



Foto: nyul/fotolia

Bei Osteoporose ist leichtes Training mit Gewichten besonders wichtig, da das die Knochenmasse wieder erhöht.

### Gesetzliche Krankenversicherung

## Verbesserte Leistung bei Osteoporose

Künftig wird es für Patienten leichter, bei Verdacht auf Osteoporose eine Verordnung für eine Knochendichtemessung zu bekommen. Die Leistung wird von den Gesetzlichen Krankenkassen bezahlt.

Der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) hat Ende Februar beschlossen, die Voraussetzungen für eine Knochendichtemessung (Osteodensitometrie) als Leistung der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) zu lockern. Bisher wurde die Knochendichtemessung nur zu Lasten der GKV verordnet, wenn der Patient einen Knochenbruch erlitten hatte und Verdacht auf Osteoporose bestand. Künftig reicht es, wenn der Patient bzw. Arzt nachweisen kann, dass eine Behandlungsabsicht mit Medikamenten aufgrund konkreter Befunde besteht.

Von Ausnahmen abgesehen, kann eine Knochendichtemessung frühestens nach fünf Jahren wiederholt werden. Patientenvertretungen hatten eine Frist von zwei Jahren gefordert.

Osteoporose ist eine Skeletterkrankung, die besonders bei Frauen nach den Wechseljahren durch den Mangel an Geschlechtshormonen auftritt. Bereits mit Ende 30 nimmt die Knochenmasse bei jedem Menschen kontinuierlich ab. Geschieht dies überdurchschnittlich stark, spricht man von Osteoporose. Kalzium- und Vitamin-D-Mangel, aber auch Medikamente (sekundäre Osteoporose) können zum Knochenabbau führen. In der Folge kommt es leicht zu Knochenbrüchen, besonders an Wirbelknochen, Oberschenkelhals und Handgelenk, und kann letztlich zu bleibender Bettlägerigkeit und dauernden Schmerzen führen. Neben weiblichem Geschlecht und hohem Alter sind mangelnde Bewegung, übermäßiger Alkoholgenuß und Rauchen sowie kalziumarme Ernährung weitere Risikofaktoren, die in jungen Jahren den Aufbau, bzw. im Alter den Erhalt der Knochenmasse negativ beeinflussen.

Wird eine Osteoporose-Gefährdung diagnostiziert, leisten heutzutage Medikamente in Kombination mit körperlichem Training und Ernährungsumstellung gute Hilfe.

### Rententipp der Deutschen Rentenversicherung

## Witwenrente vom Ex-Partner

Wer nach dem Tod seines Ehepartners eine Witwen- oder Witwerrente erhält, verliert diese Rente, wenn eine neue Ehe geschlossen wird. Doch dieser Verlust muss nicht auf ewig sein: Falls die neue Ehe aufgelöst wird, kann die Rente nach dem vorherigen Ehegatten wieder aufleben.

Wenn der zweite Ehepartner stirbt oder die zweite Ehe geschieden wird, kann die Rente vom ersten Ehepartner ab dem Folgemonat des Todes oder der Rechtskraft des Scheidungsurteils wieder geleistet werden. Hierfür muss rechtzeitig – innerhalb von zwölf Kalendermonaten – ein neuer Antrag gestellt werden.

Auf die wiederauflebende Rente werden aber Ansprüche, die durch die zweite Ehe entstanden sind, angerechnet. Wird also aus der zweiten Ehe eine Rente bzw. eine Versorgung geleistet oder besteht Anspruch auf Unterhalt, so wird die Rente aus der ersten Ehe um die Höhe der Zahlungen aus der zweiten Ehe vermindert. Das kann dazu führen, dass die wiederauflebende Rente aus der ersten Ehe gar nicht mehr ausgezahlt werden kann, weil die Zahlungen aus der zweiten Ehe höher sind.

Die wiederauflebende Rente aus der ersten Ehe wird so lange gezahlt, wie die oder der Hinterbliebene nach Auflösung der neuen Ehe unverheiratet bleibt. Bei einer neuen – dritten – Ehe fällt die Rente mit Ablauf des Monats der erneuten Heirat endgültig weg.

Sie kann, falls auch diese dritte Ehe aufgelöst werden sollte, nicht mehr wieder aufleben. Im Gegensatz zu einer „normalen“ Witwenrente, die erstmalig bewilligt wurde, wird bei einer wiederauflebenden Rente eine Rentenabfindung nicht gezahlt.

Deutsche Rentenversicherung



Foto: Birgit Reitz-Hofmann/fotolia

Nach der Scheidung vom zweiten Ehemann hat die Geschiedene eventuell wieder Anspruch auf die Rente des verstorbenen ersten Ehemannes.

### Die Deutsche Rentenversicherung warnt

## Betrug mit „Rentenmasche“

Ob am Telefon oder per Post: Betrüger suchen sich besonders gerne Senioren aus, um ihnen wichtige Informationen zu entlocken und an ihr Geld zu kommen. Unter dem Namen der Deutschen Rentenversicherung gibt es auch dieses Jahr wieder Betrugsversuche.

Alle Jahre wieder muss die Deutsche Rentenversicherung vor Trickbetrüger warnen, die in ihrem Namen versuchen, an persönliche Daten von Senioren zu kommen. Per Telefon fragen die angeblichen Mitarbeiter nach Kontoverbindungen, Sozialversicherungsnummer und Adressen oder fordern ihre Opfer auf, Geld zu überweisen, indem sie von „feh-

lerhafter Berechnung“ oder „Rentenpfändung“ sprechen. Manchmal wird auf dem Telefondisplay sogar die Nummer einer real existierenden Institution angezeigt und erweckt den Eindruck von Seriosität. Aber in Wirklichkeit wird die Telefonnummer per „Call-ID-Spoofing“ vorgetäuscht.

Die Deutsche Rentenversicherung zieht aber niemals der-

artige Auskünfte per Telefon ein. Sie meldet sich stets schriftlich. Da es aber auch schon per Post gefälschte Schreiben im Namen der Deutschen Rentenversicherung gegeben hat, sollte bei Zahlungsaufforderungen immer bei der Deutschen Rentenversicherung unter der kostenlosen Servicenummer 0800/100048070 nachgefragt werden.

### Erzgebirge

**Sonderangebote zur Neueröffnung!**  
**Gruppenreisen & Familienurlaub 2013/14**  
**HOTEL & RESTAURANT GOLDENER STERN**  
**FRAUENSTEIN IM ERZGEBIRGE**  
 Ausflugsmöglichkeiten u.a. Seiffen, Dresden, Meißen, Prag, Spreewald, Oberwiesenthal, u.v.m.  
 Markt 22  
 09623 Frauenstein  
 Tel. 037326-1221  
 Fax 037326-9403  
 www.goldener-stern-frauenstein.de

### Sauerland

**HOTEL TOP Hotel Sauerland-Edersee-Top Gruppenpreis HP ab 29,-!!!**  
 30 DZ u. 20 EZ, Lift, alles NEU  
 Igelstadt Hotels · 35104 Lichtenfels-Fürstenberg  
 ☎ 05635-16 89 · Fax 05635-14 01 · www.igelstadt.de

**Zum Urlaub ins Hochsauerland**  
 nahe Willingen, Winterberg, Medebach, freundl.  
 Zimmer Du/WC, VP 35,- €. \*\*\* Pension Hellwig.  
 Tel. 0 29 82 / 6 50 www.bauernhofpension.de

### Mecklenburg Vorpommern

**Gruppenreisen ins Seebad Ueckermünde am Stettiner Haff - Mecklenburg - Vorpommern**  
 mit Ausflugsmöglichkeiten nach Usedom, Stettin (Polen) Greifswald und Stralsund, Neubrandenburg oder Rügen  
**Wir organisieren Ihr Ausflugsprogramm.**  
 5 Nächte ab 39,90 € pro Person/Nacht im DZ, inkl. Frühstücksbuffet, 3x3-Gang-Menü, 1 x Grillabend, 1xBuffet mit Tanzabend, Begrüßungsgetränk, BF und RL frei! 3 Sterne Hotel, 52 Zimmer mit 90 Betten direkt am Marktplatz im historischen Speicher. Alle Zimmer mit WC/Du, Safe, Telefon, kostenl. W-Lan, Fön, TV, Radio, Lift und Busparkplatz vorhanden!  
**Hotel Am Markt & Brauhaus Stadtkrug · Markt 3/4 · 17373 Seebad Ueckermünde**  
 Tel 03 97 71 - 800 · Fax 8 04 09 · www.hotel-am-markt-ueckermuende.de

### Reisetipp

26160 Bad Zwischenahn im Ammerland, Haus Beneke, Hermann-Löns-Str. 10 B  
 Tel 04403/5283 Fax 64293. Gepfl. FEWO 45 m² - 70 m² für 2-4 Pers. Preis für 2 Pers. 35,- bis 52,- €  
 Die Wohnungen sind komplett eingerichtet mit Kabel-TV, Tel., Bettwäsche u. Handtücher.

### Pfalz

**Hallo! Senioren-Seniorinnen**  
 Bieten Ihnen im Schönen Oberpfälzer Wald, angenehmen Daueraufenthalt (09681) 3963 www.pensionanker.de

### Oberlausitz · Dresden · Sachsen

**Zille Stadt Radeburg/Raum Dresden**  
 Beste Ausflugsmöglichkeiten für ganz Sachsen, Programmgestaltung u. Reiseleiter. Eigene Busse für Ausflüge, auch Abholung möglich. Vielseitiges Unterhaltungspr. z. B. Kegeln/Bowl. Attraktive Angebote für Vor/u. Nachsaison, Wochenendangebote

1 Woche Ü/HP Hotel Radeburger-Hof, Info unter www.radeburger-hof.de oder 035208/880 Fax 88450