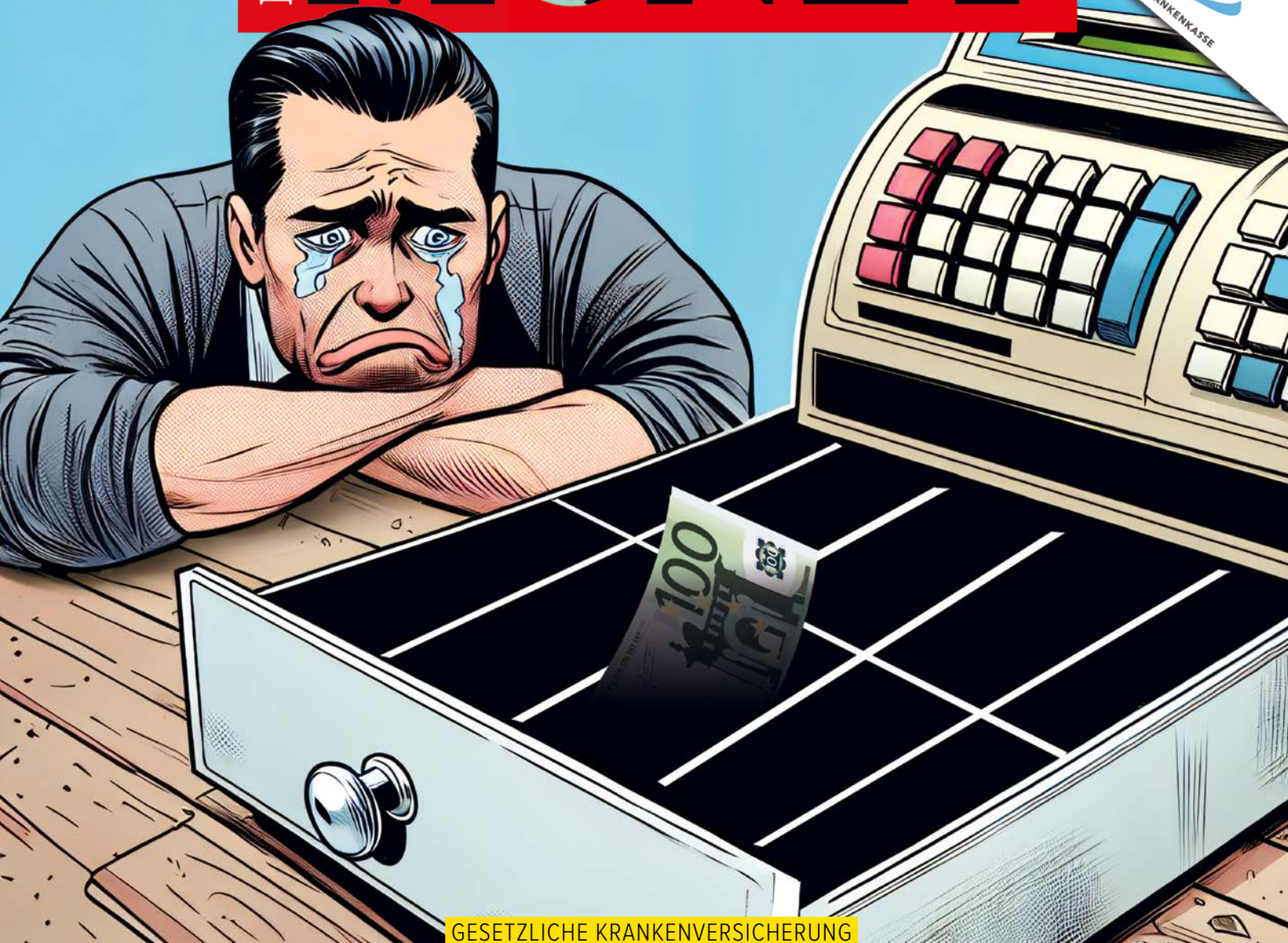


FOCUS MONEY

Sonderdruck
für die
HEK
HANSEATISCHE KRANKENKASSE



GESETZLICHE KRANKENVERSICHERUNG

Kassen-Kollaps

Milliarden für den Umbau der Kliniklandschaft, ungebremst steigende Ausgaben für Medikamente und versicherungsfremde Leistungen, für die der Bund nicht genügend zuschießt. Die **gesetzliche Krankenversicherung** steht dieser Tage vor vielen Herausforderungen. Welche **Krankenkassen** dennoch (noch) finanziell **gesund dastehen und medizinisch top leisten**

Kassentest: Ergebnisse en détail

Rang Kasse		Punkte in den Teilbereichen ...										
		Finanzen	Service	Wahltarife	Bonus-/Vorteilsprogramme	alternative Medizin	Gesundheitsförderung	Zusatzleistungen	zahnmedizinische Leistungen	digitale Leistungen	Transparenz	besondere Versorgung
1	Techniker Krankenkasse	21,0	29,1	15,8	21,5	9,2	20,2	25,3	6,9	21,4	14,8	20,1
2	AOK Rheinland-Pfalz/Saarland	18,2	28,6	8,8	23,1	12,6	25,4	27,1	9,3	19,0	13,4	18,6
3	HEK – Hanseatische Krankenkasse	20,6	26,5	16,3	19,5	13,1	16,7	25,1	11,4	18,0	13,3	17,4
4	BERGISCHE KRANKENKASSE	14,0	28,7	6,2	23,6	13,3	27,9	22,8	12,2	17,9	14,2	15,4
5	AOK PLUS	16,4	30,5	10,1	21,7	6,1	24,2	24,3	8,4	17,3	13,5	19,1
6	SECURVITA Krankenkasse	11,6	22,1	14,9	24,2	14,8	19,6	27,9	12,9	11,2	13,3	16,6
7	DAK-Gesundheit	15,6	29,5	13,9	24,8	8,5	18,1	21,9	8,4	17,3	14,2	16,5
8	Mobil Krankenkasse	10,0	22,2	7,0	23,2	8,6	26,4	25,3	13,4	18,2	14,3	16,5
9	AOK Bayern	17,0	30,2	12,8	15,5	5,8	20,8	23,6	10,5	17,4	13,8	16,6
10	hkk Krankenkasse	23,3	27,4	6,7	19,7	9,3	19,6	23,4	10,8	13,9	13,8	14,6
11	IKK Südwest	15,1	27,5	10,2	17,8	8,4	25,5	27,6	9,1	15,8	12,4	12,6
12	AOK Baden-Württemberg	17,9	29,9	9,9	14,6	9,4	23,1	21,6	5,0	15,3	14,4	19,3
13	mhplus Betriebskrankenkasse	19,0	24,0	12,3	15,8	7,2	20,7	22,9	10,1	17,1	12,4	14,7
14	R+V Betriebskrankenkasse	16,0	23,7	14,3	11,6	5,3	23,4	20,3	14,5	15,1	8,6	20,6
15	IKK classic	11,7	28,5	13,4	21,1	6,0	22,6	18,6	12,8	14,4	12,8	7,8
16	AOK Rheinland/Hamburg	15,6	28,3	5,8	21,2	1,4	21,1	17,6	6,3	19,5	13,9	17,6
17	KKH Kaufmännische Krankenkasse	10,0	27,8	12,0	19,4	3,2	19,8	21,7	9,2	14,6	12,5	17,5
18	VIActiv Krankenkasse	13,3	27,0	14,2	16,7	4,8	26,2	22,3	9,1	12,6	13,2	6,8
19	energie-BKK	15,3	27,6	8,9	13,1	8,7	17,7	25,6	11,6	12,1	13,2	11,8
20	IKK Brandenburg und Berlin	14,9	25,4	6,2	21,5	14,9	14,7	22,7	13,8	11,3	12,0	7,6
21	BARMER	14,6	28,8	10,9	22,5	2,3	17,0	17,5	3,7	17,7	13,7	15,6
22	AOK Hessen	18,4	27,7	9,6	18,7	3,2	20,7	19,5	2,0	14,8	13,5	15,8
23	SBK	17,1	28,3	6,5	17,1	4,2	19,2	20,8	8,9	14,6	14,6	10,7
24	pronova BKK	13,0	28,3	13,8	16,8	3,6	13,9	22,8	5,1	14,1	13,3	12,5
25	AOK Bremen/Bremerhaven	18,4	28,3	7,3	12,8	3,6	23,8	22,0	5,5	15,7	12,9	5,6
26	Salus BKK	17,8	24,3	13,2	14,7	1,8	21,1	20,7	7,0	12,3	11,8	10,1
27	BIG direkt gesund	13,1	24,3	11,3	18,7	6,2	21,7	20,6	5,6	11,8	13,7	7,1
28	Novitas BKK	15,6	27,1	6,9	16,7	6,2	19,8	18,4	10,0	12,4	12,0	7,5
29	mkk – meine krankenkasse	12,2	19,3	6,3	16,3	11,2	20,3	21,4	11,4	12,6	12,2	9,0
30	vivida bkk	11,3	23,3	6,8	20,0	4,6	20,1	17,3	8,1	13,5	13,4	9,9
31	BKK VerbundPlus	18,9	22,7	8,4	5,5	2,3	20,1	24,7	14,5	11,1	5,1	13,2
32	Audi BKK	21,1	26,2	6,3	9,1	2,8	21,1	19,1	4,9	12,1	13,1	7,4
33	AOK NORDWEST	15,7	26,5	5,8	11,2	2,0	24,7	14,3	4,4	15,8	13,0	9,7
34	BAHN-BKK	4,9	26,2	1,8	16,9	11,7	18,2	22,1	8,2	14,6	2,1	14,2
35	BKK Freudenberg	18,8	17,8	2,3	17,0	8,7	24,4	19,7	10,5	13,6	2,6	3,9
36	BKK Herkules	14,4	17,4	2,0	15,0	13,8	17,2	25,0	15,5	9,0	4,0	5,9
37	KNAPPSCHAFT	8,1	25,0	10,4	17,8	8,6	20,2	16,3	3,7	10,6	6,6	10,6
38	AOK Sachsen-Anhalt	9,3	28,2	5,8	13,0	2,2	18,2	18,1	6,0	13,7	11,6	10,0
39	AOK Niedersachsen	18,3	27,9	11,0	9,3	3,2	21,9	10,5	3,6	10,8	10,2	8,6
40	Heimat Krankenkasse	6,3	22,2	2,0	13,2	6,8	19,6	19,7	12,7	13,3	6,5	12,6
41	BKK SBH	20,9	17,0	6,2	15,6	5,9	19,5	18,5	11,7	6,0	8,3	5,2
42	BKK Wirtschaft & Finanzen	2,0	24,4	6,2	13,8	11,2	19,0	21,5	11,3	11,1	3,8	8,9
43	BKK Faber-Castell & Partner	22,9	22,9	6,3	14,6	3,9	14,8	21,4	4,4	8,1	6,0	5,9
44	IKK gesund plus	4,9	27,4	6,5	16,7	5,2	15,2	18,5	9,7	11,7	6,1	6,9
45	BKK VDN	5,9	17,8	0,0	15,7	9,4	20,9	21,7	12,1	8,4	2,4	13,8
46	BKK Public	21,2	15,3	10,3	10,5	6,8	18,5	17,1	5,9	9,5	4,6	7,6
47	BKK24	5,6	25,8	2,0	11,1	7,5	18,1	23,9	12,5	9,7	1,4	9,0
48	BKK ZF & Partner	4,9	17,8	5,8	11,3	9,6	17,5	19,3	10,9	13,8	1,0	13,1
49	TUI BKK	20,1	14,6	7,0	10,2	6,8	21,1	17,1	5,9	9,8	4,6	7,1
50	BKK firmus	23,5	19,8	2,0	9,6	3,6	9,5	20,4	12,5	8,6	10,2	4,4

Punkte gesamt

geöffnet in den Bundesländern ...

	BW	BY	B	BB	HB	HH	HE	MV	NS	NRW	RP	SL	S	SA	SH	TH
205,3	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
204,1											✓	✓				
197,9	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
196,2						✓	✓			✓						
191,6													✓			✓
189,1	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓
188,7	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
185,1	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
184,0		✓														
182,5	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
182,0							✓				✓	✓				
180,4	✓															
176,2	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓
173,4	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
169,7	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
168,3						✓				✓						
167,7	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
166,2	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
165,6	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
165,0			✓	✓												
164,3	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
163,9							✓									
162,0	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
157,2	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
155,9					✓											
154,8	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
154,1	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
152,6	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
152,2	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
148,3	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
146,5	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
143,2	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
143,1										✓					✓	
140,9	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
139,3	✓	✓	✓				✓		✓	✓			✓			
139,2		✓					✓		✓							
137,9	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
136,1														✓		
135,3									✓							
134,9	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
134,8	✓															
133,2	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓			
131,2		✓														
128,8	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
128,1						✓				✓		✓				
127,3						✓			✓	✓						
126,6	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
125,0	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
124,3	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
124,1	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Quellen: Angaben der Kassen, DFSI



Felsen in der Brandung

Auch im Jahr 2025 steht die bundesweit geöffnete Techniker Krankenkasse wieder oben auf dem Siebertreppchen bei Deutschlands größtem Krankenkassenvergleich. Auf Platz zwei folgt dem Branchenprimus diesmal die regional geöffnete AOK Rheinland-Pfalz/Saarland. Die Gruppe der Kassen, die die Auszeichnung „Top Krankenkasse“ verdient haben, reicht bis zu Rang 20. **Sämtliche Testergebnisse finden Interessierte online unter www.dfsi-institut.de/studie/142.**

BW=Baden-Württemberg, BY=Bayern, B=Berlin, BB=Brandenburg, HB=Bremen, HH=Hamburg, HE=Hessen, MV=Mecklenburg-Vorpommern, NS=Niedersachsen, NRW=Nordrhein-Westfalen, RP=Rheinland-Pfalz, SL=Saarland, S=Sachsen, SA=Sachsen-Anhalt, SH=Schleswig-Holstein, TH=Thüringen.

Im Test wurden 67 für die Allgemeinheit geöffnete Kassen berücksichtigt. Betriebsbezogene Kassen wurden nicht bewertet. Die Tabelle zeigt die 50 bestplatzierten Kassen. Berücksichtigt wurden alle Daten, die die Kassen zum Stichtag 13.1.2025 in den untersuchten Leistungsbereichen an das Portal gesetzlichekrankenkassen.de auf Basis des aktuell gültigen Fragebogens gemeldet hatten, sowie jene Daten im Bereich Finanzen, die FOCUS MONEY mit dem Deutschen Finanz-Service Institut im Juli 2024 abgefragt hatte. Als offizielle Meldung wurde nur eine von einer berechtigten Person unterschriebene schriftliche Bestätigung über die Korrektheit der erfassten Daten anerkannt. In den Einzelrankings wurde jede Kasse berücksichtigt, für die im jeweiligen Bereich Daten vorlagen. Im Gesamtranking wurde jede Krankenkasse berücksichtigt, deren Leistungsdaten jünger als/gleich dem 1.10.2024 waren.

ONLINE-VERGLEICH

Welche Kasse passt zu mir?

Sie suchen gerade die zu Ihren Bedürfnissen passende gesetzliche Krankenkasse? Finden Sie die richtige unter allen für die Allgemeinheit geöffneten gesetzlichen Krankenversicherungen anhand von Preis- und Leistungsmerkmalen. Die interaktive Krankenkassensuche von FOCUS Online und gesetzlichekrankenkassen.de erreichen Sie unter der Online-Adresse

<https://krankenkassen.focus.de>

Entstanden in Zusammenarbeit mit:

gesetzlichekrankenkassen.de
ein Portal der Kassensuche GmbH

DFSI DEUTSCHES FINANZ-SERVICE INSTITUT GmbH



Wahltarife

Option zum Sparen

Katzenjammer zum Jahreswechsel! Vieles ist seit 1. Januar für Verbraucher hierzulande teurer. Die Beiträge zur Kfz-Versicherung etwa stiegen im Schnitt um 26 Prozent. Die nationale CO₂-Bepreisung für Benzin, Diesel, Heizöl und Erdgas kletterte auf 55 Euro. Und das Deutschlandticket kostet nun 58 Euro.

Auch die Sozialversicherung wurde für die Bürgerinnen und Bürger in Deutschland kostspieliger: Der Beitrag zur Pflegepflichtversicherung stieg für Versicherte mit Kind um 0,2 Prozentpunkte auf 3,6 Prozent des monatlichen Bruttogehalts. Für Kinderlose hingegen erhöhte sich der Beitrag von vier auf nunmehr 4,2 Prozent.

Noch drastischer gestalteten sich die Beitragserhöhungen in der GKV. „Alle für die Allgemeinheit geöffneten Krankenkassen hoben im Jahresverlauf bis zum 1. Januar 2025 ihre Zusatzbeiträge im Schnitt auf 3,02 Prozent an“, bilanziert DFSI-Chef Lemke.

Was Gutverdienern über der aktuellen Bemessungsgrenze (5512,50 Euro monatlich) etwa bei einer Erhöhung ihres Kassen-Zusatzbeitrags auf 2,4 Prozentpunkte ein sattes Beitragsplus von monatlich 186,60 Euro als Selbstständiger beziehungsweise von 93,30 Euro als Arbeitnehmer bescherte.

Tipp! Auch in der GKV besteht die Möglichkeit, mit sogenannten Wahlтарифen beim Beitrag einiges an Geld zu sparen. Etwa in

FOCUS

MONEY

Hervorragende WAHL-TARIFE

der Variante der „Beitragsrückerstattung“. Und die funktioniert so: Wer als gesetzlich Versicherter ein Jahr lang keine medizinischen Leistungen in Anspruch nimmt, bekommt dafür von seiner Kasse pro Jahr bis zu einem Monatsbeitrag rückerstattet. Positiv!

Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen dürfen Versicherte dabei aber wahrnehmen, ohne den Erstattungsanspruch zu verlieren. Vorsicht! Bei manchen Kassen müssen nicht nur zahlende Mitglieder, sondern auch ihre beitragsfrei mitversicherten Angehörigen über 18 Jahre auf Arztbesuche verzichten, damit die Rückerstattung fließt.

So wurde bewertet:

Im Bereich Wahlтарife konnten die Kassen punkten, wenn sie Tarife mit Selbstbehalt, Prämienzahlung bei Leistungsfreiheit und mit Selbstbehalten anbieten, die sich nur auf einzelne Leistungsbereiche erstrecken. Bewertet wurde dabei nicht nur das Vorhandensein entsprechender Angebote, sondern auch, wie kundenfreundlich diese ausgestaltet sind. Etwa inwiefern Arztbesuche zur Abklärung von Symptomen ohne weitere Verordnung die Prämie schmälern respektive gefährden oder wie hoch die Differenz bei Selbstbehaltтарифen zwischen der ausbezahlten Prämie und dem maximal selbst zu tragenden Anteil an Behandlungskosten ist.

Kasse	Punkte	Tarif mit Selbstbehalt ¹⁾		Punkte	Tarif mit Prämie bei Leistungsfreiheit		Punkte Selbst-behaltтариф mit Leis-tungsabwahl ¹⁾	Note
		max. Vorteil	max. Selbstbehalt		max. Prämie für Arbeitnehmer	max. Prämie für Selbst-ständige		
HEK – Hanseatische Krankenkasse	5,3	600,00 €	950,00 €	5,0	600,00 €	600,00 €	2,3	Hervorragend
SECURVITA Krankenkasse	4,2	350,00 €	650,00 €	5,0	600,00 €	600,00 €	1,6	Hervorragend
Techniker Krankenkasse	4,5	300,00 €	400,00 €	5,0	600,00 €	600,00 €	2,3	Hervorragend
DAK-Gesundheit	5,5	600,00 €	800,00 €	4,4	421,80 €	600,00 €	2,0	Sehr Gut
IKK classic	5,1	450,00 €	562,50 €	4,4	418,70 €	600,00 €	0,0	Sehr Gut
pronova BKK	5,3	600,00 €	900,00 €	4,5	439,90 €	600,00 €	0,0	Sehr Gut
R+V Betriebskrankenkasse	5,3	600,00 €	900,00 €	3,5	300,00 €	300,00 €	1,5	Sehr Gut
Salus BKK	4,0	450,00 €	600,00 €	5,0	600,00 €	600,00 €	2,2	Sehr Gut
VIActiv Krankenkasse	5,3	600,00 €	900,00 €	5,0	600,00 €	600,00 €	2,0	Sehr Gut
AOK Baden-Württemberg	5,4	540,00 €	660,00 €	0,0	–	–	2,5	Gut
AOK Bayern	5,0	500,00 €	750,00 €	2,8	150,00 €	150,00 €	2,0	Gut
AOK Niedersachsen	5,3	500,00 €	620,00 €	3,8	150,00 €	150,00 €	0,0	Gut
AOK PLUS	5,7	600,00 €	720,00 €	0,0	–	–	2,4	Gut
BARMER	4,9	450,00 €	650,00 €	3,0	200,00 €	200,00 €	0,0	Gut
BIG direkt gesund	4,3	300,00 €	450,00 €	5,0	600,00 €	600,00 €	0,0	Gut
BKK GILDEMEISTER SEIDENSTICKER	3,7	150,00 €	250,00 €	4,2	374,90 €	600,00 €	0,0	Gut
BKK Public	0,0	–	–	5,0	600,00 €	600,00 €	2,3	Gut
BKK Scheufelen	4,2	300,00 €	500,00 €	4,0	600,00 €	600,00 €	1,5	Gut
IKK Südwest	4,4	300,00 €	420,00 €	2,8	150,00 €	150,00 €	0,0	Gut
KKH Kaufmännische Krankenkasse	4,4	400,00 €	750,00 €	4,0	600,00 €	600,00 €	1,9	Gut
KNAPPSCHAFT	4,9	500,00 €	800,00 €	3,5	300,00 €	300,00 €	0,0	Gut
mhplus Betriebskrankenkasse	4,3	300,00 €	450,00 €	3,8	384,10 €	339,90 €	2,1	Gut

Auswahl: Krankenkassen mit der Note „Hervorragend“ (Top 10 Prozent auf Skala von 0 bis zur höchsten erzielten Punktzahl), „Sehr Gut“ (nachfolgende 10 Prozent), „Gut“ (nachfolgende 20 Prozent); Tabelle zeigt nur einen Teil der bewerteten Kriterien; ¹⁾Selbstbehalt gilt nur für bestimmte Leistungsbereiche, die vom Versicherten bestimmt werden können oder welche die Kasse vorgibt

Quellen: Angaben der Kassen, DFSI

Alternative Medizin

Wer heilt, hat recht

Menschen mit rheumatoider Arthritis tragen ein höheres Risiko, einen durch Blutgerinnsel im Gehirn verursachten Schlaganfall zu erleiden. Das Risiko lässt sich laut Forschern aus Taiwan aber möglicherweise durch Akupunktur deutlich verringern. Eine Vergleichsstudie von je 11613 Rheumapatienten mit und ohne Akupunkturbehandlung ergab, dass in der Akupunkturgruppe insgesamt nur 341, in der Kontrollgruppe hingegen 605 einen Schlaganfall bekamen – eine Differenz von 43 Prozent. Dieses Ergebnis war unabhängig von Alter, Geschlecht, Medikamenteneinnahme und Begleiterkrankungen zu beobachten.

Wie ist diese Wirkung zu erklären? Die Wissenschaftler vermuten, dass Akupunktur den Spiegel an entzündungsfördernden Substanzen im Körper senkt. Das kann Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen, welche Haupttodesursache bei Menschen mit rheumatoider Arthritis sind. Instabiler Blutdruck und Lipidprofile seien zwei wichtige Risikofaktoren für einen ischämischen Schlaganfall. Akupunktur habe, so die Forscher, den Vorteil, sowohl Bluthochdruck als auch Dyslipidämie zu kontrollieren. Indem Akupunktur Morgensteifigkeit und Gelenkschmerzen lindere, profitierten die Betroffenen möglicherweise doppelt davon, weil sie körperlich aktiver sein könnten, was das Schlaganfallrisiko weiter verringere.

Auch bei Schmerzen im Knie hilft Akupunktur. Bei dieser Therapieform werden dem Patienten feine sterile Einmalnadeln in definierte Punkte des Körpers gestochen, die an Energiebahnen, sogenannten Meridianen, verlaufen. Die Krankenkassen übernehmen in aller Regel bei Erkrankten bis zu zehn Akupunktursitzungen innerhalb von maximal sechs Wochen, wenn diese seit mindestens sechs Monaten an chronischen Schmerzen in der Lendenwirbelsäule oder chronischen Kniebeschwerden durch Gonarthrose – der Knorpel im Kniegelenk verschleißt, daher reiben die Gelenkflächen von Oberschenkelknochen,



Schienbein und Kniescheibe mehr aufeinander – leiden. In begründeten Ausnahmefällen zahlen die Krankenkassen sogar bis zu 15 Sitzungen innerhalb von maximal zwölf Wochen.

Neben Akupunktur kann im Rahmen der Komplementärmedizin heute etwa auch die Osteopathie evidenzbasierte Heilerfolge vorweisen. Richard Nahin, Epidemiologe des National Center for Complementary and Integrative Health in den USA, etwa hat 2016 die Ergebnisse aus 105 Studien zusammengefasst. Dabei zeigte sich, dass Osteopathie bei Rückenschmerzen Linderung bringt.

Daher subventionieren auch manche Krankenkassen im Rahmen der individuellen Satzungsleistungen osteopathische Therapien mit einer bestimmten Summe. Die Sitzungen müssen gesetzlich Versicherte zunächst aus eigener Tasche zahlen, bevor sie die Krankenkasse im Nachgang teilweise erstattet. Zudem muss ein Arzt die osteopathische Behandlung verordnen.

Im Rahmen der Komplementärmedizin ist auch die heilende Wirkung pflanzlicher Präparate, sogenannter Phytopharmaka, wissenschaftlich anerkannt. Da Phytopharmaka häufig weniger Nebenwirkungen als synthetische Medikamente zeigen, kommen sie zudem oft bei Patientinnen und Patienten mit chronischen und psychosomatischen Beschwerden zum Einsatz.

Nicht umsonst haben sich einige Krankenkassen dafür entschieden, im Rahmen der Satzungsleistungen ihren Versicherten auch phytotherapeutische Arzneien zu erstatten.

So wurde bewertet:

Überprüft wurden die Leistungen für 16 alternative Heil- und Medizinverfahren (u. a. Homöopathie, Osteopathie, TCM, kinesiologisches Taping). Bewertet wurde, ob die Kasse Kosten übernimmt bei ambulanter Behandlung bei allen zugelassenen Ärzten mit entsprechender Zusatzqualifikation oder nur bei ausgewählten Ärzten, gegebenenfalls nur in begrenzten regionalen Gebieten, oder ob sich Versicherte die Kostenübernahme lediglich im Rahmen eines Bonusprogramms „verdienen“ können.

Kasse	anthroposophische Medizin Therapie	anthroposophische Medizin Medikamente	Homöopathie Therapie	Homöopathie Medikamente	Osteopathie	Phytotherapie	Note
BKK Herkules	200 € bei 100%	100 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	200 € bei 100%/GK	160 € bei 100%	200 € bei 100%	Hervorragend
IKK Brandenburg und Berlin	150 € bei 80%/GK	150 € bei 80%/GK	unbegr. bei 100%	150 € bei 80%/GK	200 € bei 80%	150 € bei 80%/GK	Hervorragend
SECURVITA Krankenkasse	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	300 € bei 100%	100 € bei 100%/GK	Hervorragend
HEK – Hanseatische Krankenk.	100 € bei 70%	100 € bei 70%	unbegr. bei 100%	100 € bei 70%	90 € bei 100%	100 € bei 70%	Sehr Gut
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland	150 € bei 100%/GK	25 € bei 80%	75 € bei 100%	25 € bei 100%	240 € bei 100%	25 € bei 80%	Sehr Gut
BERGISCHE KRANKENKASSE	rA/unbegr. bei 100%	20 € bei 100%/GK	rA/unbegr. bei 100%	20 € bei 100%/GK	rA/unbegr. bei 100%	rA/unbegr. bei 100%	Sehr Gut
AOK Baden-Württemberg	–	300 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	300 € bei 100%/GK	300 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	Gut
BAHN-BKK	504 € bei 90%	150 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	150 € bei 100%/GK	200 € bei 80%/GK	150 € bei 100%/GK	Gut
BKK VDN	–	100 € bei 100%	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%	360 € bei 100%	100 € bei 100%	Gut
BKK Wirtschaft & Finanzen	unbegr. bei 100%	130 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	130 € bei 100%/GK	360 € bei 100%	130 € bei 100%/GK	Gut
BKK ZF & Partner	–	100 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	240 € bei 100%/GK	100 € bei 100%/GK	Gut
hkk Krankenkasse	–	100 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	160 € bei 100%	100 € bei 100%/GK	Gut
mkk – meine krankenkasse	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	240 € bei 100%/GK	100 € bei 100%/GK	Gut
Techniker Krankenkasse	rA/unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	unbegr. bei 100%	100 € bei 100%/GK	120 € bei 100%	100 € bei 100%/GK	Gut

Auswahl: Krankenkassen mit der Note „Hervorragend“ (Top 10 Prozent auf Skala von 0 bis zur höchsten erzielten Punktzahl), „Sehr Gut“ (nachfolgende 10 Prozent), „Gut“ (nachfolgende 20 Prozent); Tabelle zeigt nur einen Teil der bewerteten Kriterien; Lesebeispiel: 100 € bei 70% = Kasse zahlt höchstens 70% des Rechnungsbetrags und maximal 100 Euro; unbegr. = unbegrenzt, GK = im Rahmen eines begrenzten Budgets eines Gesundheitskorts, rA = nur regional im Versorgungsgebiet der Kasse verfügbar

Quellen: Angaben der Kassen, DfSJ



Ausgezeichnete Leistungen

Loyalität hängt vom Alter ab

Auch wenn das Gros der Teutonen heute an eine Reform des maroden und überteuerten deutschen Gesundheitssystems nicht mehr so recht glauben kann: Zumindest die gesetzlich Krankenversicherten stehen zu ihren Kassen, attestiert das „Versichertenbarometer 2024“ des Marktforschers M+M. Rund 82 Prozent der Befragten sind „zufrieden“ oder sogar „sehr zufrieden“ mit den Leistungen ihrer Krankenkasse. Insbesondere die Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft der Kassenmitarbeiter, die Kompetenz und der Online-Auftritt werden positiv bewertet. Dennoch ist es mit der Loyalität der Bundesbürgerinnen und -bürger zu ihrer Kasse nicht weit her: Rund 15 Prozent der gesetzlich Versicherten denken darüber nach, ihrer Kasse innerhalb der nächsten sechs Monate den Laufpass zu geben, attestiert eine Analyse der Boston Consulting Group (BCG). Je jünger die Versicherten seien, desto höher sei die Wechselbereitschaft. Bei den unter 45-Jährigen liege sie daher vier Prozent über dem Durchschnitt, so die BCG-Berater.

So wurde bewertet:

Die Tabelle rechts listet in alphabetischer Reihenfolge jene 20 gesetzlichen Krankenkassen auf, welche die höchsten Punktzahlen im reinen Leistungsvergleich ohne Einrechnung der Punkte im Bereich Finanzen erzielten. Wobei die jeweils beste bundesweit und regional geöffnete gesetzliche Krankenkasse optisch hervorgehoben ist. Dabei wurden je 15 Sonderpunkte für die Auszeichnung „Von Ärzten empfohlen“ eingerechnet (s. dazu auch unten).

Beste Leistungen bundesweit
Techniker Krankenkasse
Beste Leistungen regional
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
Ausgezeichnete Leistungen
HEK – Hanseatische Krankenkasse
AOK Baden-Württemberg
AOK Bayern
AOK Hessen
AOK PLUS
BARMER
BERGISCHE KRANKENKASSE
DAK-Gesundheit
hkk Krankenkasse
IKK classic
IKK Südwest
KKH Kaufmännische Krankenkasse
mhplus Betriebskrankenkasse
Mobil Krankenkasse
R+V Betriebskrankenkasse
SBK
SECURVITA Krankenkasse
VIACTIV Krankenkasse

Quellen: DFS, eigene Erhebung/Auswertung

Von Ärzten empfohlen

Ausführliche Anamnese

Neben objektiv nachprüfbaren Leistungen sind auch die Erfahrungen von niedergelassenen Ärzten und Patienten ein überaus probates Mittel, um Qualität und Attraktivität einer Krankenkasse zu beurteilen. FOCUS MONEY hat nachgefragt und Studien ausgewertet.



So wurde bewertet:

Für die ärzteempfehlung wurde im Januar 2025 bei exakt 11645 Ärzten und Zahnärzten per Online-Umfrage ermittelt, welche Krankenkassen sie aus persönlicher Erfahrung in der Zusammenarbeit und vom Umfang der Leistungen her empfehlen würden. Jeder Befragte konnte dabei aus allen für die Allgemeinheit geöffneten Kassen bis zu drei Wettbewerber auswählen. Zur Ermittlung der Empfehlungen wurde die Zahl der Nennungen ins Verhältnis zur Zahl der Bundesländer gesetzt, in denen die jeweilige Krankenkasse geöffnet ist. Zudem erfolgte eine Abstufung nach Kassengröße. Kerngröße war die Mitgliederzahl im Juli 2024. So konnte berücksichtigt werden, dass die Mediziner, statistisch betrachtet, mit Patienten von einer großen, bundesweit aktiven Kasse öfter in Kontakt kommen als mit denen eines kleineren, regional operierenden Wettbewerbers.

Wen Ärzte/Zahnärzte empfehlen

Kasse	Mitglieder	Versicherte	aktiv in Bundesländern
unter 600 000 Mitglieder			
HEK – Hanseatische Krankenkasse	446 674	564 002	16
AOK Bremen/Bremerhaven	207 042	283 185	1
BKK PFAFF	34 738	44 342	1
Continental Betriebskrankenkasse	73 761	93 679	16

Auswahl: jeweils zwei bundesweit und regional geöffnete Kassen mit den meisten Nennungen im Verhältnis zur Zahl der Bundesländer, unterteilt nach Kassengröße; Stand: 1/2025, Stand Mitglieder/Versicherte: 7/2024

Quellen: eigene Auswertung, Angaben der Kassen