

Was man tun muss, um einen Antrag bei der Krankenkasse zu stellen

- Den Hausarzt mit ins Boot nehmen. Er sollte den Eingriff befürworten, und das auch in einem schriftlichen Attest bescheinigen.
- Schriftliche Befürwortungen von allen Ärzten (Orthopäde, Gynäkologe, Hausarzt, Lungenfacharzt, etc...) sammeln, wo man in Behandlung ist wegen Krankheiten, die mit einer großen Abnahme mit Sicherheit besser werden oder ganz verschwinden. Man muss wirklich zum Jäger und Sammler werden, je mehr man hat, desto besser.
- Die Krankenkassen sehen es immer gerne, wenn man eine SHG (Selbthilfegruppe) besucht.
- Ernährungstagebuch führen.
- Bewegungstagebuch führen, egal ob Sport oder Spazieren oder Kind zur Kita bringen...
- Man muss 6 Monate ein MMK (Multimodales Konzept) machen. Das beinhaltet 6 Monate Ernährungsberatung, nachweisliche Bewegung und Verhaltenstherapie. Letzteres ist so, dass man erstmal zwei/drei mal dahin geht, und wenn man dort der Meinung ist, dass das Übergewicht nicht psych. bedingt ist, dann reicht es, wenn das bescheinigt wird.
- Ein Gewichtsverlauf der letzten Jahren in groben Zügen mit Art der Diät, Startgewicht, Abnahme...
- Kurz vor Abgabe des Antrages eine aktuelle Medikation
- Beim Hausarzt einen Glukosetoleranztest machen, um zu sehen, ob Diabetes bereits vorliegt.
- Für die nachweisliche Bewegung kann man sich beim Hausarzt Rehasport verordnen lassen. Da bekommt man 50 Einheiten, für den Patienten kostenlos. Für den Antrag dann eine schriftliche Bescheinigung davon geben lassen. Ansonsten Quittungen, Ticket vom Schwimmbad oder so sammeln... Je nachdem bei welcher Krankenkasse Du bist, gibt es dort Ernährungsberatung. Einfach mal, ohne zu sagen, dass Du eine OP anstrebst, nachfragen.

Sollte mir noch irgendwas wichtiges einfallen, was ich jetzt hier vergessen habe, werde ich noch hinzufügen. Solltet Ihr noch etwas hinzufügen wollen, sagt mir Bescheid!