



CKK. Mitten im Leben.

Miteinander

Erscheint vierteljährlich **MÄRZ 2024**



PB-PP | B-04915
BELGIE(N) - BELGIQUE

P912080
Postdepot: Lüttich X

Abs.: CKK - Chaussée de Haecht 579/40 - 1031 Brüssel



Künstliche Intelligenz Die Gesundheit der Zukunft?

**Meine
CKK**
Ihre Leistungen
2024

**Gesundheit
am Arbeitsplatz**
Die Rückkehr ins Arbeitsleben
nach dem Krebs

Verhütung
Ein Test sagt
Thromboserisiko voraus

Die CKK geht in den Wahlkampf...

Um ihren Teil zur Wahldebatte beizutragen, präsentiert die CKK ihre Vorschläge (Memoranden) für eine Verbesserung der Lebensqualität und des Zusammenlebens.

In nur wenigen Monaten, am 9. Juni, werden wir aufgefordert, unsere zukünftigen Vertreter und Vertreterinnen im föderalen Parlament, in den Regional- und Gemeinschaftsparlamenten, sowie im EU-Parlament zu wählen. Auch zwischen verschiedenen gesellschaftlichen Visionen werden wir eine Wahl treffen. Während jede Partei ihre politischen Prioritäten ausarbeitet, hat auch die CKK ihre eigenen festgelegt.

Aber warum erlauben wir uns, uns zu diesen politischen Fragen zu äußern?

In unserem Beruf als Sozialversicherer haben wir täglich zahlreiche Kontakte mit unseren Mitgliedern. Zahlreiche Lebenssituationen veranlassen uns dazu, uns zu fragen, wie wir auf die Politik einwirken könnten, um kollektive und strukturelle Lösungen zur Verbesserung der Lebensqualität dieser Bürgerinnen und Bürger zu finden. Durch unsere Erfahrungen im Alltag entwickeln wir ein Fachwissen, das uns dazu veranlasst, politische Vorschläge zu erarbeiten.

Gleichzeitig ist die Krankenkasse auch und vor allem eine soziale Bewegung. Viele unserer Mitglieder engagieren sich in den Gremien und Einrichtungen, die die Leitlinien der Krankenkasse festlegen, in den Projekten vor Ort, die wir im Bereich der Gesundheitsförderung und/oder -prävention durchführen, und in unseren sozialen Bewegungen (Alteo, Die Eiche und Ocarina). Zahlreiche Ehrenamtler bieten ihre Zeit für andere an und nutzen die Gelegenheit, einen kritischen Blick auf die Welt um uns herum zu werfen! Auch sie formulieren Bedenken und nützliche Vorschläge an die Politik. Darüber hinaus ist die CKK im sozialen Unternehmertum tätig. Durch Bedürfnisse, die von der Sozialversicherung nicht abgedeckt werden, neuen Problemen beim Zugang zu Gesundheitsleistungen und der fehlenden staatlichen Marktregulierung hat die CKK im Laufe ihrer Geschichte immer wieder Maßnahmen ergriffen, um den Bedürfnissen ihrer Mitglieder gerecht zu werden. So hat sie, meist zusammen mit anderen Akteuren, Netzwerke von sozialmedizinischen Einrichtungen geschaffen und ausgebaut.

All dies sind Bereiche unseres Lebens, in denen die Herausforderungen für unsere gemeinsame Zukunft von grundlegender Bedeutung sind. Auf der Grundlage der Signale, die wir von unseren Mitgliedern, Ehrenamtlern, Mitarbeitern, unserer Netzwerkdynamik und unseren Partnern erhalten, haben wir unsere Vorschläge an die Politik in drei „Memorandum-Dokumenten“ strukturiert, die Sie unter ckk-mc.be/wahlen-2024 einsehen können.

„Zahlreiche Lebenssituationen veranlassen uns dazu, uns zu fragen, wie wir auf die Politik einwirken könnten, um kollektive und strukturelle Lösungen zur Verbesserung der Lebensqualität der Bürger zu finden.“

Ihre CKK

Öffnungszeiten

unserer Geschäftsstellen

Eupen

- Kundenberatung: montags bis freitags von 9 bis 12:30 Uhr
- Empfang (ausschließlich Schnellschalter): montags, dienstags und mittwochs von 13:30 bis 17 Uhr
- Sozialdienst: freitags von 9 bis 12:30 Uhr

 Diese Geschäftsstelle ist ausnahmsweise geschlossen am Mittwoch, dem 20. März.

Kelmis

- Kundenberatung: montags von 13:30 bis 17 Uhr, dienstags, donnerstags und freitags von 9 bis 12:30 Uhr
- Sozialdienst: donnerstags von 9 bis 12:30 Uhr

Sankt Vith

- Kundenberatung: dienstags, mittwochs und freitags von 9 bis 12:30 Uhr
- Sozialdienst: freitags von 9 bis 12:30 Uhr

 Diese Geschäftsstelle ist ausnahmsweise geschlossen am Mittwoch, dem 20. März.

Büllingen

- Kundenberatung: dienstags von 9 bis 12:30 Uhr und von 13:30 bis 17 Uhr
- Sozialdienst: dienstags von 9 bis 12:30 Uhr

 Wir sind auch nach Terminvereinbarung zugänglich!

Inhalt

Aktuelles 4

Willkommen in der Miteinander
Im Urlaub krank oder verunglückt?
Meine CKK:
Ihre Leistungen für das Jahr 2024

Gesundheit 8

Künstliche Intelligenz:
die Gesundheit der Zukunft?

Gesellschaft 12

Die Rückkehr ins Arbeitsleben
nach dem Krebs

Zöliakie:
Welche Hilfen gibt es?


Verhütung:
ein Test sagt Thromboserisiko voraus

Ihre Region 16

Entdecken Sie zahlreiche Angebote
und Veranstaltungen in Ihrer Nähe!

So erreichen Sie uns

Kundenberatung

 087 32 43 33

 eupen@mc.be

Sozialdienst

 087 30 51 16

 sozialdienst@mc.be

Autonomie-Beratung

 087 32 43 39

 autonoME@mc.be

Senioren-Dienst

 087 30 51 42

 senioren@mc.be

Unser aktuelles Kontaktangebot können Sie jederzeit einsehen unter ckk-mc.be/kontakt

Miteinander

ckk-mc.be/miteinander
Erscheint vier Mal im Jahr

Verantwortlicher Herausgeber:
Alexandre Verhamme,
Chaussée de Haecht 579/40
1030 Brüssel

Einige Artikel sind übersetzt aus En Marche:
enmarche.be

Übersetzung: Friedhelm Keller,
Rachel Hurllet

Anpassung: Chiara Seca, Marc Langohr

Fotos: Adobe Stock

Grafische Gestaltung: Paf!

Druck: Myriad

Eine Frage oder ein Fehler in Ihrer
Postanschrift? Kontaktieren Sie
uns über ckk-mc.be/kontakt
oder rufen Sie uns an unter
087 32 43 33.



Aktuelles



Miteinander erscheint in neuem Design...

Herzlich willkommen bei der Informationszeitschrift der CKK!

Als Krankenkasse möchten wir Ihnen informative und relevante Inhalte präsentieren und über Aktuelles im Gesundheitswesen berichten, aber auch Ihr persönliches Wohlbefinden und Ihre Gesundheit in den Fokus rücken. Da uns Ihre Gesundheit am Herzen liegt, bereiten wir für Sie in dieser Zeitschrift stets eine breite Palette an Gesundheits- und Gesellschaftsthemen vor. Auf den letzten Seiten der Zeitschrift finden Sie aktuelle Angebote und Veranstaltungen in Ihrer Region, die Ihre Gesundheit und das Gemeinschaftsgefühl fördern.

Fortan erscheint unsere Krankenkassenzeitschrift vier Mal im Jahr (statt sechs Mal im Jahr), um Sie über aktuelle Gesundheitsthemen zu informieren. Für das Jahr 2024 sind die Ausgaben im März, im Mai, im September sowie im Dezember vorgesehen.

Lesen Sie alle Ausgaben auf ckk-mc.be/miteinander
Viel Freude beim Lesen!

Miteinander

Im Urlaub krank oder verunglückt?

Seit dem 1. Januar verliert ein Arbeitnehmer, der während eines Jahresurlaubs arbeitsunfähig wird, seine Urlaubstage nicht mehr¹. Er kann sie später unter zwei Bedingungen nehmen:

- Er informiert seinen Arbeitgeber unverzüglich über seinen Aufenthaltsort, wenn er sich nicht zu Hause befindet.
- Er legt dem Arbeitgeber innerhalb der normalen, im Unternehmen geltenden Frist eine

Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung vor. In dieser Bescheinigung muss die Arbeitsunfähigkeit, ihre voraussichtliche Dauer und die Frage, ob sich der Arbeitnehmer, im Falle einer Kontrolle, eventuell an einen anderen Ort begeben kann, erwähnt werden.

Der Arbeitnehmer, der seine Urlaubstage ab dem Ende des Zeitraums der Arbeitsunfähigkeit beibehalten möchte, muss dies spätestens bei der Zusendung der Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung bei seinem Arbeitgeber beantragen. Für die betreffenden Tage der Arbeitsunfähigkeit (auch während

des kollektiven Urlaubs) hat der Arbeitnehmer Anspruch auf Fortzahlung seines normalen Arbeitsentgelts (garantierter Lohn). Mit dieser neuen Gesetzgebung kann Belgien die europäische Richtlinie und Rechtsprechung erfüllen, die davon ausgehen, dass ein Arbeitnehmer mindestens vier Wochen Urlaub pro Jahr zur Erholung und Entspannung haben muss, was während eines Krankheitsurlaubs, der ausschließlich der Heilung und Genesung gewidmet ist, nicht der Fall ist.

¹ Gesetz vom 17. Juli 2023, das im Belgischen Staatsblatt vom 31. Juli 2023 veröffentlicht wurde.

Die Ostbelgienregelung (OBR) ist für weitere drei Jahre verlängert worden

Gute Neuigkeiten für die grenzüberschreitende Gesundheitsversorgung: Ende 2023 haben sich die ostbelgischen Krankenkassen dafür eingesetzt, die OBR bis Ende 2026 zu verlängern. Diese Regelung ermöglicht es den Bewohnern Ostbelgiens unter bestimmten Voraussetzungen grenzüberschreitende Gesundheitsleistungen in Anspruch zu nehmen.

Weitere Infos auf ckk-mc.be/ostbelgien-regelung

Einsamkeit: ein Gesundheitsrisiko

Wir haben während der Corona-Pandemie erlebt, dass ein Mangel an sozialen Kontakten großen Schaden anrichten kann... Die Auswirkungen auf die psychische und physische Gesundheit sind gravierend und werden noch zu wenig anerkannt, warnt die WHO, die gerade eine neue Kommission zum Thema soziale Bindungen eingerichtet hat. Ziel: Sie zu einer Priorität der öffentlichen Gesundheit zu machen und Wege zu entwickeln, um die Bindungen in unserer Gesellschaft zu stärken. Wie die Organisation betont, sind gesellschaftliche Isolation und das Gefühl der Einsamkeit wichtige Risikofaktoren für einen vorzeitigen Tod, ebenso wie Rauchen oder Alkoholmissbrauch. Sie werden insbesondere mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Verbindung gebracht. Einsamkeit ist keineswegs auf ältere Menschen beschränkt, sondern betrifft weltweit schätzungsweise 25% der Erwachsenen, aber auch 5-15% der Teenager. Die Folge sind Schwierigkeiten bei der Integration in die Gesellschaft auf den Ebenen Bildung, Beschäftigung usw.



Radiologie: bessere Tarifsicherheit

Von nun an ist sichergestellt, dass ein Patient, der an einem Wochentag während der Bürozeiten ein Krankenhaus aufsucht, um sich einer Computertomografie oder einer Kernspintomografie zu unterziehen, den offiziellen Tarif bezahlt.



Seit dem 4. Dezember¹ dürfen Krankenhäuser nämlich keine Honorarzuschläge mehr für schwere bildgebende Verfahren² berechnen, die unter der Woche vor 18 Uhr ambulant (außerhalb eines Krankenhausaufenthalts) durchgeführt werden. Das Verbot gilt auch im Falle eines medizinischen Notfalls. Diese Maßnahme wurde vom föderalen Gesundheitsminister Frank Vandenbroucke beschlossen, nachdem er festgestellt hatte, dass in

mehreren Krankenhäusern bestimmte radiologische Untersuchungen nicht mehr zu den vereinbarten Tarifen angeboten werden. Eine große finanzielle Hürde für den Zugang zur Gesundheitsversorgung. Dennoch wird „die schwere medizinische Ausrüstung (MRT- und PET-Geräte) zum größten Teil von der öffentlichen Hand finanziert“, erinnert der Minister. Das Verbot ist jedoch nicht absolut. Krankenhäuser dürfen übertarifliche Honorare (für Radiologen die nicht nach Kassentarif arbeiten) berechnen, wenn die Leistung auf ausdrücklichen Wunsch des Patienten zwischen 18 Uhr und 8 Uhr sowie an Wochenenden und Feiertagen erbracht wird. Der Patient muss über die finanziellen Folgen informiert worden sein und seine Zustimmung schriftlich in einem unterschriebenen Dokument gegeben haben, von dem er vor der Leistung ein Exemplar erhält. Von nun an muss jedes Krankenhaus den Patienten garantieren, dass sie eine schwere bildgebende Untersuchung zu den offiziellen Tarifen durchführen lassen können, und zwar innerhalb der wissenschaftlich empfohlenen Frist je nach ihrer Erkrankung. Der Minister beabsichtigt, die Anzahl der MRT-Geräte zu erhöhen, um eine Überbelegung mit CT-Scans zu vermeiden, obwohl die Strahlenbelastung gesundheitsschädliche Auswirkungen hat (was bei MRT-Geräten nicht der Fall ist).

¹ Gesetz vom 13. November 2023 über verschiedene Bestimmungen im Gesundheitsbereich, erschienen im Belgischen Staatsblatt vom 24. November 2023.

² CT-, PET-, PET-CT-, PET-MRT-, SPECT-CT- und MRT-Untersuchungen.

Ihre CKK-Vorteile und Leistungen für 2024

Höhere Erstattungen Ihrer Zahnpflege! Und weiterhin: Krankenhausaufenthalt, Brillen und Kontaktlinsen, Verhütung, Sport...



Entdecken Sie die Einzelheiten zu den Leistungen und die Voraussetzungen für die Erstattungen unter ckk-mc.be/vorteile.



Im Alltag, für alle

Sport und Ernährungsberatung

40 € pro Jahr für Ihr Sportabonnement oder Ihre Kosten bei einem Ernährungsberater oder -mediziner (neu).

Verhütung

Bis zu 50 € pro Jahr für jede Art von Verhütungsmitteln (Pille, Pflaster, Kondome...) und 150 € alle drei Jahre für eine Spirale oder ein Implantat.

Optik

Bis zu 120 € alle drei Jahre für Ihre Brille oder Kontaktlinsen (oder jedes Jahr bei einer Dioptrieänderung um mindestens 0,5), nach Verordnung eines Augenarztes.

Außerdem erhalten Sie bei unserem Partner Qualias eine Ermäßigung von 20 % für den Kauf einer Brille (für Kinder unter 18 sogar 40 %!) oder eine zweite Brille gratis und eine Ermäßigung von 10 % auf Kontaktlinsen.

Erstattung von 100 € pro Auge für Laserbehandlungen.

Ermäßigungen bei Qualias

Ermäßigungen von 15 % für den Kauf von medizinischen Hilfsmitteln (30 % für Inkontinenzprodukten) und 50 % für die Ausleihe, zusätzlich zur Optik-Erstattung.

Psychologie

20 € pro Sitzung, bis zu 360 € pro Jahr für Beratungen beim Psychologen oder Orthopädagogen (neu).

Impfungen und Desensibilisierungsmittel

25%ige Erstattung der Kosten zu Ihren Lasten, bis zu 25 € pro Jahr.

Osteopathie

10 € pro manuelle ärztliche oder osteopathische Behandlung, bis zu 70 € pro Jahr.

Erste-Hilfe-Kurs

Erstattung von 80 % der Kosten für Erste-Hilfe-Schulungen durch das Belgische Rote Kreuz.



Geburt und Adoption

Geburt oder Adoption

Geburtsprämie in Höhe von 350 €, gilt bei Mehrlingsgeburten für jedes Kind.

Schwangerschaftsgeschenk

Die CKK und ihr Partner Qualias schenken Ihnen ein **Doomoo-Stilkissen** oder einen **50 €** Einkaufsgutschein, einlösbar in den Qualias-Geschäften.

Die CKK begleitet Sie...

- Medizinisch unterstützte Fortpflanzung: Kostenbeteiligung in Höhe von **200 €** pro Zyklus, bis zu sechs Zyklen.
- Schwangerschaft: Infos zu den Formalitäten und Gesundheitstipps in der App **Baby&MAMA** (Bébé&MOI).
- Entbindung: maximal **275 € zu Ihren Lasten** im Krankenhaus (Zweibettzimmer); 150 € bei einer Hausgeburt oder in einem Geburtshaus.
- Babyausstattung bei Qualias: profitieren Sie von Ermäßigungen beim Kauf oder Ausleihen von Säuglingspflegeartikeln (Aerosol, Milchpumpe, Babywaage...).



Für Ihre Kinder (0-18)

Leistungen 0-18

Erstattung der gesetzlichen Eigenanteile für Beratungen bei Allgemeinmedizinerinnen, Fachärzten, Kieferorthopäden, Kinesiotherapeuten, Logopäden und Krankenpflege für Kinder unter 18 Jahren (mit einer allgemeinen medizinischen Akte).

Logopädie

Nach Genehmigung des Vertrauensarztes: Erstattung der Logopädie-Sitzungen (siehe Vorteil Leistungen 0-18) oder Kostenbeteiligung von 10 € pro Sitzung (bis zu **2 x 75 Sitzungen**), für die keine Kostenerstattung der Pflichtversicherung vorgesehen ist. Kostenbeteiligung von 20 € für den IQ-Test (bei Sprachstörungen oder Sprachentwicklungsstörungen).

Psychomotorik

10 € pro ärztlich verordneter Sitzung, bis zu **75 Sitzungen** pro Jahr, ohne Altersbeschränkung.



Zahnpflege

Die Absicherung **Denta-Solidar** ist bereits in Ihrem Mitgliedsbeitrag enthalten. Im Jahr 2024 genießen Sie noch höhere Erstattungen, weiterhin ohne medizinischen Fragebogen, ohne ärztliche Untersuchung und ohne Wartezeit!

Kieferorthopädie - NEU!

- **100 €** für vorzeitige Kieferorthopädie
- **500 €** für klassische Kieferorthopädie (1000 € bei besonderen Erkrankungen)
- Erstattung der Beratungen, inklusive gesetzlicher Eigenanteil (siehe Vorteil Leistungen 0-18)

Prothesen und Implantate - NEU!

200 € für eine herausnehmbare Prothese vor dem Alter von 50 Jahren, einer Krone, einer Brücke oder eines Zahnimplantates, für die keine Erstattung der Pflichtversicherung vorgesehen sind. Diese Leistung ist jetzt alle drei Jahre erneuerbar.



Ferien

Medizinischer Reisebeistand im Ausland Mutas

Rund um die Uhr erreichbar unter +32 22 72 09 00. Erstattung der Kosten, die **200 €** übersteigen (maximal 60 € Selbstbehalt). Die Liste der abgedeckten Länder finden Sie unter ckk-mc.be/mutas. Gilt weltweit für Jugendliche, die noch Kindergeld beziehen!

Ferienlager und -kurse: bis zu 100 €!

Für Kinder und Jugendliche (zwischen 2,5 und 18 Jahren) ist eine Erstattung von 4 € pro Tag vorgesehen, **bis zu 100 €** pro Jahr für Aufenthalte, Lager und Kurse während der Schulferien (die nicht von Ocarina organisiert werden).

Ocarina-Ferien (7-17 Jahre)

Ermäßigung in Höhe von 170 € pro Jahr für einen Ferienaufenthalt mit Ocarina (270 € für Personen, die Anspruch auf die erhöhte Kostenerstattung (EKE) haben) und **5 € pro Tag** (8 € für Personen, die Anspruch auf die EKE haben) für Ocarina-Ferienanimationen, ab **2,5 Jahren**.



Krankenhausaufenthalt

Die Krankenhausabsicherung **Hospi-Solidar** ist in Ihrem Mitgliedsbeitrag enthalten, ohne medizinischen Fragebogen, ohne ärztliche Untersuchung und ohne Wartezeit! **Sie zahlen maximal 275 €** pro Aufenthalt im Zweibettzimmer, maximal 550 € pro Jahr. Ohne Selbstbehalt für Kinder unter 18.

Schwere und/oder kostspielige Krankheit

Für zahlreiche Krankheiten erhalten Sie einen Festbetrag in Höhe von **150 €** und eine Kostenbeteiligung in Höhe von **0,15 €/km** für Ihre Transporte zu oder von einem Krankenhaus (oder einer Einrichtung, die von einem Krankenhaus abhängt), zusätzlich zu den anderen Erstattungen der CKK.

Genesungsaufenthalt

Kostenbeteiligung **bis zu 85 %** in den Kurhäusern Spa, Nieuwpoort und Zandhoven: 102,46 € pro Tag oder 123,32 € für Personen mit Anspruch auf die erhöhte Kostenerstattung (EKE) (die ersten 30 Tage), danach 68,30 € oder 106,24 € pro Tag (für weitere 30 Tage). Zusätzliche Kostenbeteiligung in Höhe von **25 € pro Tag** für den begleitenden pflegenden Angehörigen, 14 Tage pro Jahr.

In anderen Häusern wird unter bestimmten Voraussetzungen eine Kostenbeteiligung von **15 € pro Tag** gewährt (bis zu zwei Aufenthalte von 10 Tagen alle 2 Jahre).

Dringender Transport

Für jeden dringenden Einsatz (über die 112): **maximal 70,92 € eigene Kosten** mit dem Krankenwagen und **450 €** mit dem Hubschrauber. Für einen dringenden Transport (unter bestimmten Voraussetzungen), **maximal 75 € Selbstbehalt**.

Nicht dringender Transport

Beteiligung an den Kosten Ihres Krankentransports zu oder von einem Krankenhaus (oder einer Einrichtung, die von einem Krankenhaus abhängt): **0,50 €/km** mit einem leichten Sanitätsfahrzeug (LSF) oder einem Fahrzeug, das für den Transport von Personen mit eingeschränkter Mobilität (PEM) geeignet ist; **1,50 €/km** mit dem Krankenwagen.

Autonomie und häusliche Versorgung

Kostenlose Begleitung

Unsere Autonomie-Beraterin unterstützt Sie dabei, maßgeschneiderte Lösungen und Hilfen zu finden. Unser Partner Solival berät alle von Autonomieverlust betroffenen Personen bei der zweckmäßigen Gestaltung ihrer Wohnung.

Krankenpflege

Die gesetzlichen Eigenanteile für Ihre häusliche Krankenpflege (ausgerichtet von Vivadom, Partner der CKK) werden zu **100% erstattet**.

Hygienemaßnahmen

Erstattung von **bis zu 5 € je Pflegeeinheit**, wenn Sie für Ihre Körperpflege die Dienste eines CKK-Partners in Anspruch nehmen (Leistungsverzeichnis T2).

Verschnaufpause

Kostenbeteiligung von **bis zu 250 €** pro Jahr für die Betreuung einer von Autonomieverlust betroffenen Person, durch bestimmte Dienste für häusliche Krankenwache, für Kurzeitaufenthalte oder für Aufenthalte in einer Tagespflege- oder Betreuungsstätte

Notrufsystem, rund um die Uhr

Kostenbeteiligung von 4 € pro Monat, d.h. 48 € pro Jahr für die Abonnementgebühr eines Vitatel-Notrufgerätes bzw. eines Notrufgerätes über das ÖSHZ Ihrer Gemeinde. ●

Die Leistungen unterliegen der CKK-Satzung, vorbehaltlich der Zustimmung des KAK.

Ihr Beitrag

Durch die Zahlung Ihrer Beiträge haben Sie und Ihre mitversicherten Personen Anspruch auf alle Leistungen der CKK. Im Jahr 2024 beläuft sich der Beitrag auf **14,25 €** pro Monat und pro eigenständig versicherte Person. Je nach von Ihnen gewählter Zahlungsrhythmus zahlen Sie also

- 42,75 € vierteljährlich (Anfang des Jahres, April, Juli und Oktober)
- 85,5 € halbjährlich (Anfang des Jahres und Juli)
- 171 € jährlich



Weitere Auskünfte unter ckk-mc.be/beitraege.

KI, ein Plus für die Gesundheit?

Die künstliche Intelligenz (KI) scheint in aller Munde zu sein, bleibt jedoch ein undeutliches Konzept. Worum geht es und welche Anwendungen gibt es im Gesundheitsbereich?

Text: Barbara Delbrouck, Übersetzung: Rachel Hurlet

Die Dermatologin Françoise verwendet seit kurzem eine App, mit der sie - mit Zustimmung des Patienten - ihre Beratungen aufzeichnen kann. Am Ende der Sprechstunde erstellt die App automatisch einen Protokollentwurf, der die wichtigsten Punkte zusammenfasst: Grund des Besuchs, laufende Behandlungen, körperliche Untersuchung, Verordnung, nächster Termin... Sie kann auch einen Entwurf für eine Folge-E-Mail an den behandelnden Arzt sowie an den Patienten vorbereiten. „Das ist unglaublich!“ freut sich die Ärztin, die dadurch Zeit spart und ihre Beratungen besser nachverfolgen kann. „Ich lese immer nach, aber das ist eine gute Grundlage. Die Patienten, denen ich den vereinfachten Bericht geschickt habe, sind ebenfalls sehr zufrieden.“ Aus Umfragen über KI im Gesundheitswesen bei belgischen Krankenhäusern und Allgemeinmediziner*innen geht hervor, dass viele Ärzte an ihrem Potenzial interessiert sind, ihre Arbeit zu erleichtern und die Qualität der Patientenversorgung zu verbessern. Die KI kann dabei helfen, den Verwaltungsaufwand zu verringern, ihre Versprechen gehen jedoch weit darüber hinaus...

Aber was genau ist die KI?

Das Konzept der künstlichen Intelligenz ist umso schwerer zu verstehen, als es Gegenstand von Expertendiskussionen ist. Nach den Definitionen, die von den europäischen Instanzen im Rahmen ihrer Regulierung heftig diskutiert wurden, wären die Hauptmerkmale von Software, die als KI bezeichnet werden kann, die Fähigkeit, auf der Grundlage der Analyse von Daten, die in ihrer physischen oder digitalen Umgebung gesammelt wurden (Text, Bilder, Ton...), zu lernen, zu argumentieren und Modelle zu erstellen, im Rahmen eines vom Menschen definierten Ziels. Sie generiert dann Inhalte, Vorhersagen, Empfehlungen oder Entscheidungen, die sich auf ihre Umgebung auswirken. Sie verfügt ebenfalls über eine gewisse Autonomie und kann ohne menschlichen Eingriff funktionieren. „Bei bestimmten Aufgaben, bei denen der Mensch keine genaue Vorstellung davon hat, wonach er sucht, kann es sinnvoll sein, das System weniger zu beaufsichtigen“, erklärt Dr. Giovanni Briganti, Arzt und Inhaber des Lehrstuhls für künstliche Intelligenz und digitale Medizin an der Universität in Mons. „Wie z.B. in einer Datenbank von Patienten mit einer bestimmten Erkrankung zu erkennen, ob es „Gruppen“ von Patienten gibt, die miteinander in Verbindung gebracht werden können, die sich in der Art und Weise, wie ihre Erkrankung auftritt, ähneln.“

Gesundheit: Zahlreiche Anwendungen

Mangel an Pflegepersonal, die Notwendigkeit, eine präventive Medizin zu entwickeln... Die Herausforderungen im Gesundheitssektor sind zahlreich. Die Nutzung von KI könnte ein Weg sein, um darauf zu reagieren, da sie auf verschiedenen Ebenen Unterstützung bietet:

- Administrative Hilfe: Verwaltung von Akten, Terminen, Krankenhausorganisation, Planung von Operationssälen...
- Unterstützung bei der Diagnose: insbesondere durch die gründliche Analyse von medizinischen Bildern
- Prädiktive Medizin: Vorhersage einer Krankheit oder ihres Verlaufs auf der Grundlage der Analyse verschiedener Patientendaten (DNA, Lebensstil...)
- Fernüberwachung von Patienten, z.B. bei Herzstörungen: die Parameter des Patienten werden kontinuierlich an ein Programm gesendet, das den Arzt bei Gefahr alarmiert oder Anpassungen der Behandlung vorschlägt
- Unterstützung der Präzisionsmedizin, mit Hilfe von Operationsrobotern
- Forschung: Entdeckung neuer Behandlungsmethoden, durch die Analyse Tausender wissenschaftlicher Hypothesen, Daten aus klinischen Studien...
- Öffentliche Gesundheit: bessere Planung der Gesundheitspolitik, Verfolgung des Verlaufs einer Pandemie, Rückverfolgung von Ansteckungsherden...

Wie ist der Stand in Belgien?

Auf politischer Ebene ist die Begeisterung für das KI-Potenzial groß. Seit drei Jahren gibt es eine nationale Strategie zur Entwicklung der KI, die von der föderalen Regierung eingeleitet wurde (*AI4Belgium*), mit einer wichtigen Gesundheitskomponente (*AI4Health*). „Belgien ist bei der KI im Gesundheitswesen Spitzenreiter und hat das Zeug dazu, eine führende Rolle zu übernehmen“, meint Dr. Briganti, der auch die Arbeitsgruppe *AI4Health* leitet. „In der Wallonie arbeiten mehr als 700 Forscher an Projekten im Zusammenhang mit künstlicher Intelligenz, von denen schätzungsweise mindestens ein Drittel den Gesundheitsbereich betrifft.“ Es handelt sich meist um Pilot- oder Forschungsprojekte aber in letzter Zeit wurden mehrere große Initiativen gestartet. Im Universitätskrankenhaus von Charleroi-Chimay wurde im Rahmen des EU-Projekts *TEF-Health*, das auf eine Entwicklung eines Netzwerks von Test- und Experimentierinfrastrukturen abzielt, ein KI-Programm in der Intensivstation eingerichtet. Dank der kontinuierlich aufgezeichneten Patientenparameter verfügt diese Abteilung über eine Fülle von Daten, die es mithilfe der KI-Algorithmen ermöglichen könnten, vorherzusagen, wie sich der Zustand des Patienten verändert, und Modelle für den Krankheitsverlauf zu erstellen. Eine weitere Initiative ist das wallonische Projekt *MedResyst*, an dem fünf französischsprachige Universitäten beteiligt sind und das eine Vielzahl von KI-Projekten umfasst.

KI wird den Ärzten beigebracht

Angesichts dieses Aufwuchs um die KI scheint die Ausbildung von Ärzten unumgänglich. Der Mangel an Wissen wurde übrigens von Ärzten in Umfragen hervorgehoben. Aber auch auf dieser Ebene sind die

Linien in Bewegung, denn im vergangenen Jahr wurde eine interuniversitäre Bescheinigung für KI in Medizin und digitaler Gesundheit geschaffen, die auf großen Anklang stößt. Sie wird gemeinsam von der ULB und der U-Mons durchgeführt und richtet sich an Gesundheitsfachkräfte im weitesten Sinne: Ärzte, Krankenpfleger... Auch an mehreren französischsprachigen Universitäten werden Kurse in den Lehrplänen für angehende Ärzte eingerichtet.

Welche Risiken?

Die KI weckt im Gesundheitswesen auch viele Ängste, insbesondere in Bezug auf den Schutz von Patientendaten und den Platz, den diese Technologien bei medizinischen Entscheidungen einnehmen werden (siehe Artikel auf Seite 10). Im Mai dieses Jahres forderten im *British Medical Journal* Ärzte und Gesundheitsexperten, die Entwicklung von KI einzustellen, bis es eine echte internationale Regelung gibt. Sie betonen, wie wichtig es ist, sich die Zeit zu nehmen, um Risiken zu bewerten, während die Welt sich auf den Nutzen konzentriert. „Es ist von entscheidender Bedeutung, dass die Modelle auf wissenschaftlicher Ebene ordnungsgemäß validiert werden, bevor sie eingesetzt werden“, bestätigt Dr. Briganti. Auf europäischer Ebene wird derzeit der *AI Act* eingeführt, um seine Verwendung zu regeln, mit unterschiedlichen Vorschriften, je nachdem, wie hoch das Risiko für die Bürgerrechte ist. Es wird sich zeigen, ob sie ehrgeizig genug sind... und richtig umgesetzt werden. ■

Belgien ist bei der KI im Gesundheitswesen Spitzenreiter und hat das Zeug dazu, eine führende Rolle zu übernehmen.



Ein **Algorithmus** ist eine Folge von Anweisungen, um eine Aufgabe zu erfüllen. EDV-Programme sind Algorithmen, da sie aus Folgen von Anweisungen bestehen, die den Maschinen sagen, was sie wie tun sollen.

Machine Learning ist ein Algorithmus, der Maschinen die Fähigkeit verleiht, aus den Daten, die sie erhalten, zu lernen (indem sie selbst Regeln ableiten) und sich mit zunehmender Erfahrung zu verbessern.

Deep Learning ist eine der vielversprechendsten Techniken des *Machine Learning*. Es basiert auf einer Architektur aus künstlichen, neuronalen Netzen, die dem Gehirn nachgeahmt sind. Der Begriff „deep“ (tief) bezieht sich auf die vielen Datenschichten, die miteinander verknüpft werden und es der Maschine ermöglichen, komplexe Konzepte zu integrieren.

Große Sprachmodelle sind Algorithmen des *deep learning* die auf große Datenmengen trainiert sind, um menschliche Sprache zu verstehen und zu erzeugen.

Sie haben die Schaffung von hochentwickelten **Dialogsystemen** (*Chatbots*) wie chatGPT ermöglicht, denen man alle erdenklichen Anfragen stellen kann: Informationsanfragen, Inhaltsverfassung...

Wenn man heute von **künstlicher Intelligenz** spricht, sind dabei häufig Algorithmen des *deep learning*, gemeint, die u.a. bei der Bild- und Spracherkennung sowie der Sprachverarbeitung große Fortschritte gemacht haben.

Guten Tag, Doktor KI!

Künstliche Intelligenz wird bereits in der Medizin eingesetzt. Es ist nur eine Frage der Zeit - und einige machen sich bereits an die Arbeit! - bis sie auch in den Arztpraxen einzieht... und diese ersetzt? Es bleibt abzuwarten!

Text: Candice Leblanc, Übersetzung: Rachel Hurler

Das medizinische Fachgebiet, das durch das Aufkommen des maschinellen Lernens¹ derzeit am stärksten betroffen ist - und vielleicht auch am meisten bedroht! - ist zweifellos die medizinische Bildgebung (Radiologie, Nuklearmedizin). Nach der Entwicklung von Maschinen, mit denen man immer genauer in den Körper „hineinschauen“ kann, haben Ingenieure und Informatiker Algorithmen entwickelt, die anhand von Tausenden von Beispielen lernen können, Anomalien - z.B. (prä-) krebsartige Läsionen auf der Haut oder im Dickdarm - aufzuspüren und zu erkennen. „Diese *Machine-Learning*-Programme trainieren mit mehr Bildern und Daten, als ein Arzt in seinem ganzen Leben je sehen oder zur Kenntnis nehmen könnte“, erklärt Celine Vens, Professorin für Informatik und *Machine Learning* an der medizinischen Fakultät der KU Leuven. „Diese Technologie wird auch immer erfolgreicher bei der Vorhersage von Risiken - z.B. kardiovaskuläre Risiken.“ Dadurch können ggf. Maßnahmen vorgeschlagen werden, um sie zu verringern, den Ausbruch der einen oder anderen Krankheit zu verhindern oder zumindest zu verzögern.

Auf dem Weg zu einer prädiktiven Medizin

Das ist das Ziel der sogenannten prädiktiven Medizin, die durch maschinelles Lernen technisch ermöglicht wird und den Weg zu einem präventiven statt heilenden Ansatz im Gesundheitswesen ebnet. Aber nicht nur! Überall auf der Welt zielen Forschungsprogramme in verschiedenen medizinischen Fachgebieten auf die Entwicklung von Hilfsmitteln für die Diagnose oder die Wahl der Therapie ab.

Das ist keine Zukunftsmusik mehr: Diese Computerprogramme sind theoretisch in der Lage, vorherzusagen, wie eine Person auf eine bestimmte Behandlung reagieren wird (oder nicht). In der Onkologie ist dies bereits der Fall: Ärzte können dieses oder jenes Medikament vorschlagen, auf der Grundlage der genetischen Eigenschaften bestimmter Krebszellen. Auch wenn diese Vorhersagen durch all das, was über eine so komplexe und heterogene Krankheit wie Krebs noch zu entdecken ist, noch begrenzt sind, besteht kein Zweifel daran, dass wir mit zunehmendem Wissenszuwachs die medizinische KI „füttern“ können.

Wird die KI den Arzt ersetzen?

In allen Bereichen, in denen sich die KI entwickelt, stellt sich unterschwellig die Frage nach dem (zukünftigen) Platz des Menschen und seiner möglichen Ersetzung durch die Maschine. Die Medizin bildet hier keine Ausnahme. Angesichts ihrer Leistungsfähigkeit und der atemberaubenden Geschwindigkeit, mit der sich diese Technologien entwickeln, können wir uns ernsthaft fragen, ob wir morgen nicht mehr von einem Arzt, sondern von einer künstlichen Intelligenz betreut und gepflegt werden. „Das glaube ich nicht,“ meint Prof. Vens. „Das maschinelle Lernen wird den Arzt nicht ersetzen. Und nicht nur aus ethischen Gründen oder aus reinem Humanismus. Man sollte die Fähigkeiten dieser Technologien nicht überbewerten oder fantasieren. Zunächst einmal hängt die Qualität des von der KI entwickelten Modells oder Tools in erster Linie von dem Datenbestand ab, aus dem ihr Algorithmus gebildet wird. Sicherlich kann KI mehr

Informationen verarbeiten, als ein Mensch jemals verarbeiten kann, und das in Rekordzeit und ohne jemals müde zu werden. Das heißt jedoch, dass, wenn dieser Datensatz verzerrt oder voreingenommen ist, wird auch die Anwendung von KI verzerrt oder voreingenommen sein.“

Zweitens gibt es Informationen, auf die die Maschine nicht von vornherein Zugriff hat, der Arzt hingegen schon: Was er erfährt oder entdeckt, wenn er seinen Patienten oder seine Patientin befragt (die sogenannte Anamnese) und untersucht (die klinische Untersuchung). In der Dermatologie kann eine KI z.B. eine Läsion anhand eines Fotos erkennen. Der Computer

kann sie jedoch nicht abtasten oder die Person fragen, wie lange die Läsion schon besteht, wie sie sich entwickelt hat, ob sie schmerzt oder juckt, ob Eltern oder Geschwister sie auch schon hatten... All dies sind Fragen, die ein Hautarzt sicherlich stellt! Außerdem müssen die vom KI vorgeschlagenen Ergebnisse interpretiert und/oder in einen Kontext gestellt werden. Die Maschine kann zwar ein Risiko vorhersagen, aber es handelt sich dabei immer nur um Statistiken. So weiß man in der Genetik, dass bestimmte Varianten das Risiko erhöhen, gewisse Krankheiten zu entwickeln. Aber nichts ist jemals 100% sicher, weder in die eine noch in die andere Richtung. „Und bei jeder Untersuchung gibt es immer falsch positive und falsch negative Ergebnisse“, erklärt Dr. Quentin Mary, Präsident der *Société scientifique de médecine générale* (wissenschaftliche Gesellschaft für Allgemeinmedizin). „Sicherlich kann sich die KI als gutes Hilfsmittel bei

der Diagnose oder Therapiewahl erweisen, aber mit ihren Grenzen und ihrer potenziellen Fehlerquote.“ Es ist ein bisschen wie *Google Translate*: Die Übersetzung, die das Programm vorschlägt, ist selten perfekt und wir müssen oft umformulieren oder sogar Passagen korrigieren.

Ein Werkzeug, das validiert... und dessen Anwendung gelernt werden muss

Eine weitere Schwierigkeit, die es zu überwinden gilt, ist die tatsächliche Einführung dieser Technologien in den medizinischen Alltag. „Es gibt einen großen Unterschied zwischen den Forschungsprojekten, die sicherlich zahlreich und vielversprechend sind, und ihrer Zertifizierung“, erklärt Prof. Vens. „Denn es ist eine Sache, Algorithmen zu erstellen und maschinelles Lernen unter den idealen und perfekt kalibrierten Bedingungen der Forschung zu verwenden. Eine andere ist es, die Leistungsfähigkeit der KI im echten Leben, vor Ort, in großem Maßstab zu beweisen, sie von den Behörden bestätigen zu lassen und sie in bestehende Systeme zu implementieren!“ Dr. Mary stimmt zu: „KI wird nur dann einen wirklichen Mehrwert in unserer Praxis haben, wenn sie mit unserer Software und den bestehenden Computersystemen kompatibel ist. Und wenn solche Tools in die allgemeine medizinische Akte (AMA) und/oder auf Datenaustauschplattformen (Gesundheitsnetze) eingeführt werden sollten, muss dies natürlich unter Wahrung der Privatsphäre, der Patientenrechte und des Schutzes der medizinischen Daten geschehen.“ Ärzte müssen sich dann auch im Umgang mit diesen neuen Technologien schulen lassen. Die KU Leuven hat es sich zwar zur Aufgabe gemacht, ab dem Studienjahr 2023 KI und andere Computertechnologien für Medizinstudenten und -studentinnen anzubieten, doch ist dies (noch) nicht an allen Universitäten der Fall. „Das ist jedoch unerlässlich“, meint Prof. Vens. „Es geht nicht darum, Ärzten beizubringen, wie man Algorithmen entwirft. Das Ziel ist vielmehr, dass sie verstehen, wie diese Werkzeuge

gestaltet sind und funktionieren, damit sie wissen, was sie von ihnen erwarten können und was nicht. Um Jesse M. Ehrenfeld, den Präsidenten der *American Medical Association*, zu paraphrasieren: Ärzte werden mit KI nicht verschwinden, aber letztendlich werden die Ärzte, die KI nutzen, die Ärzte ersetzen, die sie nicht nutzen...“

Von Ethik und Menschlichkeit

Wenn es schließlich einen Punkt gibt, über den sich alle einig zu sein scheinen, dann ist es die Notwendigkeit, in einem so sensiblen und emotionalen Bereich wie die Gesundheit die Menschlichkeit zu bewahren. Zugegeben, man sollte sich nichts vormachen: Nicht alle Ärzte sind Kommunikationsprofis! Manchen mag es an Takt und Mitgefühl fehlen. Oft fehlt ihnen auch die Zeit, um zuzuhören und alle Fragen ihrer Patienten zu beantworten. In dieser Hinsicht könnten KI-Dialogsysteme vom Typ ChatGPT dazu beitragen, sie umfassender zu informieren. Aber es gibt Grenzen für das, was sie uns sagen können, insbesondere in psychologischer Hinsicht. Denn wer wäre schon bereit, von einem Computer eine Krebsdiagnose zu erhalten? Ihm unsere Probleme von zu Hause oder vom Arbeitsplatz anzuvertrauen? Ihm unsere Fragen, Wünsche und Ängste bezüglich unseres Lebensendes mit zu teilen? „Die KI ist ein Werkzeug für Wissen, aber nicht für Können und schon gar nicht für Sein“, erinnert Dr. Mary. „Auch die zunehmend aktive Rolle der Patienten und Patientinnen darf man nicht ignorieren, die aufgefordert werden, Partner ihrer eigenen Betreuung und Pflege zu werden.“ Eine Partnerschaft, die notwendigerweise einen Dialog mit dem Arzt beinhaltet. Die KI könnte hier ein Wörtchen mitzureden haben und dazu beitragen, uns besser zu versorgen, aber es ist unwahrscheinlich, dass sie jemals die Kompetenzen des einen und die Wünsche und Rechte des anderen ersetzen wird. ■

¹ *Machine learning* wird als eine Form der künstlichen Intelligenz betrachtet, insbesondere weil diese Werkzeuge in der Lage sind, aus einer großen Menge an Daten zu lernen, Risiken zu berechnen und sogar Lösungen vorzuschlagen... eigentlich wie das menschliche Gehirn!



Wer möchte schon von einem Computer über seine Krebserkrankung erfahren?



Krebs und die Rückkehr ins Arbeitsleben

Der Kampf gegen Krebs hinterlässt Spuren. Damit die Rückkehr ins Arbeitsleben reibungslos verläuft, ist eine sanfte Wiederaufnahme und Vorbereitung für den Arbeitnehmer und für den Arbeitgeber erforderlich.

Text: Barbara Delbrouck, Übersetzung: Rachel Hurlet

Magali Mertens (30) bekämpft einen HNO-Krebs, der schwere Operationen am Kiefer erfordert. Nach einer langen Abwesenheit nimmt die Kommunikationsbeauftragte die Arbeit wieder auf, aber sie hat Konzentrationsschwierigkeiten, macht Rechtschreibfehler... „Anfangs waren alle wohlwollend“, erzählt sie. „Aber nach einem Jahr fingen die Leute an zu sagen: 'So, jetzt bist du geheilt, reiß dich zusammen!' Wie die meisten Arbeitgeber war auch meine Chefin nicht über die langfristigen Nebenwirkungen von Krebsbehandlungen informiert.“ Magali, Gründerin der VoG „Travail et cancer“ und Autorin eines Buches zu diesem Thema¹, ist nun ebenfalls Teil eines Netzwerks von Onko-Coaches, die von der Krebsstiftung zertifiziert wurden, um Krebsüberlebende und Arbeitgeber dabei zu unterstützen, diesen heiklen Übergang besser zu bewältigen.

Langfristige Nebenwirkungen

Auch wenn sie dazu neigen, sich diskret zu verhalten, um nicht zum Störenfried zu werden, müssen

„geheilte“ oder in Remission befindliche Patienten oft noch mit zahlreichen Symptomen leben, die mit ihrer Behandlung zusammenhängen. Mitunter wirken sich kognitive Störungen wie Müdigkeit oder Konzentrationsschwierigkeiten besonders stark auf die beruflichen Ressourcen aus und werden oft missverstanden. „Man fühlt sich schuldig gegenüber den

Kollegen, die von einem erwarten, dass man jetzt, wo man 'geheilt' ist, Spitzenleistungen erbringt“, gesteht Magali, die ihre Erfahrung in ihre Arbeit als Onko-Coach einfließen lässt. „Es ist schwer, sich in einer leistungsorientierten Berufswelt Schwäche einzugestehen.“ Einige Symptome werden schwächer und verschwinden schließlich mit der

Zeit, während andere bestehen bleiben und man lernen muss, damit zu leben. „Man muss Arbeitgebern und Arbeitnehmern bewusst machen, dass man nach einer Krebserkrankung nicht wie nach einer Pause wegen einer Verstauchung zurückkehrt“, betont Christophe De Letter, Aufsichtsperson der Koordinatoren für die Rückkehr ins Arbeitsleben bei der CKK. „Krebs wirkt sich auf alle Bereiche des Lebens aus, und zwar langfristig.“

Wenn man versucht, wieder wie früher und mit voller Kraft weiterzumachen, ist das Risiko des Burn-outs hoch

Seine neuen Stärken und Schwächen akzeptieren

Wenn die Remission bekannt wird, stürzen sich viele auf die Arbeit, weil sie mit der Vergangenheit abschließen und ihr „altes Leben“ wieder aufnehmen wollen. Andere sind wie gelähmt vor dem Gedanken, wieder anzufangen, weil sie nach langen Abwesenheit ihr Selbstvertrauen verloren haben. „Diese Rückkehr ist Teil des Heilungsprozesses. Sie ermöglicht es, seinen Platz in der Gesellschaft wiederzufinden und den Status des Patienten hinter sich zu lassen“, betont Arlette Bayers, Onko-Coach. Wenn man jedoch versucht, wieder wie früher und mit voller Kraft weiterzumachen, ist das Risiko des Burn-outs hoch. „Man muss akzeptieren, dass man nicht mehr die gleiche Person ist, mit gewissen Schwächen, aber auch mit neuen Fähigkeiten, die man zur Geltung bringen kann“, betont Andrea Cornez, ehemalige Patientin und Mitarbeiterin in der Personalabteilung, die jetzt Onko-Coach geworden ist. „Resilienz, Geduld, Anpassungsfähigkeit... sind in der heutigen Welt von unschätzbarem Wert.“

Den Kurs wechseln?

Wenn man aus dem Wirbel der Behandlungen heraus ist, sollte man sich am besten Zeit nehmen, um über seine Bedürfnisse nachzudenken, rät Arlette Bayers. „Heilung ist nicht das Ende eines Weges, sondern der Beginn einer neuen Zukunft. Wenn sie mit ihrer Endlichkeit konfrontiert werden, sind viele Menschen auf der Suche nach Sinn. Manchmal bringt dies eine Neuorientierung mit sich mit, obwohl das nicht immer der einfachste Weg ist.“ Eine Feststellung, die Christophe De Letter bestätigt: Auch wenn die Kündigung des Arbeitsvertrags wegen medizinisch bedingter höherer Gewalt manchmal notwendig ist, kann dies bei einem Rückfall zu einer unsicheren Finanzlage führen. Es ist wichtig, sich über Alternativen zu informieren, z.B. die Teilzeit aus gesundheitlichen Gründen, die es ermöglicht, in Teilzeit zu arbeiten und gleichzeitig einen Zuschlag von der Krankenkasse zu erhalten. Die Wiederaufnahme kann in einem anderen Unternehmen oder in Form einer selbstständigen Tätigkeit erfolgen.

Notwendige Einrichtungen identifizieren

Der gesetzlich geregelte Plan zur Rückkehr ins Arbeitsleben verpflichtet den Arbeitgeber, Vorkehrungen zu treffen, um die Rückkehr eines Langzeitkranken zu ermöglichen. Allerdings müssen seine Bedürfnisse identifiziert werden. „Man sollte nicht warten, bis man vor dem Arbeitgeber oder dem Arbeitsmediziner steht, um darüber nachzudenken“, warnt Magali Mertens, die in Unternehmen als „Disability manager“ tätig ist. Man muss sich vorher möglichst konkret fragen: Was sind meine Grenzen und wie kann ich sie überwinden? Am besten gehen Sie Ihre Aufgabenliste nochmal durch und analysieren, zu welchen Aufgaben Sie sich in der Arbeitszeit noch in der Lage fühlen und zu welchen nicht. Bei Müdigkeit ist es klüger, in Teilzeit zu arbeiten und auszuhandeln, dass man vorrangig Aufgaben erledigt, die einem Energie verleihen. Oder auch identifizieren was helfen könnte: Homeoffice, keine Versammlungen am Ende des Tages, ein ergonomischer

Stuhl...“ Manchmal lassen sich bestimmte Aufgaben nicht mehr erfüllen: z.B. Daten analysieren, obwohl es einem schwer fällt, sich zu konzentrieren, oder Patienten waschen, obwohl man keine schweren Lasten mehr tragen kann. Die Übernahme einer anderen Arbeit, sei es auch nur vorübergehend, kann eine Lösung sein, wenn Teilzeitarbeit nicht in Frage kommt.

Arbeitgeber: eine entscheidende Rolle bei der Wiedereingliederung

Damit die Rückkehr gut verläuft, ist eine wohlwollende Kommunikation ab dem Zeitpunkt der Diagnose die Lösung, betonen die Onko-Coaches. Während der Abwesenheit in Kontakt bleiben, ohne Druck nach dem Gesundheitszustand fragen... all dies führt zum Aufbau einer Vertrauensbeziehung, in der die Person es wagt, ihre wirklichen Schwierigkeiten anzusprechen. „Es ist wichtig, dass nicht alles auf den Schultern des Arbeitnehmers lastet, sondern dass die Personalabteilung, der Manager und das Team involviert sind“, fügt Andrea Cornez hinzu. „Es ist notwendig, der Rückkehr die gleiche Fürsorge zu widmen wie der Aufnahme eines neuen Mitarbeiters, da sich sowohl das Unternehmen als auch der Arbeitnehmer verändert haben. Manchmal sind Schulungen erforderlich. Entscheidend ist auch eine regelmäßige Betreuung, die es ermöglicht, eventuelle Sorgen zu äußern und bei Bedarf Anpassungen vorzunehmen. Parallel dazu darf nicht vergessen werden, dem Team mitzuteilen, was vereinbart wurde, damit keine unangemessenen Erwartungen geweckt werden.“

Ein gesellschaftlicher Wandel

Laut Krebsregister werden in Belgien jeden Tag bei 75 Personen im erwerbsfähigen Alter Krebs diagnostiziert. „Heutzutage ist Krebs nicht mehr eine Erkrankung von Personen am Ende ihrer Laufbahn“, betont Christophe De Letter. „Immer häufiger geht es um Menschen, die noch 15 bis 20 Jahre Karriere vor sich haben. Arbeitgeber müssen zu ihrer Wiedereingliederung beitragen.“ Laut Magali Mertens erfordert dies die Einführung eines strukturellen und ehrgeizigen „disability managements“ und des Wohlbefindens am Arbeitsplatz. „Wenn man darauf vorbereitet ist, die Rückkehr nach einer so schwierigen und komplexen Sache wie Krebs zu bewältigen, ist man auf alles vorbereitet.“

¹ Mertens M., *Retourner au travail après un cancer. La réintégration, un processus collectif*. Ed. Jouvence 2019

Bei einer Rückkehr an den Arbeitsplatz ist der „**Koordinator für die Rückkehr ins Arbeitsleben**“ ein erster Ansprechpartner. Dieser hilft bei den Überlegungen, erklärt die verschiedenen Möglichkeiten, unterstützt auch bei den Formalitäten und stellt die Verbindung zu anderen Akteuren her. Bei einer Rückkehr zum Arbeitgeber erstellt dieser einen konkreten Plan für die Rückkehr mit entsprechenden Anpassungen.

ckk-mc.be/arbeitsunfaehigkeit

Zöliakie: Welche Hilfen gibt es?

In Belgien sollen etwa 110 000 Menschen unter Zöliakie leiden. Bei dieser Krankheit muss lebenslang eine strenge glutenfreie Diät eingehalten werden.

Text: Joëlle Delvaux, Übersetzung: Rachel Hurlet

Zöliakie ist eine chronische Autoimmunerkrankung des Dünndarms, die mit einer genetischen Veranlagung zusammenhängt. Aus Gründen, die wissenschaftlich noch nicht geklärt sind, produziert das Immunsystem Antikörper, um das Gluten, eine Gruppe von Proteinen, die in vielen Getreidesorten (Weizen, Gerste, Roggen, Dinkel, Khorasan-Weizen) vorkommen, zu zerstören. Mit der Folge, dass die Darmwände zerstört werden.

Verdauungsstörungen werden bei Säuglingen und Kindern immer beobachtet, bei Erwachsenen können sie jedoch weniger ausgeprägt sein. Dagegen ist chronische Müdigkeit ein sehr häufiges Symptom bei Erwachsenen. Sie kann auf den einen oder anderen spezifischen Mangel (Eiweiß, Eisen, Kalzium, Vitamin D) oder ausschließlich

auf den Autoimmunprozess zurückzuführen sein. Es können auch andere Beschwerden auftreten: Blutarmut, Depressionen, Migräne, Gelenkschmerzen...

Die meisten Kinder und Erwachsenen mit Zöliakie wissen nicht, dass sie an Zöliakie leiden. Wenn die oben beschriebenen Symptome auftreten, sollten Sie Ihren Hausarzt aufsuchen und einen Bluttest durchführen lassen, damit bei Vorhandensein spezifischer Antikörper die Diagnose so schnell wie möglich durch eine Dünndarmbiopsie gestellt werden kann.

Wenn Zöliakiepatienten trotzdem weiter Gluten zu sich nehmen, besteht ein hohes Risiko, später an einem Lymphom (Krebs der Lymphknoten), Krebs im Verdauungstrakt (Speiseröhre, Dickdarm...) oder an einer anderen Krankheit wie Diabetes zu erkranken.

Eine besondere Ernährung

Gluten aus der Ernährung zu verbannen ist nicht einfach, da dieses Protein in großen Mengen in Brot, Teigwaren, Backwaren, Fertiggerichten usw. enthalten ist. Sie sollten unbedingt eine(n) Ernährungsberater(in) aufsuchen, um sich beraten zu lassen. Die CKK übernimmt bis zu 40 Euro pro Jahr für Ernährungsberatungen². Um die Einschränkungen und Kosten, die mit einer glutenfreien Ernährung verbunden sind, zu bewältigen, gewährt die gesetzliche Krankenversicherung einen Festbetrag von 38 Euro pro Monat. Der Antrag muss bei der Krankenkasse über ein spezielles Formular (ckk-mc.be/gluten) eingereicht werden, das ausgefüllt und zusammen mit einem Bericht eines Facharztes für Magen-Darm-Erkrankungen, Hauterkrankungen, Innere Medizin oder Kinderheilkunde eingereicht werden muss. Die Genehmigung des Vertrauensarztes ist für zwei Jahre gültig (kann verlängert werden). Die monatliche Zahlung erfolgt automatisch. ●

¹ Die Zöliakie ist nicht mit der Glutenallergie zu verwechseln. Weitere Informationen bei der Belgischen Zöliakie-Gesellschaft: 0479 44 29 39 vivresansgluten.be

² Weitere Informationen finden Sie unter ckk-mc.be/vorteile-erstattungen (Stichwort „Gluten“)

Infopunkt chronisch Kranke

Lesen Sie viele spezifische Infos unter ckk-mc.be/chronische-krankheit. Sie können Ihre Fragen per E-Mail an chronische-krankheit@mc.be stellen. Geben Sie dabei Ihren Namen, Ihre Adresse und Ihre Nationalregisternummer an. Bei Bedarf wird eine Weiterleitung an Ihre Krankenkasse veranlasst.



Verhütung: ein Test, der Thromboserisiko voraussagt

Ein Team der UNamur hat einen Bluttest entwickelt, mit dem sich das Thromboserisiko, genau messen lässt. Der Test kann feststellen, ob eine Frau für die Verhütungspille oder eine Hormontherapie zur Behandlung der Menopause in Frage kommt.

Text: Julien Marteleur, Übersetzung: Chiara Seca

In Belgien nehmen 750.000 Frauen „die Pille“. Untersuchungen gehen davon aus, dass diese Verhütungsmethode - die bei uns am weitesten verbreitete - jedes Jahr mit 753 Thrombosefällen in Verbindung gebracht wird, das sind zwei pro Tag. Um die Wahrscheinlichkeit einer Thrombose genauer zu messen und gefährdete Frauen zu identifizieren, hat ein Team von QUALIblood, einem Forschungsunternehmen aus Namur, das von der UNamur unter Vertrag genommen wurde, einen neuen Bluttest entwickelt: den nAPCsr-Test (*Normalized activated protein C sensitivity ratio*). Mit diesem Test können Gynäkologen beurteilen, ob eine Patientin die Pille ohne Gefahr für ihre Gesundheit nehmen kann.

Jonathan Douxfils, CEO von QUALIblood und Professor in der Pharmazie-Abteilung der UNamur, erklärt: „Während östrogenhaltige Verhütungspillen wirksamer und besser verträglich sind als östrogenfreie, können sie bei manchen Frauen ein Risiko für die Hämostase darstellen, d. h. ihre Fähigkeit, die Bildung von Blutgerinnseln zu regulieren, beeinträchtigen. Diese Ungleichgewichte können bei manchen Patientinnen zu Thrombosen führen. Auch Frauen, die sich in der Menopause befinden und die eine Hormonersatztherapie erhalten, sind gefährdet“. Den Forschern aus Namur zufolge haben 6 bis 8 % der Patientinnen eine Anfälligkeit für Thrombosen, abhängig von genetischen Faktoren oder dem Vorliegen einer Autoimmunerkrankung, die das Auftreten des Problems begünstigt.

Wie funktioniert der Test?

Für die Patientin besteht der Test aus einer einfachen Blutprobe, die auf ärztliche Verordnung entnommen wird. Dieser Probe wird ein aktiviertes, gerinnungshemmendes Protein hinzugefügt: das aktivierte Protein C (APC). Wenn eine Resistenz gegen dieses Protein festgestellt wird, geht man davon aus, dass eine Fehlfunktion der Blutgerinnung vorliegt, die das Risiko einer Thrombose begünstigen könnte. Das vom Test gelieferte Ergebnis wird in Form einer Punktzahl von 0 bis 10 angegeben. Je höher die Punktzahl, desto höher ist das Thromboserisiko. „Diese Information ist zum Zeitpunkt der Verschreibung von großem Interesse, da sie es dem Gynäkologen ermöglicht,



je nach Profil seiner Patientin die geeignete Pille vorzuschlagen oder im Falle eines anormalen Ergebnisses weitere Untersuchungen durchzuführen“, erläutert Jonathan Douxfils.

Interessant für die Sozialversicherung

Der zuverlässige und genaue Test von QUALIblood wird bereits von mehreren Akteuren der Pharmaindustrie bei der Entwicklung neuer Verhütungsmittel eingesetzt, und die Europäische Arzneimittel-Agentur hat ihn zur Beurteilung des Thromboseprofils von oralen Verhütungsmitteln in klinischen Studien vorgeschrieben. Der CEO des Spin-off-Unternehmens aus Namur meint: „Diese Tests werden auch zu Kosteneinsparungen im Gesundheitswesen beitragen. Die Behandlung einer Thrombose kostet etwas mehr als 30.000 Euro pro Jahr und Patientin, ganz zu schweigen vom Rückfallrisiko, das nach fünf Jahren bis zu 30 % betragen kann. Das Thromboserisiko in einer großen Bevölkerungsgruppe zu erkennen, würde die krankheitsbedingten Kosten um mehrere Millionen Euro senken.“ ●



Eine Thrombose ist ein Blutgerinnsel, das sich in einem Blutgefäß, einer Vene oder einer Arterie, bildet. Wenn sich dieses Gerinnsel bildet, blockiert es den Durchgang, wodurch der Blutfluss in dem Organ, in dem es sich gebildet hat, verhindert wird.

Östrogene sind weibliche Hormone. In der Pubertät sind sie hauptsächlich für die Entwicklung der Geschlechtsmerkmale und den Menstruationszyklus verantwortlich. Östrogene spielen also eine wichtige Rolle bei der Fortpflanzung.

Die **Hämostase** ist der Prozess der Blutgerinnung. Dieses System ist unter anderem notwendig, um Blutungen zu verhindern und die Heilung von Wunden zu ermöglichen.

Protein C ist ein Protein, dessen Wirkung die Blutgerinnung einschränkt. Es trägt unter anderem dazu bei, dass sich Blutgerinnsel im Körper auflösen.

Agenda

Themenabend „Zeit für Zeit!“ mit Ulrik Remy

Dass wir im Überfluss leben, ist keine neue Erkenntnis. Wir haben genug zu essen, leben vergleichsweise in einem gewissen Wohlstand, sind medizinisch versorgt und können uns viele materielle Dinge leisten, die wir eigentlich nicht nötig haben. Nur eines fehlt uns: Zeit! Ganz gleich mit wem man sich unterhält, immer wieder hört man „keine Zeit!“. Der Jugendliche, die Eltern, der Berufstätige, der Selbständige noch weniger und der Rentner schon gar nicht. Sie alle haben keine Zeit.

Mit dem **Buchautor und Liedermacher Ulrik Remy**



beschäftigen wir uns am **29. Februar** mit dem Thema „Zeit“. Wir nehmen uns Zeit für Zeit! Zeit für Begegnung, Zeit für Unterhaltung, Zeit für Leben! Jeder ist herzlich zu dieser Zeitreise mit Reflexion, Literatur und

Poesie eingeladen am **Donnerstag, dem 29. Februar um 18:30 Uhr**.
Kostenbeitrag: 10 €

Infos und Anmeldung
087 59 61 31 • info@die-eiche.be •
Kirchstraße 39 B, Eupen

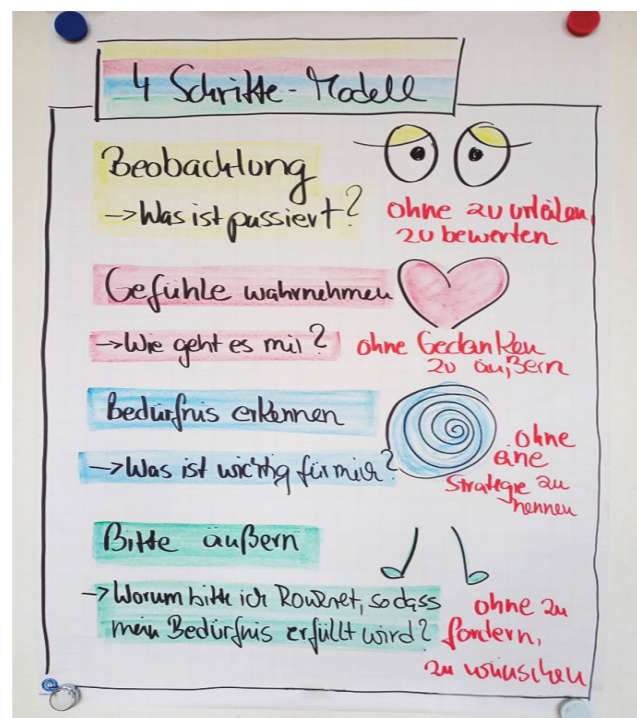
WERTSCHÄTZENDE KOMMUNIKATION

Du bist es mir wert

Da der Bedarf an bewusst empathischer Kommunikation rapide zunimmt, sind wir uns in der heutigen Normalität bewusst, wie wichtig die **Wertschätzende Kommunikation als Instrument der mentalen Gesundheitsprävention** ist. Das war das Thema der Seminarreihe der CKK zur Wertschätzenden Kommunikation, die im Laufe des Jahres 2023 mit Unterstützung der Deutschsprachigen Gemeinschaft stattgefunden haben. Die Seminare richteten sich an fünf Zielgruppen (Familien, Gesundheitswesen, Berufstätige, Ehrenamtler und Menschen in einer Beziehung).

Die Referentinnen Sonja Nowakowski und Tanja Bunzel, erfahrene Fachkräfte auf dem Gebiet der Wertschätzenden Kommunikation, brachten den Teilnehmern bei wie die Gewaltfreie Kommunikation sie dabei unterstützt, Schuldgefühle, Angst und Depression aufzulösen, Ärger und Frust umzuwandeln, auf Respekt und Konsens basierte Lösungen zu finden, sowie Bedürfnisse so zu erfüllen, dass sie das Leben bereichern. Im Mittelpunkt der Seminare stand die „4-Schritte-Methode“ nach der **durch Beobachtung, durch das Erkennen seiner Gefühle und Bedürfnisse und durch die konkrete Äußerung einer Bitte** die Gewaltfreie Kommunikation erlernt und verinnerlicht werden kann¹.

Während 75 praxisorientierten Seminarstunden konnten 102 Teilnehmer anhand von konkreten



persönlichen Konfliktbeispielen das Gelernte gleich in die Praxis umsetzen. Die Seminare werden 2024 im Gesundheitswesen weitergeführt.

¹ Sonja Nowakowski, Seminar „Wertschätzende Kommunikation am Arbeitsplatz“, März 2023

Einzigartige Ferien mit Ocarina erleben

Einschreibungen ab sofort möglich!

Auch dieses Jahr organisiert Ocarina während den Sommerferien zahlreiche Aktivitäten in deutscher Sprache für Kinder und Jugendliche. Entdecken Sie das Angebot in der Ocarina-Ferienbroschüre (auf Anfrage erhältlich) oder unter **ocarina.be/de/unser-angebot**.

Einschreibungen nimmt Ocarina dieses Jahr über das Online-Formular entgegen. Scannen Sie hierzu einfach den QR-Code oder besuchen Sie den Link zum Formular auf **ocarina.be/de**.



Zur Einschreibung



© Pierre-Laurent Barro



Weitere Die Eiche Angebote 2024

- **Donnerstag, 21. März:** Themenabend „Wie Künstliche Intelligenz unseren Alltag prägt!“
- **Donnerstag, 28. März:** Ausfahrt „Gerolstein“
- **Donnerstag, 25. April:** Ausfahrt „Maastricht“
- **Dienstag, 14. Mai:** Ausfahrt „Île d'Yvoir“
- **Donnerstag, 23. Mai:** DiGi-Treff „Tag des Glückspennings“

Entdecken Sie den **Eiche-Erlebniskalender 2024**, erhältlich in Ihrer CKK-Geschäftsstelle und bei Die Eiche.

Infos und Anmeldung
087 59 61 31 • info@die-eiche.be
• Kirchstraße 39 B, Eupen

RHETORIKA

Besuchen Sie den Finalabend und erleben Sie einen erstklassigen Wettbewerb!

Das diesjährige Finale des Rednerwettstreites Rhetorika, bei denen traditionell Abiturienten ostbelgischer Sekundarschulen gegeneinander antreten, findet am **Samstag, dem 16. März ab 19:30 Uhr im Kino Scala in Büllingen** statt. Das Organisationsteam freut sich über Ihr Kommen.

Weitere Infos
rhetorika-dg.be



© Stefan Braun/BRF

Jugendleiterschulung

DU bist 16 Jahre oder älter? DU hast Lust auf ein neues Abenteuer? DU hast während den Osterferien noch nichts vor? Dann bist DU bei Ocarina genau richtig!

Vom **6. bis 13. April** organisiert Ocarina Ostbelgien die traditionelle Jugendleiterschulung. Tauche ein in die Welt der Kinderanimation und lasse dich zu einem Jugendleiter ausbilden. Bei Abschluss der Schulung verfügst du über ein europaweit anerkanntes Erste-Hilfe-Diplom, sowie über den Jugendleiterausweis der Deutschsprachigen Gemeinschaft, der bei allen Jugendgruppen in der DG anerkannt ist.

Weitere Infos zur Jugendleiterschulung und zum Schulungsinhalt unter ocarina.be/de/unsere-schulungen



© Ocarina

Noch ein paar Plätze frei

Kursangebot: Einführung in die „Leichte Sprache“

Was ist „Leichte Sprache“? Leichte Sprache ist einfaches Deutsch. Texte in Leichter Sprache erklären Dinge so einfach, dass jeder sie direkt versteht. Besonders Menschen mit Lernschwierigkeiten oder mit geringen Kenntnissen der deutschen Sprache haben Probleme mit der Sprache und schwierigen Texten. Durch den Gebrauch der Leichten Sprache, können diese Menschen besser erreicht werden. Die eintägigen Kurse richten sich an alle Personen, die die Leichte Sprache in ihrem Alltag nutzen möchten (im Beruf oder privat).

Der nächste Kurs findet statt am **Dienstag, 12. März** von **9:30 bis 15:30 Uhr** im **Victor-Xhonneux-Saal der CKK**, Klosterstraße 70 in Eupen. Die Kosten für den Kurs belaufen sich auf 83 €.

Infos und Anmeldung
087 59 61 36 • vanessa.horst@mc.be • Klosterstraße 29, Eupen



Mit Alteo ins Drei-Länder-Eck

Von **Sonntag, 7. Juli bis Sonntag, 14. Juli** reist Alteo ins **Drei-Länder-Eck** (Belgien, Luxemburg und Deutschland), und zwar nach **Neuerburg**.

Die Ferienreise richtet sich an ein jüngeres Publikum mit und ohne Beeinträchtigung, die einen **Aktiv-Urlaub** erleben möchten.

Was bedeutet „Aktiv-Urlaub“? Jeden Tag ein tolles Programm! Neben spannenden Ausfahrten und Besichtigungen, gibt es aber immer wieder entspannende Momente. In diesem Jahr begibt Alteo sich auf die Spuren der Ritter und Römer, die in dieser Region sehr prägend waren.

Alteo-Ferienbegleiter organisieren und begleiten die Feriengruppe, stellen das Programm zusammen und sorgen für das Wohlergehen der Teilnehmer. **Jetzt anmelden, die Teilnehmerzahl ist begrenzt!**

Infos und Anmeldung
087 59 61 36 • vanessa.horst@mc.be • alteo-dg.be • Klosterstraße 29, Eupen



Mitgliedschaft bei Alteo

Durch eine Mitgliedschaft bei Alteo sind Sie stets über aktuelle Alteo-Angebote informiert und können viele Alteo-Aktivitäten und Reisen zum günstigeren Mitgliedspreis buchen. Nach der Überweisung des Jahresbeitrages von 15 € auf das Konto BE51 7925 5153 3362 (Vermerk „Mitglied 2024“) erhalten Sie die Alteo-Mitgliedskarte.

Weitere Infos

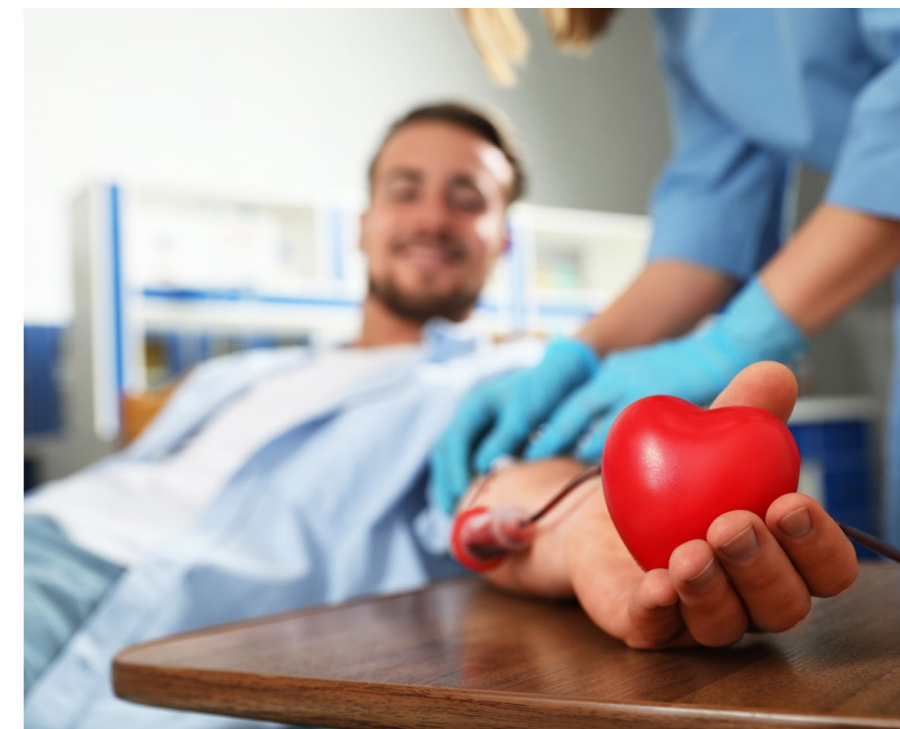
087 59 61 36 • alteo-dg@mc.be
alteo-dg.be
Klosterstraße 29, Eupen



„Blut geben, rettet Leben“

Ein Unfall, eine Krankheit, eine Verletzung... Jeder kann in Situationen geraten, die dringend Blut benötigen. Zwischen 18 und 70 Jahren darf jeder gesunde Mensch vier Mal im Jahr Blut spenden. In der Deutschsprachigen Gemeinschaft finden im März und April an folgenden Daten Termine für Blut- und Plasmaspenden statt:

- 📍 **Eupen** (16 bis 20 Uhr): 5. und 12. März, 2. und 9. April
- 📍 **Amel** (17 bis 20 Uhr): 6. und 8. März
- 📍 **Recht** (17:30 bis 20:30 Uhr): 11. März
- 📍 **Kelmis** (16 bis 19:30 Uhr): 15. März
- 📍 **Montzen** (17 bis 20 Uhr): 18. März
- 📍 **Schönberg** (17:30 bis 20:30 Uhr): 29. März
- 📍 **Büllingen** (16 bis 20 Uhr): 3. April



- 📍 **Bütgenbach** (16 bis 20 Uhr): 10. April
- 📍 **Reuland** (17:30 bis 20:30 Uhr): 19. und 26. April

Ihre Blutspende kann Leben retten!

Weitere Infos
0800 92 245 • roteskreuz.be

Ihre Vorteile 2024



New

Kieferorthopädie: 500 €
Zahnprothesen und -implantate: 200 €

Geburt: 400 €

Psychologie: 360 €

Optik: 120 €

Verhütung: 50 €

Ferienaktivitäten und -kurse: 100 €

...

ckk-mc.be/vorteile



CKK. Mitten im Leben.