



VORSORGETERMINE FÜR DEINE FAMILIE

Termine für Kinder

U-Untersuchungen

- U1 (Direkt nach der Geburt)
- U2 (3. – 10. Lebenstag)
- U3 (4. – 5. Lebenswoche)
- U4 (3. – 4. Lebensmonat)
- U5 (6. – 7. Lebensmonat)
- U6 (10. – 12. Lebensmonat)
- U7 (fast 2 Jahre alt)
- U7a (fast 3 Jahre alt)
- U8 (fast 4 Jahre alt)
- U9 (fast 5 Jahre alt)
- J1 (12–14 Jahre alt)

Zahnärztliche U-Untersuchungen

- Z1 (6. – 9. Lebensmonat)
- Z2 (10. – 20. Lebensmonat)
- Z3 (2–3 Jahre alt)
- Z4 (3–4 Jahre alt)
- Z5 (4–5 Jahre alt)
- Z6 (5–6 Jahre alt)



VORSORGETERMINE FÜR DEINE FAMILIE

Termine für Erwachsene

Zahnarzt

- Kontrolle: Alle 6 Monate
- Zahnprophylaxe/Professionelle Zahnreinigung (PZR): 1–2× jährlich
- Zahnarzt – Parodontose-Check: Nach Bedarf (ab 40)

Hausarzt

- Check-up: Alle 3 Jahre
- Blutdruck-Check: Jährlich
- Blutbild / Cholesterin: Alle 2–3 Jahre

Fachärzte

- Gynäkologie Krebsvorsorge: Jährlich (ab 20)
- Brust-Ultraschall / Mammographie: Alle 2 Jahre (ab 50)
- Hautkrebs-Screening: Alle 2 Jahre
- Darmkrebs-Vorsorge (Stuhltest): Jährlich (ab 50)
- Darmspiegelung: Alle 10 Jahre (ab 50)
- Augenarzt: Alle 2 Jahre / nach Bedarf
- Urologie – PSA-Test (Männer): Jährlich (ab 45)

Die Termine auf beiden Seiten sind nur Vorschläge und nicht unbedingt vollständig. Prüfe immer selbst was für dich und deine Familie notwendig ist.