

## Vorsicht bei Verhütung mit der Pille

Der Verordnungs-Anteil von Verhütungspillen mit einem höheren Risiko für Thrombosen und Embolien ist in den letzten Jahren zwar gesunken, aber nach wie vor erhalten mehr als die Hälfte der Frauen, die die Pille auf Kosten der gesetzlichen Krankenkassen verordnet bekommen, die risikoreicheren Präparate der neueren Generation. Das zeigt eine aktuelle Analyse der GKV-Verordnungsdaten, die im Wissenschaftlichen Institut der AOK (WiDo) vorliegen.

Insgesamt hat der Verordnungs-Anteil der kombinierten oralen Kontrazeptiva mit einem höheren Risiko im Laufe der letzten zehn Jahre deutlich abgenommen: Er sank von 72 Prozent im Jahr 2009 auf 54 Prozent im Jahr 2019. Schon seit dem Jahr 2014 gibt es eine entsprechende Empfehlung des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM).

Die Daten zeigen zudem, dass der Anteil der jungen Frauen, die mit der Pille verhüten, seit Jahren insgesamt rückläufig ist: Der Anteil der Pillen-Verordnungen bei den gesetzlich versicherten Mädchen und Frauen erreichte im Jahr 2010 mit 46 Prozent seinen Höchststand und sank vor allem in den letzten vier Jahren bis auf 31 Prozent im Jahr 2019 – und das, obwohl die Altersgrenze für die Verordnung der Pille auf Kosten der GKV Mitte 2019 von 20 auf 22 Jahre angehoben worden ist. Empfängnisverhütende Medikamente werden von den gesetzlichen Krankenkassen seit Ende Juli 2019 bis zum vollendeten 22. Lebensjahr erstattet. Vorher lag die Erstattungsgrenze beim vollendeten 20. Lebensjahr. Vor allem junge Frauen, die sich für die Verhütung mit der Pille entscheiden und das erste Mal ein orales Kontrazeptivum einnehmen, sollten sich von ihrem Arzt oder ihrer Ärztin über die Risiken aufklären lassen.

[www.aok-bv.de/presse/pressemitteilungen](http://www.aok-bv.de/presse/pressemitteilungen)

## VERAHmobil: Mit dem E-Bike zum Hausbesuch

Neben dem VERAHmobil (VW up als Benzin- oder Elektro) fördert der HZV-Vertrag der AOK Baden-Württemberg seit Januar 2020 auch das VERAHmobil-E-Bike mit einem Zuschlag in Höhe von 150 EUR pro Quartal. Dafür muss die Praxis aktiv am Vertrag zur Hausarztzentrierten Versorgung der AOK Baden-Württemberg teilnehmen und eine Medizinische Fachangestellte mit der Zusatzqualifikation „Versorgungsassistentin in der Hausarztpraxis“ (VERAH) beschäftigen.

VERAHs übernehmen ärztlich delegierte Aufgaben wie das Medikamenten- und Wundmanagement oder Routine-Hausbesuche. Zu den Hausbesuchen können VERAHs nun gesund und umweltfreundlich radeln. Zusätzlich zu jedem VERAHmobil-E-Bike erhält die VERAH einen hochwertigen Fahrrad-Rucksack für die notwendigen Hausbesuchsutensilien. Informationen zum E-Bike-Projekt, erhalten Sie auf:

[www.verahmobil.de/e-bike-leasen](http://www.verahmobil.de/e-bike-leasen).

[www.aok.de/bw](http://www.aok.de/bw)

## Ausgezeichnete Qualität in Arztnetzen

Die AOK Bayern setzt sich seit Jahren für eine noch bessere ärztliche Versorgung in der Region ein. Im Rahmen des Projektes „Qualität in Arztnetzen – Transparenz mit Routinedaten“, kurz QuATRo, konnte die größte Krankenkasse im Freistaat nun sieben von 13 Arztnetzen für ihre herausragende Qualität in der medizinischen Versorgung auszeichnen. Gold für eine exzellente Qualität in der Patientenversorgung ging an die Arztnetze äno in Rosenheim und MainArzt in Ochsenfurt. Silber für eine überdurchschnittliche Qualität in der Patientenversorgung haben folgende Arztnetze erhalten: donauMED Straubing, gff Altdorf, UGHO Hof, UGOM Amberg und das Regensburger Ärztenetz. Ein externer Beirat von Experten hat die Auszeichnung entwickelt. Die Versorgungsqualität wird anhand von Routinedaten der bundesweit rund 26 Millionen AOK-Versicherten ausgewertet. Dazu gehören Abrechnungsdaten der ambulanten und stationären sowie der Arzneimittel-Versorgung.

[www.aok.de/bayern](http://www.aok.de/bayern)

## Gesundheitsplattform yuble.de: Angebot erweitert

Die AOK PLUS hat das Trainingsangebot auf ihrer Gesundheitsplattform [yuble.de](http://yuble.de) erweitert. Ab sofort können Versicherte fünf verschiedene Online-Präventionskurse buchen und damit orts- und zeitunabhängig etwas für ihre Gesundheit tun.

„Yoga für Einsteiger“ vermittelt Grundlagen zu Atemtechniken und Körperpositionen für verschiedene Übungen. Ein „Rücken-Coaching“ schult Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Im Kurs „Erfolgreich abnehmen“ geht es um gesundheitsförderndes Ernährungs- und Bewegungsverhalten und Unterstützung bei Gewichtsreduktion und -stabilisierung. Ebenfalls verfügbar sind ein Ernährungskurs und ein Angebot zur Diabetesprävention, der Sport, Entspannung und Kochen kombiniert. Weitere Programme sollen folgen.

Die achtwöchigen Kurse bestehen jeweils aus Trainingsvideos, Vorträgen, Experteninterviews, Erklärfilmen sowie kleinen Hausaufgaben. Alle sind von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert. Damit schafft die AOK PLUS auch für Menschen, die beispielsweise im Schichtdienst arbeiten oder ihren gewünschten Präsenzkurs nicht in ihrer näheren Umgebung finden, ein qualitativ hochwertiges Angebot. Mehr als 250.000 Versicherte nahmen 2019 auf Gutscheinbasis an Gesundheitskursen teil. Die AOK PLUS übernimmt dabei die Kosten für zwei zertifizierte Präventionskurse im Jahr.

[www.yuble.de](http://www.yuble.de)