

BIG mag

02|22

BIGbalance Life & Health → 4

Das Gesundheits-
portal der BIG

Neue Leistungen für Sie → 2

Programm für Herzranke → 6



direkt gesund

Direkter geht Krankenkasse nicht.

BIGinfo



Der BIG glückt im Geschäftsjahr 2021 Punktlandung

Trotz der Herausforderungen aufgrund der weitläufigen Corona-Pandemie ist es der BIG gelungen, das Jahr ihres 25-jährigen Jubiläums mit einem ausgeglichenen Ergebnis abzuschließen. Bei Gesamteinnahmen von rund 1,638 Milliarden Euro verbuchte die BIG sogar ein leichtes Plus von 1,02 Millionen Euro. Die Leistungsausgaben der BIG betragen 2021 rund 1,534 Milliarden Euro. Sie lagen damit über 75 Millionen Euro (+5,2 Prozent) höher als 2020. Für jeden ihrer rund 513.000 Versicherten gab die BIG durchschnittlich 2.989,92 Euro für Leistungen aus, eine deutliche Steigerung von 7,9 Prozent (+219,60 Euro) gegenüber dem Vorjahr. „Unser Jahresergebnis kann man durchaus als Punktlandung bezeichnen. Für unsere Versicherten ist dies ein Beleg dafür, dass die BIG solide wirtschaftet“, sagt Vorstandsvorsitzender Peter Kaetsch. Unseren Geschäftsbericht 2021 finden Sie hier:



big-direkt.de/geschaeftsbericht



Vorstandsvergütung für 2021

Transparenz ist der BIG wichtig. Das gilt auch für die Vorstandsvergütung. Vorstandsvorsitzender Peter Kaetsch erhielt 2021 eine jährliche Gesamtvergütung von 229.053,75 Euro (Grundvergütung 215.400 Euro, variable Vergütung 9.843,75 Euro, Dienstwagen 3.810 Euro). Bei Markus Bäumer, stellvertretender Vorstandsvorsitzender, betrug diese 219.188,04 Euro (Grundvergütung 204.500,04 Euro, variable Vergütung 9.750 Euro, Dienstwagen 4.938 Euro).

Neue Leistungen für Sie



Pränataltest auf Trisomie 13, 18, 21

Seit Juli übernimmt die BIG unter bestimmten Voraussetzungen die Kosten für den nicht-invasiven Pränataltest (NIPT) auf die Trisomien 13, 18 und 21. Bisher konnten als Kassenleistung nur invasive Methoden wie z. B. die Fruchtwasserpunktion abgerechnet werden. Diese Methoden sind mit gewissen Risiken verbunden. Mit dem NIPT haben Schwangere jetzt eine kosten- und eingriffsfreie Test-Option, wenn z. B. der Verdacht einer Trisomie besteht.



big-direkt.de/nipt



Nagelspannenbehandlung direkt über Podolog*innen

Die Nagelspannenbehandlung war bisher eine rein ärztliche Leistung. Ab jetzt können Podolog*innen die Behandlung direkt selbst über eine Heilmittelverordnung durchführen. Für Sie entfällt damit der Arztbesuch.

Nagelspannenbehandlung – was ist das?

Eine Nagelspanne korrigiert und lenkt eingewachsene Fußnägel, sodass sich Entzündungen zurückbilden oder gar nicht erst entstehen und der Nagel richtig wächst.



Unterkieferprotrusionsschiene bei Schlafapnoe

Wer unter einer obstruktiven Schlafapnoe leidet, also beim Schlafen Atemaussetzer hat und schlecht Luft bekommt, hat mit einer individuell hergestellten Schnarchschiene (Unterkieferprotrusionsschiene) eine weitere Therapiemöglichkeit. Die Kosten trägt unter bestimmten Voraussetzungen die BIG.



big-direkt.de/schnarchschiene



Nutzen Sie schon die meineBIG-App?

Sparen Sie Wege, Wartezeiten und Briefmarken – und erledigen Sie (fast) alles direkt in der meineBIG-App nebenbei von der Couch oder in der Bahn.

Diese Services warten in der meineBIG-App auf Sie

Die 20 wichtigsten und meistgenutzten Formulare für Erstattungen und Anträge hält die App bereit:

- Laden Sie in der App bequem die Nachweise für den BIGtionär-Bonus hoch. Hier bekommen Sie immer den aktuellen Kontostand angezeigt.
- Laden Sie für eine Erstattung Ihre Rechnungen für z. B. Osteopathie oder professionelle Zahnreinigung in der meineBIG-App hoch: Formular ausfüllen, Rechnung fotografieren und direkt uploaden. So ist das Geld schnell auf Ihrem Konto.
- Auch Leistungen, die Sie beantragen wollen, wie zum Beispiel Krankengeld oder Rehasport, wickeln Sie mit wenigen Klicks über die meineBIG-App ab.
- Bestellen Sie unkompliziert mit der App Mitgliedsbescheinigungen, Versicherungsnachweise oder Behandlungsscheine.
- Neue Telefonnummer? Umgezogen? Alle Änderungen sind direkt in der meineBIG-App möglich.

Schneller Login durch Gerätebindung und Touch/Face-ID

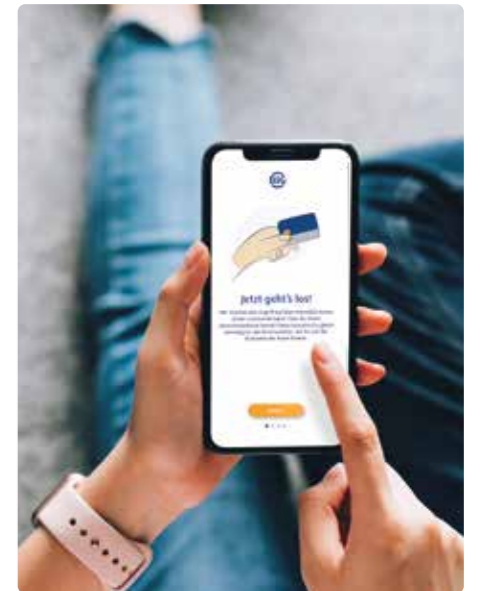
Ab der App Version 3.14.0 (Android und iOS) können Sie Ihr Smartphone direkt mit Ihrem meineBIG-Konto koppeln. Dadurch entfällt in Zukunft endlich die Eingabe der smsTAN! Die Einrichtung geht ganz einfach:

- 1 Nach der Eingabe der Versichertennummer und des Passworts (oder dem Login per Fingerabdruck/Gesichtserkennung) beantragen Sie ein letztes Mal eine smsTAN und geben diese ein.
- 2 Im Anschluss benötigen Sie nur noch Ihre aktuelle Versichertenkarte, um mit der Kartennummer Ihre Identität zu bestätigen.
- 3 Fertig! Beim nächsten App-Login landen Sie schnell und einfach auf der meineBIG-App-Startseite und können Ihre Anliegen erledigen.

Ihr Feedback interessiert uns!

Wir möchten unsere App weiter verbessern und Ihre Wünsche umsetzen. Melden Sie sich gerne mit Ihren Anregungen:

 app-support@big-direkt.de



QR-Code scannen und jetzt die meineBIG-App herunterladen:



App Store



Google Play

Sie nutzen die meineBIG-App schon, aber die neue Funktion funktioniert (noch) nicht? Einfach die App im Store updaten.

BIGbalance Life & Health

Das neue Gesundheitsportal der BIG

Online-Gesundheitskurse werden immer beliebter. Sie sind unabhängig von Zeit und Ort und können problemlos in den persönlichen Alltag integriert werden. Seit Kurzem bietet Ihnen die BIG mit BIGbalance Life & Health ein kostenloses, hauseigenes Gesundheitsportal mit Online-Coachings rund um Ernährung, Bewegung und mentale Gesundheit.



Online-Check-up

Das Herzstück des Gesundheitsportals ist ein umfassender Check-up, entwickelt von Fachärzt*innen und Hochschulforscher*innen. Er liefert Ihnen eine ausführliche Analyse Ihres Gesundheitsverhaltens und Ihrer psychischen Widerstandsfähigkeit sowie Tipps, um beides zu erhalten oder zu verbessern.



Online-Coachings

Die Erkenntnisse aus dem Check-up können Sie direkt in BIGbalance angehen. Hier stehen Ihnen verschiedene qualitätsgesicherte Gesundheitskurse zu den Themen Ernährung, Bewegung und mentale Gesundheit zur Verfügung. Nach Abschluss eines jeden Coachings bekommen Sie ein Handout zum Download und ein Zertifikat für das Bonusprogramm BIGtionär. Dort bekommen Sie 10 Euro für zwei durchgeführte Kurse gutgeschrieben.

Online-Gesundheitskurse – bereit, wenn Sie es sind!

- **Einfache Teilnahme:** Sie benötigen nur PC, Laptop, Tablet oder Smartphone und eine Internetverbindung.
- **Ortsunabhängig:** Ob im Wohnzimmer, in der Bahn oder im Pausenraum – digitale Gesundheitsangebote haben Sie immer in der Tasche. Außerdem bekommen Menschen, die keine Möglichkeit haben, an Vor-Ort-Kursen teilzunehmen, Zugang zu Präventionsangeboten.
- **Zeitlich flexibel:** Sie können die Kurse dann absolvieren, wenn es Ihnen am besten passt. Davon profitieren besonders die, deren Tagesablauf sich nicht um die Öffnungszeiten von Fitnessstudio und Co. planen lässt, also zum Beispiel Eltern und Schichtarbeiter*innen – aber auch die Couch-Potatos, die mitten in der Nacht auf einmal die Motivation packt. 😊
- **Individuell:** Machen Sie Gesundheitskurse in Ihrem eigenen Tempo! Alle Inhalte stehen Ihnen jederzeit zur Verfügung und können beliebig oft wiederholt werden.



Prominente Unterstützung und geballte Fachkompetenz

Für einige Kurse in Sachen Bewegung, Fasziens und Osteopathie konnten wir den amtierenden Deutschen Meister im Kugelstoßen, David Storz und seinen ehemaligen Teamkollegen und Physiotherapeut Dennis Lewke gewinnen. Die beiden wissen, wie wichtig Muskulatur und Beweglichkeit sind und geben ihre Erfahrungen und ihr Fachwissen gern an die BIG-Versicherten weiter.



Sommer-Highlight

Gesund grillen mit den SizzleBrothers

Was gibt es Schöneres, als mit lieben Menschen einen gemütlichen Grillabend zu verbringen!? Überraschen Sie Familie und Freund*innen doch mal mit außergewöhnlichen und gesunden Grillgerichten! Gemeinsam mit einer Ernährungsberaterin und Julian von den SizzleBrothers gelingt Ihnen ganz einfach ein Schlemmer-Menü, das Ihre Gäste begeistern wird!



Sichern Sie sich einen Zuschuss zum BIGtionär!

Für zwei durchgeführte BIGbalance-Kurse Ihrer Wahl erhalten Sie 10 Euro im Bonusprogramm BIGtionär. Einfach Zertifikate hochladen und Zuschuss sichern!



Wie komme ich zu BIGbalance Life & Health?

BIGbalance Life & Health ist ein exklusives Angebot für BIG-Versicherte. Sie erreichen die Plattform daher nur über unseren Mitgliederbereich „meineBIG“.

Mehr dazu:

 big-direkt.de/life-and-health

Herzenssache – Versorgung für Herzranke

Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursachen in Deutschland rund 40 Prozent aller Todesfälle. Das ist der höchste Wert in der Statistik des Robert Koch-Instituts. Deshalb unterstützen wir Sie mit verschiedenen Angeboten, die dem Herz guttun:



Disease Management Programm

Koordinierte Behandlung für Herzpatient*innen

Ist eine koronare Herzkrankheit diagnostiziert, ist das **Disease Management Programm Koronare Herzkrankheit (DMP KHK)** genau das Richtige, um mit der Krankheit so gut wie möglich zu leben und die Behandlung optimal zu gestalten.

Bei der KHK setzen sich die Arterien nach und nach zu, was den Blutfluss zum Herzen erschwert. Für KHK-Patient*innen ist das sehr gefährlich, denn im schlimmsten Fall führt die Erkrankung zu einem Herzinfarkt. Dass die Blutgefäße immer enger werden, hat **unterschiedliche Ursachen** wie z. B. das Alter, eine ungesunde Lebensweise oder familiäre Veranlagung.

Die häufigsten Risikofaktoren sind:

- Übergewicht
- Rauchen
- Bluthochdruck
- hohe Cholesterinwerte
- Diabetes mellitus
- Bewegungsmangel

Zu Beginn der Krankheit merken Betroffene oft nicht, was sich im Körper tut. Erst wenn schon 70 Prozent der Herzkranzgefäße durch **Ablagerungen** eingengt sind, treten die ersten Symptome auf: zum Beispiel Atemnot oder ein Druckgefühl auf der Brust bei körperlicher Anstrengung. Dann spricht man von einer Angina Pectoris („Brustenge“).

KHK wird je nach Schwere mit **Medikamenten oder einer Operation** (Stents oder Bypass) behandelt. Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt prüft dazu regelmäßig wichtige Werte wie Blutdruck und Blutzucker und ist die erste Anlaufstelle im DMP KHK. Gemeinsam mit weiteren Expert*innen, z. B. für Kardiologie oder Zuckerkrankheit, sowie Kliniken und Reha-Einrichtungen erarbeitet Ihre Praxis die **optimale Behandlung**.

Bei allen Fragen rund um DMP-KHK sind wir gern für Sie da:

 dmp@big-direkt.de
big-direkt.de/dmp


Schlaganfall-Risiko senken

Wer regelmäßig seinen Herzrhythmus prüft, kann Vorhofflimmern frühzeitig entdecken und sein Schlaganfall-Risiko reduzieren. Mit der App von RhythmusLeben lässt sich das einfach im Alltag umsetzen.

 big-direkt.de/preventicus



Kardio-CT und Kardio-MRT im Grönemeyer-Institut

Bei Verdacht auf eine Erkrankung der Herzkranzgefäße bietet das Grönemeyer Institut mit einem  Kardio-Computertomographen (CT) oder Kardio-Magnetresonanztomographen (MRT) eine schonende, nicht-invasive Alternative zur Herzkatheter-Untersuchung.

 big-direkt.de/versorgungsprogramm-herz

BIGdigital



Welche Medikamente & Behandlungen hatte ich in den letzten Jahren?

Seit wann bin ich bei meinem Hausarzt in Behandlung, welche Medikamente musste ich im vergangenen Jahr nehmen und wann war ich zuletzt bei der Vorsorge? Das lässt sich jetzt einfach und bequem nachschauen – in der elektronischen Patientenakte (ePA). Die Funktion „Leistungsauskunft“ bietet Ihnen in der App alle Daten über **Arztbehandlungen, Krankenhausaufenthalte, Medikamente, Heilmittel und Hilfsmittel** der vergangenen sechs Jahre. Sie sehen, von wem Sie behandelt wurden und welche Diagnose gestellt wurde. Die Daten werden mit einer Verzögerung von bis zu neun Monaten eingespielt, da die Abrechnung der Behandlungen und Leistungen zwischen den Behandlern und uns zeitverzögert passiert.

Digital statt auf Papier:



Heil- und Kostenplan für Zähne und Kiefer

Die Heil- und Kostenpläne für Zahnersatz, Anträge für Kiefergelenkerkrankungen bzw. Kieferbruch oder Kieferorthopädische Pläne (KFO) werden **jetzt digital abgewickelt**.

Und wie läuft das dann ab?

Die Zahnarztpraxis sendet Anträge und Mitteilungen als **elektronischen Datensatz sicher und verschlüsselt** an die BIG. Wir prüfen die Anträge und senden unsere Entscheidung (Genehmigung/Ablehnung) auf demselben Weg wieder an die Praxis. Sie als Versicherte*r erhalten darüber eine **Info per Post**.

Als Patient*in bekommen Sie bei einer Zahnersatzversorgung zukünftig von Ihrer Praxis nicht mehr den herkömmlichen Heil- und Kostenplan, sondern eine **Information mit allen für Sie wichtigen Inhalten**. Diese können Sie dann ggf. statt des bisherigen Heil- und Kostenplanes bei Ihrer Zusatzversicherung einreichen.

Wie Sie die ePA-App erhalten, sich registrieren und welche Vorteile sie sonst noch bietet

 big-direkt.de/epa

oder Sie rufen unser ePA-Team an unter

 **0231 5557 1400**



Versichertenkarte-Foto 10 Jahre gültig

Ihr Foto für die Versichertenkarte ist **10 Jahre gültig**. Dann ist aus **Datenschutzgründen** ein neues Foto nötig. Wenn es bei Ihnen so weit ist und **Sie eine neue Karte benötigen**, erhalten Sie von uns eine Nachricht. Falls Sie in nächster Zeit unabhängig davon, z.B. wegen einer Namensänderung, Verlust oder Beschädigung eine neue Karte benötigen, melden Sie sich gerne bei uns. Wir schauen **gemeinsam mit Ihnen**, ob wir in Kürze auch ein neues Foto von Ihnen brauchen und bestellen eine neue Karte für Sie.

BIGmag online



Das BIGmag gibt es auch digital:

 bigmag.big-direkt.de

Möchten Sie künftig nur noch die Online-Ausgabe, schreiben Sie uns einfach an:

 bigmag@big-direkt.de



Die BIG empfehlen und 25 Euro sichern!

Online werben unter:
big-direkt.de/kundenwerben

Das Porto zahlt die BIG für Sie

BIG direkt gesund
Rheinische Straße 1
44137 Dortmund

Karte ausfüllen und abschieken oder faxen

Sprechen Sie uns an, wir sind gerne für Sie da!

Kostenloser 24h-Direktservice
0800 5456 5456
info@big-direkt.de

Gerne weilersagen

Lassen Sie auch Ihre Familie und Bekannten von den vielen BIG-Vorteilen profitieren und empfehlen Sie die BIG gerne weiter.

→ Für jedes geworbene Mitglied bedanken wir uns mit 25 Euro.

So funktioniert's:

- Eigene Krankenversicherungsnummer eintragen.
- Karte abtrennen und weitergeben.
- Ihr*e Interessent*in schickt die Karte zu uns und erhält Infos zur BIG.
- Wird der*die Interessent*in BIG-Mitglied, überweisen wir Ihnen 25 Euro.



Sprechen Sie uns an,
wir sind gern für Sie da!

Kostenloser
24 h-Direktservice
0800 5456 5456

info@big-direkt.de
big-direkt.de

@bigdirektgesund auf



Ja, ich möchte Infos über die Leistungen der BIG!

Bitte senden Sie mir Infos über die BIG:

Herr Frau

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Dieses BIG-Mitglied hat mich geworben:

10-stellige Krankenversicherungsnummer des Werbenden

Telefon (freiwillig)

E-Mail (freiwillig)

Ich bin damit einverstanden, dass meine oben genannten Daten bei BIG direkt gesund für Beratungs- und Informationszwecke per Telefon oder E-Mail, die das Angebot der BIG betreffen, genutzt werden. Diese Einwilligung kann ich für die Zukunft jederzeit widerrufen.

Ort, Datum, Unterschrift



Wie zufrieden sind Sie mit dem BIGmag?

Gefallen Ihnen die Inhalte, fühlen Sie sich gut informiert? Passt das Format? Wir freuen uns, wenn Sie sich ein paar Minuten Zeit nehmen. Die Abfrage ist kurz und übersichtlich und Ihr Feedback hilft uns, besser zu werden.



Herausgeber:
BIG direkt gesund
Postfach 100642, 44006 Dortmund
Fon: 0231 5557-0, Fax: 0231 5557-199
V.i.S.d.P.: Peter Kaetsch
Redaktion: Constanze Becker,
Sarah Grewing und Simone Urban
Titelbild: ©iStock/Solovyova

MGB 202202

