

Vorsorge

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

Gesundheits-Check-Up

Alter: ab 18 | Frauen + Männer | Häufigkeit: 1 x 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 Krebserkrankungen

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 50 | Frauen + Männer | Häufigkeit: 2 x/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 Bauchorta

Alter: ab 65 | Männer | Häufigkeit: einmalig
Ultraschalluntersuchung zur Früherkennung von Aneurysmen der Bauchschatlagader

Die Teilnehmenden:

 AOK Rheinland/Hamburg Die Gesundheitskasse.	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 Skoliose Flamingo Stars Herzkinder Frauentreff nach Krebs Ilco Diabetes Osteoporose Rheumaliga Guttempler Psoriasis Dies und das 1 und 2 Lebertransplantierte Jung & Aktiv BSVO mit Parkinson Pufi SHG (künstlicher Darm-/Blasenausgang)

Seien Sie dabei!



Oberhausener Gesundheitstag

Samstag, 30. Mai 2026
10.00 – 15.00 Uhr

BERO Zentrum
Concordiastraße 32
46049 Oberhausen



Grußwort

Liebe Oberhausenerinnen,
liebe Oberhausener,

Gesundheit ist keine Selbstverständlichkeit. Sie ist die Grundlage für Lebensfreude, Leistungsfähigkeit und ein selbstbestimmtes Leben. Und doch schieben wir sie im Alltag allzu leicht beiseite.



Der Kalender ist voll, Verpflichtungen drängen, vieles andere erscheint wichtiger. Ehe man sich versieht, ist wieder ein Jahr vergangen. Vorsorge? „Mache ich später.“

Dabei wissen wir: Früherkennung rettet Leben.

Viele Krankheiten verursachen lange Zeit keine spürbaren Beschwerden und bleiben daher unentdeckt. Das Leben ist jedoch viel zu wertvoll, um von einer Herz-Kreislauf-Erkrankung – in Deutschland die häufigste Todesursache – oder einer Krebserkrankung im fortgeschrittenen Stadium überrascht zu werden.

Dank moderner Vorsorgeuntersuchungen können heute auch viele Tumore und ihre Vorstufen frühzeitig erkannt und behandelt werden. Das verbessert die Heilungschancen erheblich und ermöglicht in vielen Fällen schonendere Therapien mit deutlich besseren Perspektiven für die Betroffenen.

Doch wo soll man beginnen? Eine erste Antwort darauf gibt der Oberhausener Gesundheitstag. Hier können Sie unverbindlich Fragen stellen, Ihren Blutdruck oder Blutzucker überprüfen lassen und erfahren, welche Untersuchungen in welchem Lebensalter sinnvoll und empfohlen sind.

Ich lade Sie herzlich ein: Nutzen Sie dieses Angebot. Nehmen Sie sich bewusst Zeit für sich selbst. Bringen Sie Familie, Freundinnen und Freunde mit. Jeder Schritt in Richtung Vorsorge ist ein Schritt hin zu mehr Lebensqualität – heute und in Zukunft. Alles Gute!

Thorsten Berg
Oberbürgermeister



DAS PROGRAMM

- ➔ **Schilddrüsen-scan**
- ➔ **Blutzucker- und Blutdruckmessung**
- ➔ **Aktionen für Kinder**
- ➔ **Krankwagen zum anfassen**
- ➔ **Infos zur Krebsberatung**
- ➔ **Eine Übersicht findet sich an den Eingängen.**
- ➔ **Reaktionstest**
- ➔ **Beratung der Aidshilfe**
- ➔ **DKMS-Spender:in werden**
- ➔ **Beratungsgespräche mit Expert:innen**