

Wettbewerb

Gratis durchs Emmental «schweben»

Gratis-FLYER-Ausflug. «VisanaFORUM» verlost 5x2 Gratis-FLYER-Fahrten auf der Herzroute von Hasle-Rüegsau im Emmental ins luzernische Willisau.



Schnappen Sie sich einen FLYER und düsen Sie los. Eine wunderbare Strecke mit grandioser Kulisse liegt vor Ihnen. Spüren Sie den Fahrtwind und die Sonnenstrahlen auf der Haut und «schweben» Sie dank des Elektromotors des FLYER über einsame Hügelzüge und Naturwege, durch schattenspendende Wälder und malerische Dörfer.

Weitere Informationen zur Herzroute finden Sie auf den Seiten 6 und 7 dieses «VisanaFORUM». Sollte Ihnen die Glücksfee nicht hold sein, können Sie immer noch vom 2-für-1-Angebot für Visana-Versicherte profitieren.

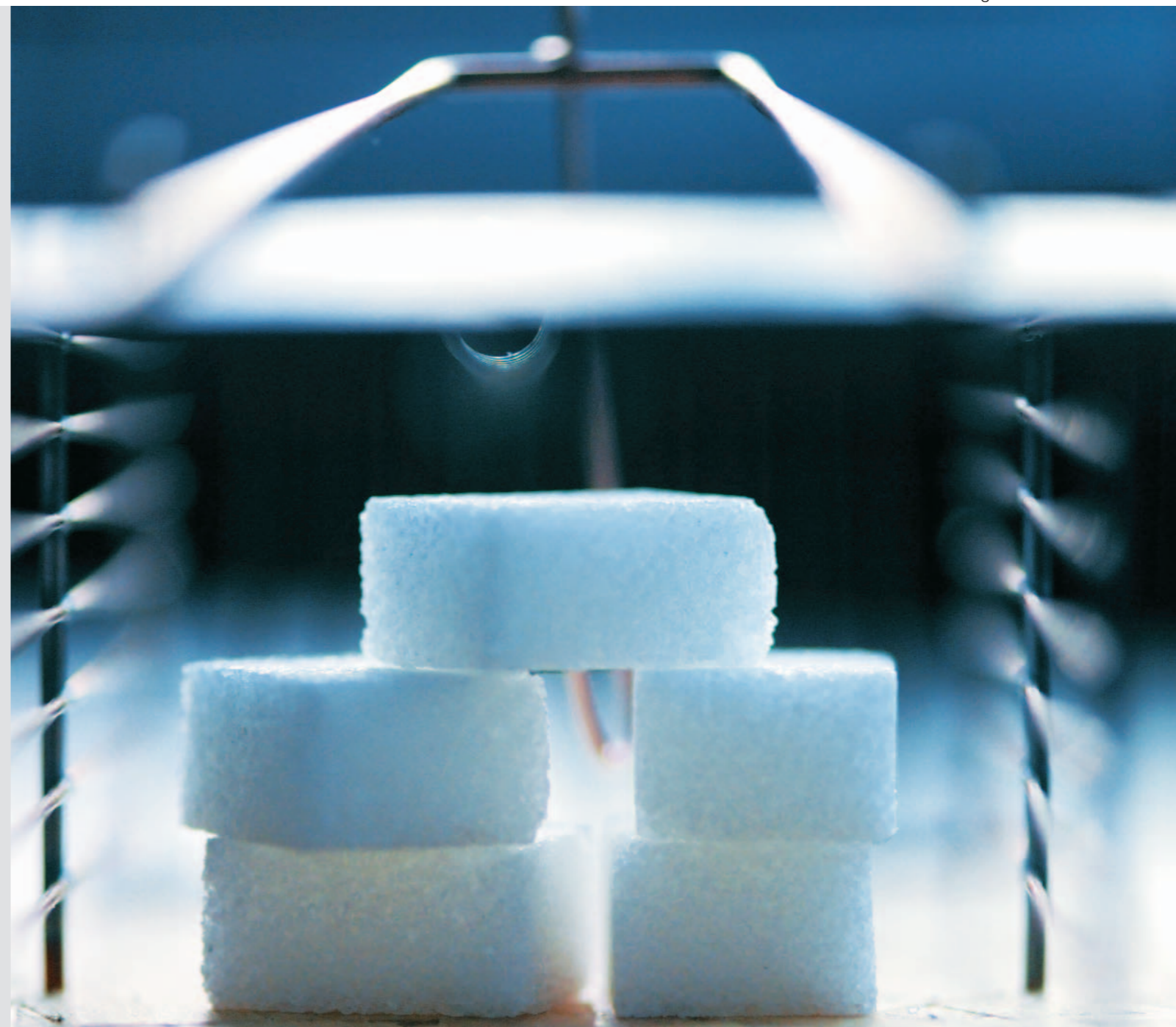
Nutzen Sie Ihre Chance und nehmen Sie unter www.visana.ch oder via Talon an der Verlosung teil. Viel Glück!

Wettbewerbstalon

Ich möchte zwei Gratis-FLYER-Fahrten auf der Herzroute gewinnen.

Name _____
Vorname _____
Strasse, Nr. _____
PLZ, Ort _____
E-Mail _____

Talon ausschneiden, auf eine Postkarte kleben (kein Couvert) und bis 11. Juni 2010 einsenden an: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 15. Gewinnerinnen und Gewinner werden bis 20. Juni 2010 benachrichtigt. Das Mindestalter für die Wettbewerbsteilnahme beträgt 16 Jahre. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg und die Barauszahlung der Preise sind ausgeschlossen.



Zucker
Energiequelle und
zuckersüsse Falle

Seite 10



Visana Club
Die Sommer-
angebote locken

Seite 12

Das Plus für Sie

visanaclub

Beat Straubhaar
Im Gespräch mit
dem CEO der Spital
STS AG in Thun

Seite 22



Inhalt

- 3 «Visana ist gesund»
- 5 «Women Sport Evasion» auch in Langenthal
- 6 «Schweben» Sie durchs Emmental
- 8 Zwischen Kunde und Visana koordinieren
- 10 Zuckersüsse Fallen
- 12 Sommerangebote Visana Club
- 14 Sind Ihre Kinder ausreichend geschützt?
- 15 Gesundheit: Recht auf Schutz
- 16 Ein Birchermüesli reicht nicht allen
- 18 Was bringt die neue Spitalfinanzierung?
- 20 Vermischte Meldungen
- 22 Im Gespräch mit Beat Straubhaar
- 24 Wettbewerb

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser

Vor einem Jahr, als der massive Prämiensprung für 2010 bekannt wurde, überboten sich die Parlamentarierinnen und Parlamentarier mit sogenannten Sparvorschlägen. Was ist ein Jahr später davon übriggeblieben? Nichts.

Mit dringlichen Massnahmen sollte im Sommer 2009 noch auf die Kostenentwicklung und damit die Prämiengestaltung 2010 Einfluss genommen werden. Parteien und parlamentarische Gruppierungen legten mehr oder weniger brauchbare Vorschläge auf den Tisch. Endlose Debatten setzten ein. Und wo stehen wir heute? Vor dem Nichts.

Die Vorschläge wurden zerredet bis zum Gehtnichtmehr. Unser Parlament ist offensichtlich nicht Willens, pragmatischen Reformen zum Durchbruch zu verhelfen und verheddert sich stattdessen in kosmetischer Symptombekämpfung. Oder wählt den Weg «auf die lange Bank schieben».

Wir haben es bereits in unserem letzten Editorial festgehalten: Die Prämienzahlerinnen und -zahler können sich ob der Untätigkeit des Parlaments nicht ernst genommen fühlen. Dabei sind die stetig steigenden Prämien ein grosses Ärgernis für Frau, Herr und vor allem Familie Schweizer.

Von Seiten Visana werden wir deshalb via santésuisse, dem Branchenverband der Krankenversicherer, unsere konkreten Postulate zur Kosteneindämmung unterbreiten. Die gesundheitspolitische Reformagenda von Visana haben wir Ihnen im VisanaFORUM 1/10 erläutert. Sie finden dieses auch auf unserer Website www.visana.ch > Über uns > Gesundheitsmagazin VisanaFORUM.

Albrecht Rychen
Präsident des Verwaltungsrates

Peter Fischer
Vorsitzender der Direktion

«Visana ist gesund»

«Visana ist gesund und kann dadurch ihren Versicherten langfristige Sicherheit bieten.» Dies sagt Peter Fischer, der CEO der Visana-Gruppe, in unserem Gespräch über deren Ergebnis im Geschäftsjahr 2009. Er ist auch erfreut über die erneut gestiegene Versichertenzahl.

Die Visana-Gruppe weist trotz weiter steigender Gesundheitskosten für das Jahr 2009 einen positiven Abschluss aus. Allerdings hinterliessen diese ihre Spuren: Der Überschuss sank von 23,7 auf 15,3 Mio. Franken, wobei in der Grundversicherung mit einem Plus von 0,3 Mio. Franken eine «schwarze Null» erreicht wurde.

«VisanaFORUM»: Was bedeutet das Ergebnis 2009 für die Versicherten?

Peter Fischer: Die Visana-Gruppe ist gesund und kann dadurch ihren Versicherten langfristige Sicherheit bieten. Das ist das Erfreuliche an unserem Geschäftsabschluss. Denn er ist positiv ausgefallen, auch wenn die steigenden Gesundheitskosten auch an uns nicht spurlos vorbei ge-

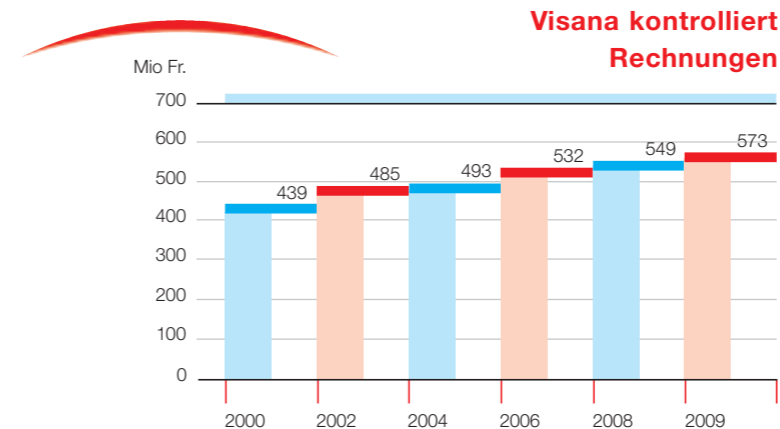
gangen sind. Unsere Reserven und Rückstellungen sind weiterhin gut dotiert.

Sie sind also zufrieden?

Was unseren Teil anbetrifft, ja. Nicht zufrieden bin ich jedoch damit, dass auf politischer Ebene fast nichts gegen die steigenden Gesundheitskosten unternommen wird. Hier haben wir weiterhin grossen Handlungsbedarf.

Die Zahl der Versicherten hat erneut zugenommen.

Ja, das ist tatsächlich eine erfreuliche Entwicklung. Zum siebten Mal in Folge konnten wir den



Die sogenannte Leistungskontrolle, also die Kontrolle der Rechnungen von Ärzten, Spitalern etc., wird bei Visana laufend optimiert. Unsere Grafik zeigt auf, wie viel die Visana-Gruppe in den letzten Jahren nicht bezahlen musste. Entweder war für die in Rechnung gestellten Leistungen keine Versicherungsdeckung vorhanden, oder die Visana-Gruppe forderte wegen unkorrekt oder falsch verrechneter Leistungen Geldbeträge zurück oder stellte Rückforderungen an andere Versicherer. Von den im Jahr 2009 abgerechneten Leistungen im Betrage von knapp 3 Mia. Franken musste Visana dank ihrer Leistungskontrolle 19% oder rund einen Fünftel nicht übernehmen.

Peter Fischer, CEO der Visana-Gruppe, im Gespräch mit VisanaFORUM



Impressum: «VisanaFORUM» ist eine Publikation von Visana. Sie erscheint viermal jährlich.
Redaktion: Urs Schmid, Stephan Fischer, David Roten, Peter Rüegg. Adresse: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 15. Fax: 031 357 96 22. E-Mail: forum@visana.ch. Gestaltung: Natalie Fomasi, Volketswil. Konzept und Fotos: Meinrad Fischer, Atelier für Gestaltung, Zürich. Druck: Vogt-Schild Druck, Derendingen. Internet: www.visana.ch
Adressänderungen: Falls Ihre Adresse falsch ist oder Sie ungewünscht mehrere «VisanaFORUM» erhalten, melden Sie sich bitte bei Ihrer Visana-Geschäftsstelle (Adresse und Telefonnummer finden Sie auf Ihrer Police).

Gesamtversichertenbestand steigern und zum fünften Mal hintereinander die Zahl der Grundversicherten auf nun fast 600 000 erhöhen. Unser Gesamtversichertenbestand beträgt über eine Million. Aber auch im Bereich der Firmenkunden, wo Visana ebenfalls aktiv ist, konnten wir Erfolge erzielen: Bei uns sind nun über 13 000 Unternehmen, öffentliche Institutionen und Verbände versichert.

Wie sehen Sie die Zukunft?

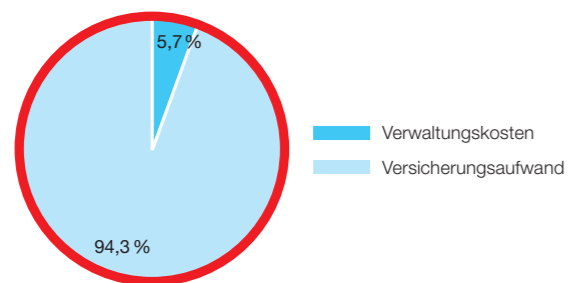
Sorgen bereitet mir vor allem die Kostenentwicklung in unserem Gesundheitswesen. Ich habe es schon gesagt: Hier besteht grosser Handlungsbedarf. Leider können wir nicht selbst handeln, sondern sind auf die Politik angewiesen. Aufgrund unserer soliden finanziellen Lage sind wir aber im Interesse unserer Versicherten für kommende Herausforderungen gewappnet.

Interview:

Christian Beusch

Leiter Unternehmenskommunikation

Nur fünf Rappen Verwaltungskosten



Nur rund fünf Prozent der Prämieinnahmen – oder gut fünf Rappen pro eingenommenen Prämienfranken – benötigen die Krankenversicherer für ihren Verwaltungsaufwand. Diese fünf Rappen werden insbesondere für die Betreuung der Versicherten und die Kontrolle der Rechnungen von Spitälern, Ärzten, Apotheken, Therapeuten usw. eingesetzt (siehe auch Grafik auf Seite 3). Gegen 95 Prozent der Prämieinnahmen werden als Versicherungsaufwand für die Vergütung dieser Rechnungen aufgewendet. (Quelle: BAG, Zahlen für 2008)

«Eine Scheinlösung»

Die Kosten im Gesundheitswesen steigen ungebremsst weiter. Dessen ungeachtet hat die Gesundheitskommission des Nationalrates entschieden, die Diskussion über das Kostendämpfungspaket des Bundesrates auf später zu verschieben (siehe auch «Editorial» auf Seite 2).

VisanaFORUM: Angesichts der steigenden Gesundheitskosten und damit steigender Prämien wird der Ruf nach einer nationalen oder mehreren regionalen Einheitskassen erhoben. Zu Recht?

Peter Fischer: Nein. Vorab ist daran zu erinnern, dass das Schweizer Volk Vorschläge für eine Einheitskasse bisher immer abgelehnt hat. Letztmals im Jahr 2007 mit über 71 Prozent Nein. Zur Sache selbst: Das Problem sind nicht die Krankenkassen, sondern die Gesundheitskosten. Denn 95 Prozent der Prämien wenden die Krankenversicherer auf, um die Rechnungen der Ärzte, Spitäler, Apotheker, Therapeuten usw. zu bezahlen. Nur gerade rund fünf Prozent betragen die Verwaltungskosten der Krankenversicherer (Anm. d. Red.: siehe Grafik auf dieser Seite).

Sie zweifeln also daran, dass eine Einheitskasse das Kostenproblem lösen würde?

Ja, ganz klar. Denn auch eine Einheitskasse kann ohne Unterstützung der Politik keine kosten- und damit prämiendämpfenden Massnahmen umsetzen. Sie ist also nur eine Scheinlösung.

Sprechen noch andere Gründe gegen die Einheitskasse?

Zahlreiche. Im Vordergrund stehen dabei für mich – neben dem ungelösten Kostenproblem – drei Punkte. Erstens haben heute die Versicherten Wahlfreiheit. Sind sie mit ihrer Kasse nicht zufrieden, können sie problemlos zu einer anderen wechseln. Zweitens bringt der Wettbewerb unter den Kassen tiefere Prämien für die Versicherten. Drittens kontrollieren die Kassen die Rechnungen der Ärzte, Spitäler usw. genau. Allein die Visana-Gruppe sparte dank ihrer Leistungskostenkontrolle im vergangenen Jahr über 570 Mio. Franken (Anm. d. Red.: siehe Grafik Seite 3). Eine Einheitskasse würde, da sie nicht im Wettbewerb mit anderen Anbietern steht, nur ein geringes oder gar kein Interesse daran haben, die eingegangenen Rechnungen so genau zu kontrollieren, wie es die Krankenversicherer heute tun.

«Women Sport Evasion» auch in Langenthal

Premiere in der Deutschschweiz. Bisher hat die «Women Sport Evasion» nur in Lausanne Halt gemacht – mit grossem Erfolg. Am 28. und 29. August 2010 heisst neu auch Langenthal sportinteressierte Frauen zu diesem in der Schweiz einzigartigen Anlass willkommen.

Die «Women Sport Evasion» ist für Frauen, und für einmal nur für Frauen. Einen Tag oder ein Wochenende lang gilt es, attraktive Sportangebote auszuprobieren und neue Trends aus Fitness, Wellness und Gesundheit kennenzulernen. Die Teilnehmerinnen können zwanglos zwischen den Workshops zirkulieren und ihr Tagesprogramm individuell zusammenstellen.

Am Puls der Zeit

Lust auf Aerodance, Antara, Tae Bo, Gymstick, Nordic Walking, Nia, Latino Aerodance, Orientalischen Tanz oder andere trendige Lektionen? An der «Women Sport Evasion» in

Langenthal werden all diese Wünsche auf einen Schlag erfüllt. Für nur 50 Franken sind Sie einen Tag, für 80 Franken das ganze Wochenende dabei. Weitere Infos und die Anmeldung finden Sie auf www.womensportevasion.ch oder bestellen Sie die Informationsbroschüre.

Stephan Fischer

Unternehmenskommunikation



«Women Sport Evasion» in Lausanne

Lausanne ist am 26. und 27. Juni 2010 bereits zum dritten Mal Austragungsort der «Women Sport Evasion». 15 trendige Workshops warten auf die Teilnehmerinnen. Informationen dazu finden Sie auf www.womensportevasion.ch. Die Anmeldefrist läuft noch bis am 23. Juni 2010.

Bestelltalon

Bitte senden Sie mir Exemplare der Informationsbroschüre (inkl. Anmeldetalon) zur «Women Sport Evasion» in Lausanne / Langenthal.

Frau

Name

Vorname

Strasse, Nr.

PLZ, Ort

Talon ausschneiden und einsenden an: Women Sport Evasion, Avenue de Rhodanie 54, 1007 Lausanne. Sie können sich auch online anmelden unter www.womensportevasion.ch.

«Schweben» Sie durchs Emmental

2 für 1. Die Herzroute von Hasle-Rüegsau nach Willisau hat sich in den letzten Jahren zur beliebtesten Elektrofahrzeug-Etappe der Schweiz gemauert. Von Mai bis Oktober mieten Visana-Versicherte wieder zwei FLYER zum Preis von einem.

Erleben Sie 55 herrliche Kilometer von Hasle-Rüegsau im Emmental ins luzernische Willisau. Diese Etappe der Schweizer Herzroute, die aufgrund der grossen Beliebtheit auf vier Teilstrecken ausgebaut wurde, ist ideal, um schönes Wetter und die Natur zu geniessen.

Stromverstärkte Muskelkraft

Ausgangspunkte für diese traumhafte Velotour sind die Bahnhöfe im Emmentaler Hasle-Rüegsau respektive im luzernischen Willisau – je nachdem, von welcher Seite Sie starten. Hier erwarten Sie Ihre reservierten FLYER-Velos. Die FLYER unterstützen mit einem Elektromotor die Muskelkraft ihrer mindestens 16 Jahre alten

Fahrerinnen und Fahrer. So schaffen es auch weniger Trainierte, die Strecke an einem Tag zu bewältigen.

Visana-Versicherte mieten vom 20. Mai bis zum 15. Oktober 2010 für die Strecke von Hasle-Rüegsau nach Willisau zwei FLYER zum Preis von einem (siehe Kasten). Trainierte Radcracks können die Herzroute auch mit ihrem eigenen Flitzer in Angriff nehmen. Achtung: Für Rennvelos ist die Strecke nicht geeignet, da sie auch über Natur- und Feldwege führt.

Einsame Hügelzüge und verträumte Dörfer

Schnappen Sie sich einen FLYER und düsen Sie los. Eine wunderbare Strecke mit grandioser Kulisse liegt vor Ihnen. Spüren Sie den Fahrtwind und die Sonnenstrahlen auf der Haut und «schweben» Sie über einsame Hügelzüge und Naturwege, durch schattenspendende Wälder und male- rische Dörfer.

Die Herzroute bietet noch mehr als schöne Landschaften: Heimelige Gasthöfe sorgen dafür, dass auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommt. So können Sie auch die Batterien Ihres Körpers wieder laden, um den nächsten Hügel zu erklimmen. Abstecher, wie beispielsweise ein Besuch der Emmentaler Schaukäserei in Affoltern, machen den Ausflug zum unvergesslichen Erlebnis.

55 Kilometer und 1000 Höhenmeter

Wer es gemütlich nimmt, übernachtet in einem der Gasthöfe und dehnt die Tour auf einen zweiten Tag aus.

Gönnen Sie sich etwas. Erfreuen Sie Ihr Herz an den Ausichten und stärken Sie Ihr Herz-Kreislauf-System auf dieser herrlichen Veloroute – im Herzen der Schweiz. Aber unterschätzen Sie die Tour nicht: 55 Kilometer Länge mit über 1000 Höhenmetern sind auch mit einem FLYER nicht ohne. Planen Sie grosszügig.



Visana-Club-Aktion: 2 für 1 FLYER-Miete

Visana ist seit 2003 Hauptsponsorin der Herzroute. Für Visana-Versicherte lohnt sich eine Ausfahrt auf der Route jetzt ganz besonders: Vom 20. Mai bis zum 15. Oktober 2010 mieten Sie zwei FLYER zum Preis von einem:

- **Tagesmiete 2 FLYER mit Halbtax/GA für 48 statt 96 Franken**
- **Tagesmiete ohne Halbtax/GA: 53 statt 106 Franken.**

Die FLYER-Stationen haben den Fuhrpark ausgebaut. **Trotzdem ist Reservieren Pflicht: Telefon 058 327 54 57.** Bitte vergessen Sie beim Abholen der FLYER Ihre Versicherungskarte und den Railbon (siehe S. 7) nicht, damit Sie von der Aktion profitieren können.

Öffnungszeiten FLYER-Ausleihbahnhöfe

Willisau: Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr, Samstag und Sonntag von 8.00 bis 11.30 Uhr und von 13.45 bis 18.00 Uhr

Hasle-Rüegsau: Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr, Samstag und Sonntag von 8.00 bis 12.00 Uhr und von 12.50 bis 18.00 Uhr

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.visana-club.ch, wo Sie auch eine Detailkarte der Strecke herunterladen können.

Urs Schmid
Unternehmenskommunikation

RAILBON
Etappe Hasle-Rüegsau-Willisau
2 für 1 0209 0000 1031



RAILBON
Etappe Hasle-Rüegsau-Willisau
2 für 1 0209 0000 1031



Kindersitze und Velohelme stehen gratis zur Verfügung. Bitte mitreservieren. Der Railbon ist nicht kumulierbar. Keine Barauszahlung. Das Angebot ist nur gültig für die Etappe Hasle-Rüegsau-Willisau, da hier genügend FLYER vorhanden sind.



Zwischen Kunde und Visana koordinieren

Im Gespräch mit Marcel Greminger. Der Unternehmensberater auf der Visana-Geschäftsstelle in Zürich kümmert sich persönlich um die Anliegen all seiner Kunden – egal, ob es ein Kleinbetrieb oder ein grosses Unternehmen ist.

Marcel Greminger arbeitet seit dem 1. August 2008 als Unternehmensberater bei Visana. Er sieht sich als Koordinator zwischen den Kunden und Visana. «Ich berate meine Kundinnen und Kunden in sämtlichen Belangen und nehme als erste An-

sprechperson all ihre Anliegen entgegen», sagt er. Wenn er etwas nicht selbst erledigen könne, kläre er die Fragen und Anliegen der Kunden mit den zuständigen Stellen ab.

Vom Thurgau über Schaffhausen bis Zürich

Marcel Greminger kümmert sich um die unterschiedlichsten Unternehmen. Vom Einmannbetrieb, der das Kran-

taggeld versichert hat, bis zu grossen Beratungsunternehmen mit zahlreichen Mandaten findet sich alles in seinem Kundenportefeuille. Das von ihm betreute Gebiet zieht sich vom Thurgau über Schaffhausen bis in Teile des Kantons Zürich hinein. «Da ich von früher auch Kunden aus Bern habe, bin ich ab und zu auch in dieser Region unterwegs», sagt er.

In Lage der Kunden versetzen

Am Morgen wirft Marcel Greminger als Erstes einen Blick in die Mailbox. Was sich sofort erledigen lässt, wird erledigt. Was weiterer Abklärungen bedarf, leitet er an die zuständigen Stellen weiter. Danach hat ihn seine Agenda im Griff. Der telefonische und persönliche Kundenkontakt bestimmt seinen Tagesablauf. Er ist viel unterwegs, da seine Termine über den ganzen Tag verteilt sind.

Marcel Greminger bespricht Offerten, macht Nachverhandlungen und geht auf Probleme und Fragen im Zusammenhang mit Versicherungsleistungen ein. Daneben besucht er gemeinsam mit externen Versicherungsbrokern deren Kunden, um sie beispielsweise auf weitere Dienstleistungen von Visana aufmerksam zu machen. «Durch meine Erfahrungen in verschiedenen Branchen kann ich die Bedürfnisse meiner Kunden bestens einschätzen», sagt Marcel Greminger überzeugt.

Er höre aufmerksam zu und versuche, sich in die Lage der Kunden zu versetzen, um ihre bewussten und unbewussten Anliegen zu erkennen. «Es ist wichtig, dass die Kundinnen und Kunden Vertrauen in mich und Visana fassen», erklärt er. Nur so sei es möglich, eine konstante Partnerschaft aufzubauen, die auch turbulenten Zeiten standhalte.

Der Tag endet für Marcel Greminger meist, wie er begonnen hat: im Büro mit einem Blick in die Mailbox, um zu sehen, was unterdessen alles angefallen ist.

Mehr Macher-Typ als Administrator

Immer wieder neue Leute treffen, ihre Bedürfnisse erkennen und ihnen einen Topservice bieten – das reizt und fordert Marcel Greminger bei seiner Arbeit. Ein positives Feedback, wenn der Kunde sich gut beraten fühle und die zwischenmenschliche Beziehung stimme, sei die Befriedigung, die er in seiner Arbeit finde.

«Es ist für mich immer wieder ein tolles Erlebnis, wenn mit der Unterschrift ein Vertragsverhältnis

Reiten und Tauchen als Passion

Marcel Greminger (51) lebt mit seiner Frau seit 20 Jahren in Elsau, in der Nähe von Winterthur. Der gebürtige Ostschweizer hat ursprünglich einen handwerklichen Beruf erlernt und bildete sich nach der Handelsschule zum diplomierten Kaufmann KFS und diplomierten Betriebsökonom BVS weiter. Nach verschiedenen Aufgaben im Dienstleistungs- und Industriebereich wechselte er 1997 in die Versicherungsbranche.

Seine grosse Leidenschaft ist das Reiten. Gemeinsam mit seiner Frau hält er einen wunderschönen Ungarischen Schimmel. Er geniesst es, sich in der Natur auf dem Rücken des Pferdes vom Stress des Alltags zu erholen. «Von der nonverbalen Sprache der Tiere können wir Menschen einiges lernen», ist Marcel Greminger überzeugt.

Marcel Greminger ist weltoffen und reist gerne, vorzugsweise in Länder mit schönen Tauchgründen – denn er betaucht und fotografiert die faszinierende Unterwasserwelt leidenschaftlich gerne. Dabei schwamm ihm auch schon mal ein acht Meter langer Walhai vor die Linse. «Es ist, wie wenn ein U-Boot vor dir schwimmen würde.» Der neugierige Hai habe ihn gar angestupst, was ein sehr beeindruckendes Erlebnis gewesen sei.

besiegelt wird», sagt Marcel Greminger. Das sei die Bestätigung, dass die Kunden wirklich von seiner Beratung, dem Service und dem Angebot von Visana überzeugt seien.

Die administrativen Seiten seiner Arbeiten verschaffen ihm hingegen etwas weniger Befriedigung: «Ich bin eher der Macher-Typ, nicht unbedingt der Administrator», sagt Marcel Greminger lachend, «so bin ich halt.»

Urs Schmid

Unternehmenskommunikation



Zuckersüsse Fallen

Der Genuss von Süssigkeiten mag Glücksgefühle verleihen und über manchen Frust hinwegtrösten. Alles mit Mass, kein Problem. Doch das ist gar nicht so einfach. Denn in vielen, selbst als «zuckerfrei» deklarierten Lebensmitteln verstecken sich Unmengen verschiedener Zuckerarten.

Die Schweiz steht mit einem täglichen Zuckerverbrauch von 100 Gramm pro Kopf im europäischen Vergleich ziemlich an der Spitze. Den grössten Anteil daran hat der versteckte Zucker. Wen wundert's, dass es in unserer Bevölkerung immer mehr Übergewichtige gibt, bereits jedes fünfte Kind zu dick ist und Diabeteserkrankungen zunehmen.

Kurzfristige Energiequelle und Kalorienbombe

Zucker ist zwar ein schneller, aber kalorienreicher Energielieferant, der jedoch keine Nährstoffe enthält. Deshalb wird er «leerer Energieträger» genannt. Einmal geliefert, wird die Energie denn

auch schnell wieder verbraucht. Immerhin bewirkt der Genuss von Süssem die Ausschüttung des Glücksbotenstoffs Serotonin, was Menschen froh und zufrieden stimmt.

Übermässiger Zuckerkonsum allerdings schädigt über kurz oder lang die Gesundheit. Dies oft mit schwerwiegenden Folgen, angefangen bei kaputten Zähnen, Übergewicht bis zu Diabeteserkrankungen. Speziell bei Kindern ist darauf zu achten, dass sie nicht zu viele Süssigkeiten essen und sich auch nicht zu sehr an den Genuss von Süssgetränken gewöhnen – Fruchtsäfte inklusive. Das sind Kalorienbomben mit wenig bis keinem Nährwert. Es ist doch alarmierend, dass laut

«K-Tipp» in der Schweiz im vergangenen Jahr 550 Millionen Liter Süssgetränke und Eistee getrunken wurden.

Die Zuckerfallen

Dass Torten, Gummibärchen, Mohrenköpfe und Süssgetränke wie Cola, Eistee und Co. hauptsächlich Zucker enthalten, ist allgemein bekannt. Nun gibt es aber Lebensmittel, in denen viel Zucker versteckt ist, ohne dass wir dies realisieren. Die Lebensmittelindustrie fügt beispielsweise so genannten fettarmen Produkten grössere Zuckermengen als Geschmacksverstärker bei.

Insbesondere Fertigprodukte wie Ketchup, Beutelsuppen, Müesliflocken, Früchtejoghurt, Getreideriegel und Fertigsaucen enthalten Zucker in rauen Mengen, der als solcher jedoch nicht deklariert wird. Stattdessen finden die Konsumentinnen und Konsumenten auf den Packungen Namen wie Glucose, Lactose oder Fructose (siehe Kasten), alles Zuckerarten, die ebenso viele Kalorien aufweisen und die Kariesbildung fördern wie üblicher Haushaltszucker.

Natürliche Zucker- und Powerlieferanten

Niemand muss auf Süsses und damit auf Energieschübe verzichten. Es macht jedoch einen Unterschied, ob Zucker dem Essen zugefügt wird oder natürlicherweise in Nahrungsmitteln vorkommt. Gemäss Weltgesundheitsorganisation sollten denn auch pro Tag maximal 10 Prozent der täglichen Energiezufuhr aus zugesetzten Zuckerarten und Süssmitteln (z. B. Honig) bestehen.

Zucker ist zwar auch eine Form von Kohlenhydrat. Viel mehr Energie nehmen wir allerdings mit anderen Kohlenhydraten auf, beispielsweise mit der Stärke in Brot, Kartoffeln, Getreide und Hülsenfrüchten, welche über wichtige Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe verfügen. Ebenso gute Energiespender sind Gemüse und Früchte, die überdies natürlichen Zucker enthalten und somit ohne Bedenken genossen werden können.

Weitere Informationen zu Zuckerarten und Kohlenhydraten finden Sie im Internet auf www.sge-ssn.ch > Ernährungsinfos > Inhaltsstoffe.

Anna Schaller
Publizistin

Alles Zucker

Gemäss Lebensmittelgesetz darf ein Produkt als «zuckerfrei» oder «ohne Zucker» deklariert werden, wenn es lediglich keinen weissen Zucker enthält. Andere Zuckerzusätze, welche etwa die gleiche Menge an Kalorien liefern, werden auf den Verpackungen mit folgenden Namen bezeichnet:

Fructose (Fruchtzucker) Kommt natürlicherweise in Früchten und Honig vor. Wird industriell meistens aus Stärke gewonnen.

Glucose (Traubenzucker) Wird industriell aus Kartoffel- oder Maisstärke gewonnen.

Lactose (Milchzucker) Kommt natürlicherweise in Milch vor. Wird industriell aus Molke gewonnen.

Maltose (Malzzucker) Entsteht beim Abbau von Stärke und besteht aus zwei Teilen Traubenzucker.

Saccharose (Rohr- oder Rübenzucker) Üblicher Haushaltszucker in folgenden Handelsformen: Kristallzucker, Rohrzucker, Puderzucker, Hagelzucker, Würfelzucker, Kandiszucker, Gelierzucker.



Sommer-Highlights

Sommerangebote Visana Club. Profitieren Sie vom Fielmann-Gratis-Sehtest und von weiteren tollen Sommerangeboten.

visanaclub

Eine der schönsten Wellness-Oasen Europas

Das italienische Hotel****^{Superior} Parco San Marco mit grossem subtropischem Park liegt direkt am Lago di Lugano. Sein grosser Privatstrand ist umgeben von malerischen Bergen inmitten einer überwältigenden Drei-Seen-Landschaft.

Egal, ob Sie sich entspannen, sportlich aktiv werden oder einfach die kulinarischen Seiten des Tessins geniessen möchten – das Parco San Marco Beach Resort erfüllt Ihnen und Ihrer Familie alle Wünsche. Darum rangiert es in internationalen Hotel-Bewertungen immer wieder auf den vordersten Plätzen.



Unser Angebot

- Drei Nächte in einem Lake View Comfort Room mit Südbalkon
- Täglich vollwertiges Frühstücksbuffet bis 11.00 Uhr
- Ein Wellness-5-Gang-Dinner im Ristorante & Bistro San Marco
- Freier Zugang zum San Marco SPA
- Willkommens-Prosecco
- Gutschein im Wert von 50 Franken für eine Massage- oder Beauty-Behandlung
- Ein Früchte-Cocktail nach Wunsch an der Bar
- Early Check-in (nach Verfügbarkeit)
- Freie Nutzung hoteleigener Fahrräder (nach Verfügbarkeit)
- Kostenlose Teilnahme am täglichen Fitness- und Entspannungsprogramm
- Club Bim Bam Bino (gratis, für Kinder zwischen 2 und 12 Jahren, saisonal)

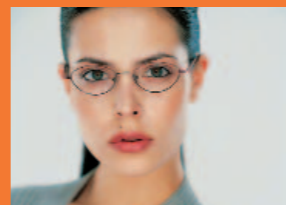
Visana-Versicherte bezahlen nur 488 statt 750 Franken pro Person im Doppelzimmer

Kinder bis 3 Jahre: gratis, Kinder 4 bis 15 Jahre: 99 Franken
Einzelbelegung: Aufpreis 160 Franken

Gültigkeit: 20. Mai bis 3. Juli 2010 und 16. August bis 30. Dezember 2010. **Buchung:** Unter dem **Stichwort «Visana Club»** direkt beim Hotel: Parco San Marco, Viale Privato San Marco 1, I-22010 Cima di Porlezza, Tel.: 091 923 40 86, Fax: 091 924 21 41, info@parco-san-marco.com. **Beim Check-in Versicherungskarte vorweisen.** Weitere Informationen finden Sie im Internet: www.parco-san-marco.com

Gratis-Sehtest bei Fielmann

Ab sofort können Sie als Clubmitglied bei Fielmann mit hochmodernen Testgeräten kostenlos Ihr Sehvermögen testen lassen. Sie brauchen nur über die Gratis-Fielmann-Nummer 0800 805 905 einen Termin zu vereinbaren. Bitte erwähnen Sie bei der Anmeldung das Visana-Club-Angebot und zeigen Sie Ihre Versicherungskarte. Alle Fielmann-Niederlassungen finden Sie auf www.visana-club.ch. Angebot gilt nicht für Führerschein-Sehtests.



Musical-Erlebnis mit 10 % Rabatt

Vom 14. Juli bis zum 28. August 2010 bringen die Thuner Seespiele mit «Dällebach Kari» ein gefühlsvolles Musical auf die schönste Seebühne Europas. Profitieren Sie von 10 Prozent Rabatt an allen Abendvorstellungen (Kategorien 1–4). Telefonische Anmeldung unter dem Stichwort «Visana Club» unter Telefon 0900 92 91 90 (CHF 1.11/Min.). Mehr Informationen unter www.thunerseespiele.ch



30% Rabatt bei ExtraFilm

Lassen Sie Ihre Fotos nicht auf der Festplatte «verstauben». Bei ExtraFilm finden Sie viele Foto-Ideen: klassische Fotoabzüge, Fotoalben, Poster, Fotokalender und vieles mehr. Unter www.extrafilm.ch/visana haben Sie als Visana-Club-Mitglied 30% Rabatt auf über 100 verschiedenen Produkten (exkl. Versand).



Exklusive Flyer-Aktion auf der Herzroute

Mehr Informationen dazu finden Sie auf den Seiten 6 und 7.



Visana Club – das Plus für Sie

Als Visana-Kundin oder -Kunde sind Sie automatisch und kostenlos Mitglied im Visana Club und können uneingeschränkt von den Angeboten unserer Partner profitieren. Visana setzt für den Visana Club keinen einzigen Prämienfranken ein. Mehr Informationen auf www.visana-club.ch oder Infoline: 031 357 94 09.

Gewinnen Sie einen Fielmann-Gutschein

Zusammen mit unserem Partner Fielmann verlosen wir **30 Gutscheine im Wert von 50 Franken für eine Sonnenbrille Ihrer Wahl.** Einlösbar in allen Schweizer Fielmann-Filialen. Viel Glück!



Wettbewerbsfrage

Vor welcher Strahlung schützt eine gute Sonnenbrille Ihre Augen?

UV A und UV B UV A und UV C UV C

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse, Nr. _____

PLZ, Ort _____

Versicherten-Nr. _____

E-Mail _____

Coupon ausschneiden und einsenden an: Visana Services AG, Visana Club, Doro Engels, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 15 oder einfach online auf www.visana-club.ch mitmachen. Einsendeschluss: 30. Juni 2010

Sind Ihre Kinder ausreichend geschützt?

Kapitalschutz bei Krankheit. Kinder, Studierende und Familienfrauen sind im Invaliditäts- oder Todesfall meist ungenügend abgesichert. Das auf sie zugeschnittene Produkt KTI springt hier in die Lücke.

Die Kapitalversicherung bei Tod und Invalidität (KTI) ist beliebt, denn eine schwerwiegende Krankheit oder Invalidität kann gravierende Folgen haben. Nebst den körperlichen und seelischen Leiden belasten hohe Kosten die Betroffenen.

Schlechter Schutz für Kinder und Nichterwerbstätige

Kinder und Jugendliche, Studierende, Familienfrauen und andere nichterwerbstätige Personen sind durch AHV, IV oder BVG im Todes- oder Invaliditätsfall nur minimal geschützt. Diese Deckungslücke wird häufig unterschätzt, werden doch deutlich mehr Menschen krankheits- als unfallbedingt invalid (siehe Kasten). Mit dem Visana-Produkt KTI sichern Sie sich und Ihre Familie ab.

Das spricht für KTI

KTI bietet viele Vorteile. Auch Selbstständig-erwerbende und Angestellte können ihren Versicherungsschutz mit KTI erweitern:

- Kapitaleistung nach Krankheit mit Invaliditäts- oder Todesfolge
- Schutz für die ganze Familie
- Versicherungssumme bedarfsgerecht wählbar
- Lücken bei der beruflichen Vorsorge werden geschlossen
- Kein Bedarfsnachweis im Leistungsfall
- Finanzielle Verpflichtungen (Hypothek, berufliche Umschulung usw.) können abgesichert werden
- Leistungen werden unabhängig von anderen Versicherungen ausbezahlt
- Maximale Leistungen zu günstigen Prämien
- Weltweit gültig

KTI ist eine reine Risikoversicherung, die kein Sparziel verfolgt. Das ermöglicht Visana, die Deckung zu sehr günstigen Konditionen anzubieten. Weitere Informationen erhalten Sie auf Ihrer Visana-Geschäftsstelle oder im Internet: www.visana.ch, Stichwort «KTI» im Suchfeld eingeben.

Devica Larizza
Produktmanagerin Privatkunden

Invalidität: Häufiger durch Krankheit als durch Unfall

Die Statistik zeigt: Infolge Krankheiten werden siebenmal so viele Menschen invalid wie nach einem Unfall. Bei den Todesfällen ist das Verhältnis vier zu eins. Während die Unfallfolgen unmittelbar eintreten, kann sich eine Krankheit über Jahre schleichend entwickeln.



Gesundheit: Recht auf Schutz

Hilfe bei «Kunstfehlern». Der in der Visana-Grundversicherung als Mehrleistung gratis eingeschlossene Gesundheitsrechtsschutz hilft Ihnen bei medizinischen Fehlbehandlungen. Für wenig Geld wird er zur kompletten Rechtsschutzversicherung.

Körperliche Beeinträchtigungen durch Behandlungsfehler medizinischer Fachpersonen kommen leider immer wieder vor. Die Gesundheitsrechtsschutzversicherung von Visana sorgt für Ihr Recht.

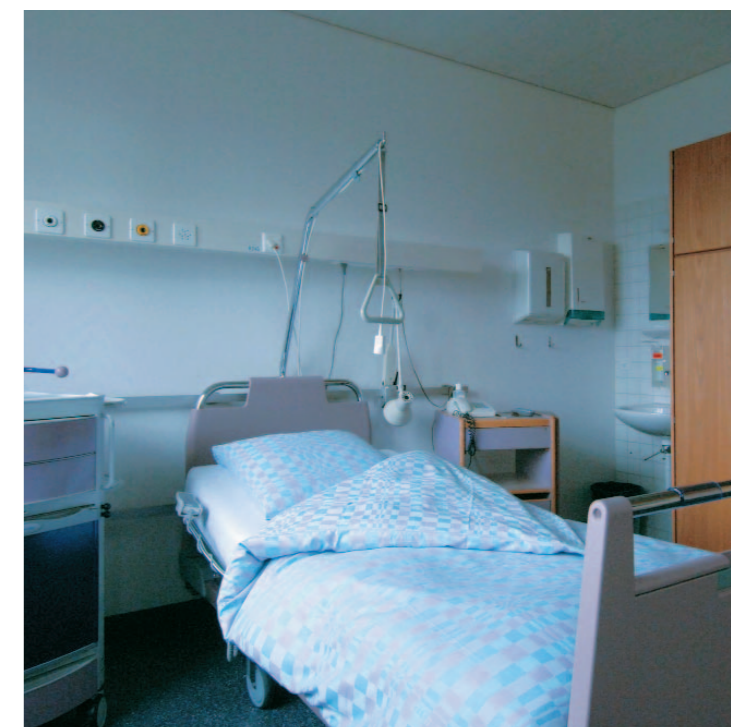
250 000 Franken pro Fall

Bei einer medizinischen Fehlbehandlung stellt sich für die Betroffenen die Frage, ob sich der Gang zu einem Anwalt oder vor Gericht lohnt. Die hohen Kosten und die unsicheren Erfolgsaussichten halten viele Leute davon ab, ihr Recht einzufordern. Wer über eine Gesundheitsrechtsschutzversicherung verfügt, braucht sich darüber keine Sorgen zu machen.

Wenn Sie die obligatorische Krankenpflegeversicherung (Grundversicherung) bei Visana abgeschlossen haben, verfügen Sie automatisch und kostenlos über Gesundheitsrechtsschutz. Die Versicherung deckt Leistungen im Zusammenhang mit Gesundheitsschäden bis maximal 250 000 Franken pro versicherten Rechtsschutzfall (ausserhalb Europas 50 000 Franken).

Als Opfer von Gesundheitsbeeinträchtigungen oder Fehlbehandlungen stehen Ihnen erfahrene Juristinnen und Juristen mit Rat und Tat zur Seite. Sie vertreten Ihre Interessen gerichtlich und aussergerichtlich gegenüber Schadenverursachern oder Versicherungen. Der Gesundheitsrechtsschutz übernimmt medizinische Gutachten, Anwalts-, Gerichts- und Verfahrenskosten sowie Prozess- und Parteientschädigungen.

Hannes Bichsel
Produktmanager Privatkunden



Umfassender Rechtsschutz

Mit wenig Geld erweitern Sie den Gesundheitsrechtsschutz zu einer vollständigen Rechtsschutzversicherung. Diese hilft Ihnen auch bei verkehrs- und privatrechtlichen Streitigkeiten weiter. Erfahrene Juristinnen und Juristen beraten Sie bei Rechtsfragen kostenlos telefonisch. Visana offeriert die Rechtsschutzversicherung in Zusammenarbeit mit Protekta, einer Tochtergesellschaft der Mobiliar. Im Internet finden Sie weitere Informationen: www.visana.ch > Angebot > Rechtsschutz. Ihre Visana-Geschäftsstelle berät Sie gerne.

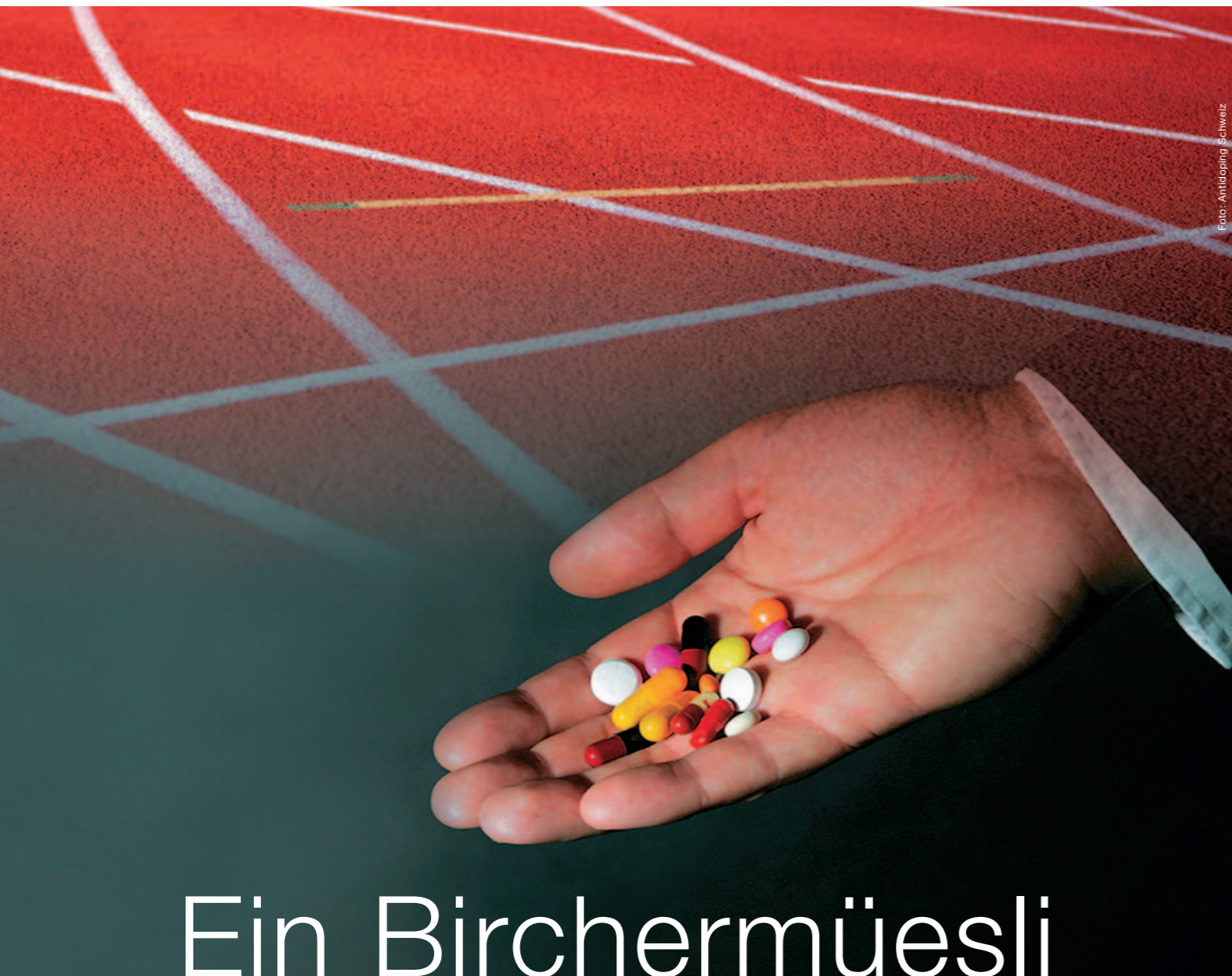


Foto: Antidoping Schweiz

Ein Birchermüesli reicht nicht allen

Visana gegen Doping. Gewinnen um jeden Preis – mit diesem Ziel greifen Spitzensportler zu verbotenen Substanzen. Und im Breitensport? Dort droht die Gefahr des Dopings und des Medikamentenmissbrauchs vor allem aus Unwissenheit. Daher unterstützt Visana Antidoping Schweiz seit 2009 in der Dopingprävention.

Was haben Alex Zülle, Oscar Camenzind, Urs Freuler, Martina Hingis und Brigitte McMahon gemeinsam? Richtig, alle waren sportlich sehr erfolgreich – Weltmeister, Weltnummer 1 oder Olympiasiegerin – und alle wurden im Verlauf ihrer Karriere eines Dopingvergehens überführt.

Den Dopingsündern auf der Spur

EPO, Cera, Anabolika und Blutdoping sind einige der bekanntesten Dopingmittel. Dopingkontrolleure und Spitzensportler liefern sich ein Katz-und-Maus-Spiel, wobei die Mäuse (die Sportler und ihre medizinischen «Berater») den Jägern oft noch einen Schritt voraus sind. In der letzten Zeit ist der «Vorsprung» aber sehr klein geworden.

Um Dopingsünder zu entlarven, braucht es personelle Ressourcen, Geld für neue Nachweisverfahren und flächendeckende Kontrollen. Die Durchführung einer Urinprobe kostet inklusive Material, Analyse und Personalaufwand rund 1000 Franken. Werden ergänzende Blutproben angeordnet, fallen zusätzlich rund 700 Franken an. Da die Mittel im Kampf gegen Doping knapp sind, wurden schweizweit bis jetzt nur Urinproben untersucht. 2009 wurde 1690 Mal im Training oder an Wettkämpfen getestet, hauptsächlich in den Sportarten Leichtathletik, Radsport und Ski. Bei 24 Proben (=1,5 Prozent) wurde ein Verstoss gegen die Dopingregeln festgestellt, was für die ertappten Sportlerinnen und Sportler eine Busse und eine Sperre zur Folge hatte.

Unkalkulierbares Gesundheitsrisiko

Gedopte Athleten setzen sich einem erhöhten, nicht genau kalkulierbaren Gesundheitsrisiko aus. Doping ist nicht nur deshalb verboten, weil es unethisch und unfair den Gegnern gegenüber ist sowie den ursprünglichen Werten des Sports (olympischer Gedanke, Sportsgeist) zuwiderläuft, sondern auch, weil es die Gesundheit der Sportler gefährdet. Es sind genügend dopingbedingte Todesfälle dokumentiert, welche seine Gefährlichkeit belegen. Zu den meisten Substanzen fehlen Langzeitstudien, weshalb die Auswirkungen auf den Körper nicht abschätzbar sind.

Breitensportler sind nicht gefeit vor Doping

Zu glauben, dass nur Spitzensportlerinnen und Spitzensportler zu verbotenen Mitteln greifen, wäre falsch. Auch im Breitensport reicht ein Birchermüesli als Energiequelle nicht allen. Dopingmittel werden in der Regel nicht bewusst eingesetzt, da die Kenntnisse zu den Dopingbestimmungen oft fehlen. Aber auch Hobbysportler können kontrolliert und bei Verstössen gegen die Dopingregeln gesperrt werden. Aus Kostengründen wird im Breitensport jedoch meistens auf Dopingkontrollen verzichtet.

Mehr Probleme verursachen Schmerzmittel, die besonders im Ausdauersport gezielt oder aus Unwissenheit eingesetzt werden. Der Griff zu Medikamenten erfolgt oft zu schnell. Diese können es Sporttreibenden erlauben, trotz Beschwerden einen Wettkampf zu bestreiten. Doch gerade das Unterdrücken von Schmerzen kann zu einer Verschlimmerung der Verletzung oder zu ernsthaften Schädigungen führen.

Aufklärung ist dringend nötig

In der Schweiz ist die Stiftung Antidoping Schweiz für die Dopingbekämpfung zuständig. Sie will auch im Breitensport über Doping und Medikamentenmissbrauch informieren. Ein entsprechendes Projekt wird von Visana unterstützt. Ziel des Projekts ist, Sporttreibende für einen verantwortungsvollen Umgang mit Medikamenten, Supplementen und ande-

ren Mittelchen zu sensibilisieren und das Wissen darüber zu erhöhen. Dabei soll der Gesundheitsaspekt des Sports hervorgehoben und einer «Dopingmentalität» entgegengewirkt werden. Mit Visana als Partner betreibt Antidoping Schweiz seit einem Jahr Aufklärung an grossen Sportveranstaltungen (Bieler Lauffest, Hallwilerseelauf, Engadin Skimarathon, Turnfeste, Gigathlon).

Die Kosten des falschen Medikamenteinsatzes oder des «Amateur-Dopings» sind nicht bezifferbar. Jede Erkrankung und jeder Todesfall verursachen jedoch Kosten. Um dieser Entwicklung im Breitensport vorzubeugen, setzt Visana mit ihrem Engagement in der Dopingprävention ein starkes Zeichen.

Stephan Fischer

Unternehmenskommunikation

Antidoping Schweiz

Die Stiftung Antidoping Schweiz ist das unabhängige Schweizer Kompetenzzentrum für Dopingbekämpfung. Sie wird vom Bund und von Swiss Olympic (Dachverband des Schweizer Sports) finanziert, erhält aber auch Unterstützung aus der Privatwirtschaft. Stiftungspräsidentin ist die ehemalige Skirennfahrerin Corinne Schmidhauser. Als Direktor amtiert Matthias Kamber, der bekannteste Schweizer Doping-Experte.

Auf der Basis der geltenden Vorschriften und Richtlinien ist Antidoping Schweiz massgeblich für die Dopingbekämpfung im Schweizer Sport verantwortlich. Dies geschieht mittels Kontrollen, Information und Prävention, Forschung, nationaler und internationaler Zusammenarbeit sowie weiterer Massnahmen für einen sauberen und fairen Sport. www.antidoping.ch



Was bringt die neue Spitalfinanzierung?

Ab 2012 werden Spitalaufenthalte anders abgerechnet und die Versicherten haben Spitalwahlfreiheit. Die Verrechnung von stationären Leistungen im Spital wird sich grundlegend ändern. Zudem erhalten Patientinnen und Patienten im Vergleich zu heute mehr Freiheiten bei der Spitalwahl.

Hintergrund dieser Entwicklung ist die von den eidgenössischen Räten gutgeheissene neue Spitalfinanzierung. Davon sind nicht nur die Kantone, Spitäler und Krankenversicherer, sondern auch alle Versicherten direkt betroffen.

Flächendeckende Einführung

2012 werden schweizweit in allen Akutspitälern diagnosebezogene Fallpauschalen eingeführt. Die Spitäler stellen nicht mehr wie früher die Verweildauer der Patienten in Rechnung, sondern eine Pauschale, die sich nach dem tatsächlichen Behandlungsaufwand richtet. Zur

Berechnung der Pauschale dient das DRG-System (siehe Kasten). Bereits heute rechnet rund die Hälfte aller Spitäler mit einem ähnlichen System ab, den sogenannten APDRG (All Patient Diagnosis Related Groups).

Mit anderen Worten: Heute müssen die Krankenversicherer häufig nicht nachvollziehbar zusammengesetzte Kosten übernehmen. Ab 2012 werden im Spital erbrachte Leistungen stattdessen anhand von Pauschalen verrechnet, die sich nach der medizinischen Diagnose richten.

Diagnosen bestimmen Rechnungsbetrag

Die SwissDRG AG fasst Diagnosen mit identischem Aufwand in Gruppen zusammen. Für einen Kniegelenkersatz wird ein Spital gemäss provisorischen Berechnungen ab 2012 beispielsweise rund 19 000 Franken, für eine Lungentransplantation 150 000 Franken erhalten.

Mit diesem Finanzierungsmodell wird Transparenz in die Spitalfinanzierung gebracht und die Leistungen der Spitäler werden vergleichbarer. DRG sind keine Sparmassnahme. Vielmehr sollen sie den Wettbewerb unter den Spitälern fördern und deren Qualität weiter erhöhen.

Spitalwahlfreiheit

Ebenfalls positiv zu erwähnen ist die für alle Patientinnen und Patienten ab 2012 geltende schweizweite Spitalwahlfreiheit, die auch für reine Grundversicherte gilt. Im Gegensatz zu heute braucht es keine Kostengutsprache des Kantons, um sich im Spital eines anderen Kantons behandeln zu lassen. Einzige Bedingung ist, dass dieses Spital auf der Spitalwahlliste des Standortkantons aufgeführt ist.

Vorsicht ist jedoch bezüglich der Kosten angebracht: Aus der Grundversicherung wird nur der maximal im Wohnkanton zu leistende Betrag bezahlt. Ist das Spital im Wahlkanton teurer, so hat die Patientin oder der Patient die Mehrkosten zu tragen. Deshalb empfehlen wir Versicherten, die nicht über eine Halbprivat- oder Privatversicherung verfügen, die Versicherung «Ganze Schweiz allgemein» beizubehalten oder abzuschliessen, da diese allfällige Mehrkosten deckt.

David Roten
Gesundheitsökonom

Was sind DRG?

DRG steht für Diagnosis Related Groups, also diagnosebezogene Fallkostenpauschalen in Akutspitälern. Die Behandlungen werden entsprechend ihrem Aufwand einer Gruppe zugeteilt. Diese fasst Behandlungen mit identischem Aufwand zusammen. Sobald die Patientin oder der Patient das Spital verlassen hat, wird anhand der Diagnose die Fallgruppe bestimmt.

Mit diagnosebezogenen Fallpauschalen wird jedem Spital für die gleiche Diagnose derselbe Betrag ausbezahlt. Günstigere Spitäler werden damit eine höhere Entschädigung als heute erhalten und so ihre Qualität zusätzlich verbessern. Dagegen werden vergleichsweise teurere Spitäler gezwungen, ihre Kosten zu senken. Das ist gut so. Denn warum sollen unnötige Spitalkosten weiterhin über Krankenkassenprämien und Steuern finanziert werden?

Brauchen Sie wirklich eine Annullierungskostenversicherung?

Wenn Sie im Ausland medizinische Hilfe brauchen, kann das schnell teuer werden. Vielerorts sind die Gesundheitskosten sehr hoch und durch die Grundversicherung nicht ausreichend gedeckt. Wenn Sie aber bei Visana eine der Zusatzversicherungen Ambulant, Basic oder Spital abgeschlossen haben, können Sie ohne Sorgen die Koffer packen – Sie sind für den Fall der Fälle gut versichert. Die Reiseversicherung Vacanza schützt Sie gratis und umfassend auf Reisen bis zu acht Wochen und übernimmt ausserhalb der Schweiz weltweit und ohne Beschränkung alle Pflege-, Arzt- und Spitalkosten, die die Grundversicherung nicht deckt.

Hilfe rund um die Uhr

Vacanza deckt aber noch mehr als nur die Gesundheitskosten im Ausland. Dank dem 24-Stunden-Soforthilfe-Service (Tel. +41 (0)848 848 855) erhalten Sie beispielsweise rund um die Uhr kompetent Auskunft und Unterstützung. Bei Rechtsstreitigkeiten unterstützt Sie die Ausland-Rechtsschutzversicherung bis maximal 100 000 Franken pro Fall.

Ihr Reisegepäck ist bis 2000 Franken pro Reise versichert und auf den Annullierungsschutz können Sie

bei der nächsten Ferienbuchung getrost verzichten: Vacanza übernimmt die Kosten bis 20 000 Franken, wenn Sie Ihre Ferien aus schwerwiegenden Gründen annullieren müssen.

Sollten Sie länger als acht Wochen unterwegs sein, können Sie den Vacanza-Schutz auf maximal ein Jahr ausdehnen. Weitere Informationen finden Sie im Internet: www.visana.ch > Angebot > Ausland > Reisen, oder fragen Sie Ihre Visana-Geschäftsstelle.

Senken Sie Ihr Diabetes-Risiko

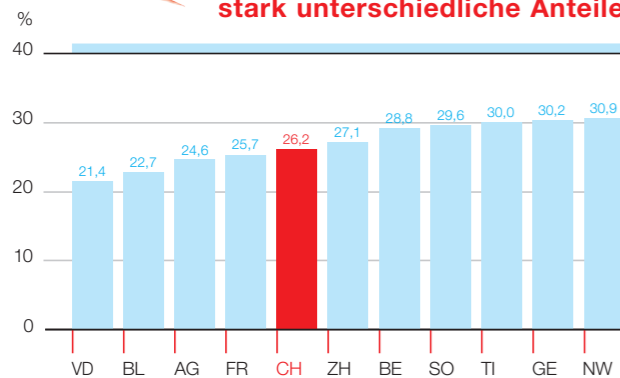
Übergewicht und Bewegungsmangel erhöhen das Risiko, an Diabetes Typ 2 zu erkranken. Die häufigste und keinesfalls harmlose Form der Zuckerkrankheit betrifft immer mehr jüngere Menschen. Wer sich im Alltag ausreichend bewegt und auf eine ausgewogene Ernährung achtet, fühlt sich nicht nur wohl, sondern reduziert auch sein Diabetes-Typ-2-Risiko.

action d ist ein schweizweites Projekt, das sich unter der Trägerschaft von Krankenversicherungen, darunter Visana, und der Gesundheitsförderung Schweiz gezielt der Diabetes-Prävention widmet. action d bietet verschiedene Kurse an, wo Sie mit Spass erleben, was Sie tun können, damit der «Zucker» nicht zum Problem wird.

Das Kursprogramm und die Durchführungsdaten finden Sie auf www.actiond.ch unter «Angebote». Dort können Sie sich direkt für die Kurse anmelden. Oder bestellen Sie die Unterlagen mit untenstehendem Talon.

Die aktuelle Grafik

Prämienverbilligung: kantonal stark unterschiedliche Anteile



Das Schweizer Gesundheitswesen wird immer mehr über Steuergelder finanziert. Da die Prämienlast aufgrund der stetig steigenden Leistungskosten von Jahr zu Jahr zunimmt, steigt auch der Anteil Personen, die Prämienverbilligungen beziehen. In einigen Kantonen erreicht dieser Anteil bald 50 Prozent. Gesamtschweizerisch beträgt der Anteil knapp 30 Prozent, d.h. fast ein Drittel der Bevölkerung. Durchschnittlich erhalten die Subventionsempfänger 1511 Franken. Die Kantone subventionieren ihre Bevölkerung allerdings sehr unterschiedlich: Während der Kanton Waadt die Prämien der Bezüger im Schnitt mit 2384 Franken subventioniert, bezahlt der Kanton Nidwalden bloss 707 Franken pro Empfänger. Der Subventionsbetrag betrug im Jahr 2008 insgesamt 3,4 Milliarden Franken (Quelle: BAG, ausgewählte Kantone).

Häufig gestellte Frage

Benötige ich eine Unfallversicherung oder bin ich über den Arbeitgeber versichert?

Wenn Sie weniger als acht Stunden pro Woche berufstätig sind, müssen Sie sich gegen Nichtberufsunfälle versichern. Wenn Sie hingegen mindestens acht Stunden wöchentlich für denselben Arbeitgeber arbeiten, sind Sie nach Unfallversicherungsgesetz (UVG) für Berufs- und Nichtberufsunfälle versichert. Somit können Sie die Unfalldeckung aus der Krankenversicherung ausschliessen. Sie profitieren dadurch von fünf Prozent Rabatt auf der Prämie für die obligatorische Krankenpflegeversicherung (Grundversicherung).

Auf www.visana.ch finden Sie weitere Informationen rund um die Kranken- und Unfallversicherung. Ihre Visana-Geschäftsstelle berät Sie gerne.

Wichtige Informationen

Haben Sie Fragen?

Bei Fragen zu Ihrer Versicherung können Sie sich jederzeit an Visana wenden. Telefonnummer und Adresse Ihrer Ansprechperson finden Sie auf Ihrer aktuellen Police. Bei Fragen zu Formularen finden Sie Erklärungen im Internet unter www.visana.ch > Privatpersonen > Service > Häufige Fragen > Fachliche Fragen.

Visana Assistance

Bei Notfällen im Ausland unterstützt Sie Visana Assistance während 24 Stunden an 7 Tagen: Telefon +41 (0)848 848 855. Sie finden diese Nummer auch auf Ihrer Versichertenkarte.

Kontakt Gesundheitsrechtsschutz

Schadenersatzansprüche beim Gesundheitsrechtsschutz können Sie unter Telefon 031 389 85 00 geltend machen.

Visana-Newsletter

Wenn Sie nie mehr einen Wettbewerb oder ein attraktives Club-Angebot verpassen möchten, können Sie auf www.visana.ch den kostenlosen Newsletter abonnieren.

Kurse von action d

Bitte senden Sie mir Unterlagen für folgende Kurse und Angebote ab Herbst 2010 (gewünschten Kurs und Ort bitte ankreuzen):

- Gewichtsreduktion mit neurolinguistischem Programmieren**
 Bellinzona Bern
- Kochen mit Lust**
 Bellinzona Bern Zürich Lausanne
- Ernährung und Bewegung mit Spass**
 Bern Luzern
- Aquafit-Kurs**
 Bellinzona Bern Luzern Zürich

Frau Herr

Name

Vorname

Strasse, Nr.

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Einsenden an action d, Postfach 8172, 3001 Bern.



«Nur wer wirklich ins Spital muss, gehört ins Spital»

Die Zusammenarbeit zwischen Spitälern, Ärzten und Pflege wird immer intensiver. Als Folge sieht Beat Straubhaar, CEO der Spital STS AG in Thun, eine noch bessere und professionellere Betreuung. Zum Wohl der Patientinnen und Patienten.

In unserem Gespräch zeigt sich Beat Straubhaar überzeugt, dass nur diejenigen Spitäler eine sichere Zukunft haben, welche in ein Netzwerk eingebunden sind.

VisanaFORUM: Wie sieht das Spital der Zukunft aus?

Beat Straubhaar: Die Versorgungsqualität spielt eine immer grössere Rolle. Entscheidend ist ein breites Angebot mit einer umfassenden Infrastruktur und genügend qualifizierten Mitarbei-

tenden – und zwar rund um die Uhr. Deshalb werden es Spitäler ohne entsprechendes Netzwerk schwer haben.

Kleinspitäler sind überflüssig?

Das Spital, das alleine oder mit Partnern ein Angebot in der verlangten Qualität erbringt, hat eine Zukunft.

Wofür braucht es lokale Spitäler?

Auch in Zukunft werden Grundleistungen lokal erbracht werden. Für komplexe Behandlungen braucht es jedoch eine entsprechende Infrastruktur. Der einweisende Arzt

wie auch die Patienten verlangen, dass das behandelnde Spital alle Voraussetzungen für eine optimale und qualitativ hochstehende Versorgung bietet.

Wie stellen Sie diese bei der STS sicher?

Wir verfügen über qualifizierte Mitarbeitende, eine zeitgemässe technische Infrastruktur und das Wissen, um in jedem Fall die richtige Diagnose und Behandlung sicherzustellen.

Auch bei komplexen Fällen?

Ja, auch dann. Unser Netzwerk erlaubt es, innert kurzer Zeit die nötigen Fachärzte beizuziehen. Unser Anspruch ist, dass keine unnötigen Wartezeiten entstehen.

Auch das Spital Thun bietet nicht alles an...

... deshalb verfügen wir über das entsprechende Netzwerk. Beispielsweise bei akuten Herzproblemen, die einen kathetertechnischen Eingriff erfordern, stellt das Spital Thun sicher, dass der Patient innert einer halben Stunde am Insepspital in Bern behandelt wird.

Die Vernetzung als zentraler Faktor?

Unbedingt. Das gilt für die gesamte Behandlungskette. Die Hausärzte sind in der Regel die ersten Ansprechpartner. Sie entscheiden zusammen mit den Patienten, wann ein Spezialist aufgesucht werden muss oder wann eine Behandlung im Spital notwendig ist. Das Spital übernimmt die stationäre Behandlung und stellt sicher, dass der Patient auch nach dem Austritt die notwendige medizinische Betreuung erhält – beim Hausarzt oder in der spitalexternen Pflege. Diese Vernetzung ist in Zukunft entscheidend.

Inskünftig werden Spitalbehandlungen nur noch über Fallpauschalen, die so genannten DRG, abgegolten (siehe Seite 18, die Red.). Was bringt das?

Unnötige Spitalaufenthalte werden vermieden, überflüssige oder doppelte Behandlungen werden nicht mehr bezahlt und müssen wegfallen. Die gesamte Betreuung wird somit effektiver.

Mit der Gefahr, dass Patienten zu schnell aus dem Spital entlassen werden?

Das kann sich kein Spital auf Dauer leisten. Die Abrechnung mittels DRG muss gewährleisten, dass der Patient auch nach dem Spitalaufenthalt richtig betreut wird. Durch den Hausarzt oder die spitalexterne Pflege.

Was sind die Vorteile für die Patienten?

Von der Vorabklärung über den Spitalaufenthalt bis zur Nachbehandlung erhalten die Patienten eine optimale Versorgung. Sie haben die Sicherheit, dass sie nur dann ins

«Lust auf Neues»

Stressabbau ist für Beat Straubhaar zentral für ein gesundes Leben. Neben der täglichen Velofahrt zur Arbeit heisst das für ihn, dass sich jeder ein Umfeld schaffen sollte, «um Meinungsverschiedenheiten anständig und offen auszutragen». Einen grossen Beitrag sieht Straubhaar in der steten Lust auf Neues: «Gewähr dazu bieten allein schon die jungen Mitarbeitenden im Spital, welche dafür sorgen, dass ich mich permanent mit neuen Ideen auseinandersetzen muss.» Entspannung findet Straubhaar auf Skitouren und beim Bergsteigen.

Zuständig für 170 000 Menschen



Beat Straubhaar ist CEO der Spital STS AG, welche die Spitäler Thun, Zweisimmen, Saanen und Erlenbach umfasst. Das regionale Spitalzentrum ist für die Versorgung von 170 000 Menschen im Berner Oberland zuständig und beschäftigt rund 1700 Mitarbeitende. Jährlich werden 20 000 stationäre und teilstationäre sowie 40 000 ambulante Patientinnen und Patienten betreut.

Spital müssen, wenn dies wirklich notwendig ist. DRG begünstigen diese Tendenz.

Zurück zur Spitalzukunft: Was erwartet uns?

Die Vernetzung zwischen Patient, Hausarzt und Spital wird noch enger. In Zukunft wird die Telemedizin eine neue Rolle spielen. Ein Szenario kann beispielsweise sein, dass Diabetiker künftig zu Hause im Internet ihren Zuckerwert eingeben. Das Spital oder der Hausarzt überprüfen die Daten und werden den Patientinnen und Patienten online die nötigen Anweisungen geben oder sie, wenn notwendig, zum Arztbesuch auffordern.

Interview:

Christian Beusch

Leiter Unternehmenskommunikation