

Vorsorge

Diese Früherkennungsuntersuchungen sind empfohlen und werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt.

Gesundheits-Check-Up

Alter: ab 18 | Frauen + Männer | Häufigkeit: 1x bis 35 Jahre

Anamnese, körperliche Untersuchung, Beratungsgespräch

Genitaluntersuchung

Alter: ab 20 | Frauen | Häufigkeit: jährlich

Gezielte Anamnese (z.B. Fragen nach Blutungsstörungen), Krebsabstrich, Gynäkologische Tastuntersuchung, Test auf HPV, Beratung über das Ergebnis

Brustkrebs-Screening

Alter: ab 30 | Frauen | Häufigkeit: jährlich

Anamnese, Untersuchung und Abtasten der Brust und der örtlichen Lymphknoten, Anleitung zur Selbstuntersuchung

Hautkrebs-Screening

Alter: ab 35 | Frauen + Männer | Häufigkeit: alle 2 Jahre

Anamnese, Untersuchung der gesamten Haut, Beratung über das Ergebnis

Gesundheits-Check-Up

Alter: ab 35 | Frauen + Männer | Häufigkeit: alle 3 Jahre

Früherkennung von Herz-Kreislauf- und Nierenerkrankungen, Anamnese, Überprüfung von Blut- und Urinwerten, Überprüfung auf Diabetes, Screening auf Hepatitis B und C, Beratungsgespräch

Prostatauntersuchung, Früherkennung Krebsserkrankungen

Alter: ab 45 | Männer | Häufigkeit: jährlich

Anamnese, Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane und Prostata, Untersuchung örtlicher Lymphknoten, Beratung über das Ergebnis

Darmkrebs-Screening

Alter: ab 50 | Frauen + Männer | Häufigkeit: jährlich

Beratung, Tastuntersuchung des Enddarms, Test auf verborgenes Blut im Stuhl

Darmspiegelung

Alter: ab 55 | Frauen + Männer | Häufigkeit: 2x/10 Jahre

Beratung, zwei Darmspiegelungen im Abstand von zehn Jahren oder Test auf verborgenes Blut im Stuhl alle zwei Jahre

Mammographie-Screening

Alter: ab 50 bis 75 | Frauen | Häufigkeit: alle 2 Jahre

Anamnese, Röntgen der Brüste durch Mammographie, Beratung über das Ergebnis

Ultraschall der Bauchaorta

Alter: ab 65 | Männer | Häufigkeit: einmalig

Ultraschalluntersuchung zur Früherkennung von Aneurysmen der Bauchaorta

Die Teilnehmenden:



AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse
Regionaldirektion Ruhrgebiet



AMEOS Klinika Oberhausen
AMEOS Reha Zentrum Oberhausen



EKO
Ev. Krankenhaus Oberhausen



Helios St. Elisabeth Klinik
Oberhausen



Intego Netzwerk



IKK classic



Jobcenter Oberhausen



Stadt Oberhausen
Bereich Gesundheit · Feuerwehr



Zentrum für ambulante
Rehabilitation



Der Paritätische
Selbsthilfe-Kontaktstelle Oberhausen

Kreuzbund
Fibromyalgie
Herzkinder
Ilco
Osteoporose
Guttempler
Dies und das
1 und 2

Prostatakrebs
Frauentreff nach
Krebs
Diabetes
Rheuma
Psoriasis
Lebertransplantierte

Seien Sie dabei!



Oberhausener Gesundheitstag

Samstag, 24. Mai 2025
10.00 – 15.00 Uhr

BERO Zentrum
Concordiastraße 32
46049 Oberhausen



Grußwort

Liebe Oberhausenerinnen,
liebe Oberhausener,

Gesundheit ist ein wertvolles Gut, und doch laufen wir oftmals Gefahr, ihren Wert zu unterschätzen. Vorsorge-Untersuchungen? Keine Zeit dafür! Brauche ich nicht, bin ja gesund! Diese Haltung kennt wahrscheinlich jeder von uns.

Zumindest aus dem Freundes- oder Kollegenkreis, vielleicht auch von sich selbst. Sie ist ja auch zutiefst menschlich: Wer will sich seine Verwundbarkeit schon gern eingestehen?

Und doch sollten wir eigentlich schlauer sein! Wer regelmäßig zu Vorsorge-Untersuchungen geht,

verringert das Risiko, dass eine lebensbedrohliche Erkrankung erst dann entdeckt wird, wenn es zu spät ist, wenn auch Ärztinnen und Ärzte nichts mehr ausrichten können.

Doch wo soll man anfangen? Bei

der Beantwortung dieser Frage hilft der **Oberhausener Gesundheitstag**. Hier können Sie sich – natürlich unverbindlich – über gesundheitliche Versorgungs-, Vorsorge- und Nachsorge-Angebote in unserer Stadt informieren.

Fachleute aus den Kliniken und aus 13 Selbsthilfegruppen beraten und informieren Sie zu diversen gesundheitlichen Problemen und Erkrankungen. Sie sehen: Hier kommt geballtes Wissen in Gesundheitsfragen an einem Ort zusammen. Zusätzlich können Sie persönliche Gesundheitswerte messen lassen.

Meine Empfehlung: Nutzen Sie diese Gelegenheit!

Ihr



Daniel Schranz
Oberbürgermeister



DAS PROGRAMM

- ➔ **Selbsthilfe-Quiz**
- ➔ **Blutdruckmessung**
- ➔ **Aktionen für Kinder**
- ➔ **Körperanalyse**
- ➔ **Infos zur Krebsberatung**
- ➔ **Eine Übersicht findet sich an den Eingängen.**
- ➔ **Hautkrebs-Screening**
- ➔ **Krankenwagen zum Anfassen**
- ➔ **DKMS-Spender:in werden**
- ➔ **Beratungsgespräche mit Expertinnen und Experten**