

# Zuzahlungsbefreiung läuft ab – Antrag jedes Jahr nötig

Zuzahlungsbefreiungen für medizinische Leistungen gelten immer nur für ein Kalenderjahr. Darauf weist der Landesapothekerverband Baden-Württemberg hin.

Wer also im letzten Jahr zuzahlungsbefreit war, ist es nicht automatisch in diesem Jahr. Auch eine in der Apotheke gespeicherte Befreiung ist nicht mehr gültig. Stattdessen müssen gesetzlich Krankenversicherte selbst aktiv werden.

Gerade für chronisch Kranke kann es sich lohnen, bereits zu Jahresbeginn bei der Krankenkasse eine Befreiung zu beantragen. Denn sie haben oft hohe Kosten und ihre Zuzahlungsgrenze liegt bei nur einem Prozent ihrer jährlichen Bruttoeinnahmen. Bei allen anderen gesetzlich Versicherten sind es zwei Prozent.

Wer zu Jahresbeginn schon weiß, dass er oder sie die Belastungsgrenze überschreitet, kann somit jetzt schon einen Antrag stellen. Laut dem Verbraucherzentrale Bundesverband überweist man dann den

individuellen Höchstbeitrag auf einmal an die Kasse und wird ganz von Zuzahlungen befreit. Allerdings: Sollten diese am Ende doch unter dem gezahlten Betrag liegen, gibt es kein Geld zurück.

Alle anderen Versicherten sollten laut den Verbraucherschützern ihre Ausgaben für ärztlich verordnete medizinische Leistungen über das Jahr hinweg im Blick haben. Tipp: Sammeln Sie sämtliche Quittungen über Ihre Zuzahlungen für Medikamente, Therapien oder Hilfsmittel an einem Ort.

Mit dem Zuzahlungsrechner der Apotheken können Sie Ihre individuelle Belastungsgrenze berechnen. Ist diese überschritten, können Sie den Antrag auf Befreiung bei vielen Kassen online herunterladen und mit den entsprechenden Nachweisen einreichen. Wird der Antrag bewilligt, erhält man einen Befreiungsbescheid und muss das restliche Jahr nicht mehr zuzahlen.

Übrigens: Zu Beginn des neuen Jahres bietet sich laut dem



Zuzahlungsbefreiungen für medizinische Leistungen gelten immer nur für ein Kalenderjahr: Sie müssen jedes Jahr neu beantragt werden, auch wenn eine Befreiung in der Apotheke gespeichert war.

FOTO: BENJAMIN NOLTE/DPA-MAG

Landesapothekerverband auch an, zu prüfen, ob im vergangenen Jahr zu viele Zuzahlungen

geleistet wurden. Wer jetzt feststellt, dass er 2025 seine Grenze überschritten hat, kann den An-

trag für die Kasse im Nachhinein ausfüllen und Geld erstattet bekommen. (DPA)

ANZEIGE

## Reden wir über harten Stuhl



Mag. Dirk Meier  
Pharmazeut

„Ein pflanzliches Präparat aus der Apotheke überzeugt bei hartem Stuhl und Verstopfung“

Jeder Siebte ist zumindest gelegentlich von Verstopfung betroffen – mitsamt den leidigen Begleiterscheinungen wie schmerzhaftem Pressen oder dem Gefühl einer unvollständigen Entleerung.

Die Ursachen für harten Stuhl sind vielfältig: Sie reichen von Stress und hormonellen Schwankungen (z. B. Wechseljahre) bis hin zur Einnahme von bestimmten Medikamen-

ten. Besonders häufig ist eine ballaststoffarme Ernährung verantwortlich – und zwar sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern.

### Abführmittel nur in Ausnahmefällen

Die Folge: Auf der Toilette geht ab einem gewissen Zeitpunkt gar nichts mehr, bzw. nur unter unangenehmem Pressen. Eine schnelle Lösung muss her! Abführmitteln

stehen sowohl Betroffene als auch Pharmazeuten aber eher skeptisch gegenüber. Denn während diese zwar schnell „Erleichterung“ verschaffen, haben sie in der Regel auch einen Gewöhnungseffekt, wodurch es mit der Zeit immer schwieriger wird, sich ohne diese Präparate zu erleichtern. Die gute Nachricht: In den meisten Fällen lässt sich die Darmtätigkeit ohnehin mit deutlich sanfteren Methoden wieder in Schwung bringen. Und zwar indem man schlicht und einfach mehr Ballaststoffe zuführt. Für eine rasche Unterstützung eignen sich entsprechende Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke. In diesem Zusammenhang empfehlen immer mehr Apotheker eine rein pflanzliche Innovation aus Österreich.

### 5-fach Kombination für die Verdauung

Dr. Böhm® Darm aktiv ist eine ideal dosierte 5-fach Kombination pflanzlicher Ballaststoffe aus Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras und Yaconwurzel. Das fruchtige Trinkpulver sorgt insbesondere dank der Flohsamen wieder für eine leichte und regelmäßige Darmentleerung:

1. Der Stuhl wird weicher und gleitfähiger
2. Die Darmaktivität wird angeregt
3. Die Darmentleerung wird erleichtert



**EMPFEHLUNG**  
AUS DER APOTHEKE



Nahrungsergänzungsmittel

### Dr. Böhm® Darm aktiv

- ✓ Wohlgeschmeckende 5-fach Kombination aus pflanzlichen Ballaststoffen
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung dank Flohsamen
- ✓ Spürbarer Effekt schon nach einem Tag\*

Für Ihren Apotheker: Dr. Böhm® Darm aktiv  
PZN: 19251696 (6 Sachets)  
PZN: 19105730 (20 Sachets)

\*PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)