zahnunfälle sind nicht selten: Bis zum 16. Lebensjahr erleiden circa 30 Prozent der Kinder und Jugendlichen einen.

Text: Prof. Dr. phil. Lukas Zahner

Schnelles Handeln ist angesagt, doch welches ist das richtige Vorgehen? Wichtig: Ruhe bewahren!

- Der Zahn ist locker oder verschoben: Zähne in der Position lassen.
- Der Zahn ist abgebrochen: Sofort das abgebrochene Fragment suchen und in kalter Milch oder noch besser in einer Zahnrettungsbox (beim Zahnarzt oder in Apotheken erhältlich) aufbewahren. Meist kann der Zahnteil vom Zahnarzt ohne Probleme wieder angeklebt werden.
- Der Zahn ist ausgeschlagen: Sofort den Zahn suchen und in kalter Milch oder der Zahnrettungsbox aufbewahren. Der Zahn darf auf keinen Fall gereinigt oder trocken gelagert werden.
- In allen Fällen: Sofort den Zahnarzt aufsuchen.

Die gute Nachricht: Wenn richtig gehandelt wird, ist der Zahn meistens zu retten.

Zugegeben, wenn Kinder sich intensiv bewegen, besteht immer eine gewisse Unfallgefahr. Die Kinder nicht spielen oder Sport treiben zu lassen aus Angst vor einem Unfall, ist bestimmt der falsche Ansatz. Denn Studien zeigen, dass Kinder mit weniger Bewegungserfahrung unfallgefährdeter als andere sind.

Tipp für Trainer/innen von «Risikosportarten»: Das Tragen eines Mundschutzes während der Ausübung bestimmter Sportarten schützt nicht nur die Zähne, sondern stabilisiert auch den Kiefer. So können Zahnunfälle verhindert oder gemindert werden. Auch eine Zahnrettungsbox gehört in jede Notfalltasche.

Viel Erfolg wünscht Ihnen Ihr Lukas Zahner



Prof. Dr. phil. Lukas Zahner  
Mitglied der Departementsleitung  
am Departement für Sport, Bewegung  
und Gesundheit



# Sabbatical – Versicherungsschutz bei unbezahltm Urlaub

Aus der Routine ausbrechen, eine Reise unternehmen oder sich neu «erfinden». Regelmässige Auszeiten sind wichtig, um die Batterien wieder aufzuladen, nicht nur körperlich, sondern auch emotional und mental.

Text: Elisabeth Janssen, Krankenversicherungsexpertin

Wie sieht es mit dem Versicherungsschutz in dieser Zeit aus? Klären Sie ab, wie es um Ihren Versicherungsschutz während der wohlverdienten Auszeit steht. Massgebend ist auch die schriftliche Vereinbarung mit dem Arbeitgeber.

<b>Krankheit (KVG)</b>	Wenn der Wohnsitz für den Zeitraum des unbezahlten Urlaubs in der Schweiz bestehen bleibt, werden die Heilungskosten aus der obligatorischen Krankenpflegeversicherung übernommen.*
<b>Unfall (UVG)</b>	Dauert die Auszeit länger als 30 Tage, ist beim Unfallversicherer eine Abredevversicherung abzuschliessen (für längstens 6 Monate möglich).*
<b>Krankentaggeld (VVG)</b>	Es ist ratsam, die Überbrückung des Lohnausfalls mit dem Arbeitgeber und dem Taggeldversicherer zu besprechen.
<b>AHV/IV/EO</b>	Informieren Sie sich, ob durch den Lohnausfall Beitragslücken bei der AHV entstehen oder ob Sie Beiträge für Nichterwerbstätige zu entrichten haben.
<b>Pensionskasse (BVG)</b>	Stellen Sie bei der Pensionskasse einen Antrag auf Weiterführung der BVG-Versicherung während des Sabbaticals.
<b>UTI + KTI (VVG)</b>	Versicherungen gegen die Risiken Tod und Invalidität sind auf der ganzen Welt gültig und sind insbesondere während eines unbezahlten Urlaubs eine preiswerte Ergänzung zu den obligatorischen Sozialversicherungen.
<b>Reiseversicherung (VVG)</b>	Für Leistungen, die durch die Sozialversicherungen nicht gedeckt sind.

\* UVG und KVG bezahlen notfallmässige Heilbehandlungen im Ausland bis zum doppelten Betrag der Kosten, die bei der Behandlung in der Schweiz entstanden wären. In den Ländern USA, Kanada, Japan, Australien und Neuseeland sind die Heilungskosten häufig um ein Vielfaches höher als in der Schweiz. Diese Versicherungslücke kann mit einer Reiseversicherung abgedeckt werden.

Was Grossmutter noch wusste...!



... Fruchtfliegenfalle

**Eine angeschnittene Frucht in ein Joghurtglas legen und mit Klarsichtfolie und Gummiband verschliessen. Mit einem Zahnstocher einige Löcher in die Folie stechen (mindestens 5 mm Abstand zum Rand lassen). Über Nacht nur das Glas – keine anderen Früchte – stehen lassen. Der Geruch lockt die Fliegen magisch an, sie kriechen durch die Folienlöcher und bleiben gefangen.**

Ruth Fehrenbach, Auswil

Gerne veröffentlichen wir interessante und nützliche Tipps von Leserinnen und Lesern. Tipps einsenden an: Redaktion SICHER, Haldenstrasse 25, 6006 Luzern

Publizierte Beiträge werden mit 100 Franken belohnt!

## Kreuzworträtsel Sommer 2017

äusserst, extrem	↖	Bundesamt für Statistik	↖	engl. Bier Monatsname	↖	Einbusse	↖
Gebäckunterlage	→						
Rankengewächs	→	1				nordam. See: Lake ...	
↖				Frisiermittel schweiz. Partei			2
Verkehrsklub der Schweiz	→	religiöser Lehrer der Hindus					3
↖							
Keimfreiheit	→						
		kontinuierlich					5

33 raetsel.ch

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



Lösen Sie das Kreuzworträtsel und gewinnen Sie eine von zwei Familienkarten für das Erlebnisbad aquabasilea sowie einen von zwei Gutscheinen im Wert von 100 Franken für den Foto-Onlineshop [www.ifolor.ch](http://www.ifolor.ch).

Senden Sie uns das Lösungswort (inkl. Angabe Ihrer Adresse und Ihres Versicherers) via [www.rvk.ch/kreuzwortraetsel](http://www.rvk.ch/kreuzwortraetsel) oder auf dem Postweg an: Redaktion SICHER, Haldenstrasse 25, 6006 Luzern.

**Einsendeschluss: 31. August 2017**

Die Gewinner werden ausgelost und persönlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Ihre Daten werden ausschliesslich für den Wettbewerb verwendet.

Redaktion SICHER · Haldenstrasse 25 · 6006 Luzern

**P.P.**  
6006 Luzern