

DAK-Gesundheit vs. AOK Bremen/Bremerhaven

+ DAK besser: 7
= gleichwertig: 10
- AOK Bremen/Bremerhaven besser: 6
? ohne Angabe: 3

Beitrag (Arbeitnehmeranteil) bei – brutto/Monat: DAK-Gesundheit 356,00 €/Monat · AOK Bremen/Bremerhaven 357,80 €/Monat

Leistung	DAK-Gesundheit Datenstand 20.10.2026	AOK Bremen/Bremerhaven Datenstand 20.10.2026
ZUSATZBEITRAG		
Individueller Zusatzbeitrag 2026	+ 3,2 % (seit 01.01.2026) BESSER	= 3,29 % GLEICHWERTIG
BONUS- UND VORTEILSPROGRAMME		
Bonusprogramm Erwachsene	= ohne Obergrenze, Bsp. bis 155 €/Jahr NICHT DIREKT VERGLEICHBAR Teilnahmeerklärung in Textform (DAK App / Meine DAK) · Teilnahme ab 1.1. des Erklärungsjahres, nicht vor Versicherungsbeginn	= 20 € je Maßnahme, ohne Jahresdeckel NICHT DIREKT VERGLEICHBAR Nachweise möglichst bis 31.03. des Folgejahres · Fitnessstudio nur mit Gütesiegel, mind. 2x monatlich aktiv
Bonusprogramm Kinder & Jugendliche	= Babyjahr 210 € (U1-U6 + Hörscreening) NICHT DIREKT VERGLEICHBAR Anmeldung durch Erziehungsberechtigte (unter 15 J.) über Familienfunktion der DAK App · ab 15 J. eigene Anmeldung möglich	= 20 € je U-Untersuchung, ohne Deckel NICHT DIREKT VERGLEICHBAR unter 15 Jahren nur Papier-Scheckheft mit Einwilligung der Sorgeberechtigten
Gesundheitsbudget / Extra-Konto	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN
WAHLTARIFE		
Wahltarif Selbstbehalt / Prämie	+ bis 600 €/Jahr (Cashback600, Fit&Cash) BESSER nur Mitglieder, deren Beiträge nicht vollständig von Dritten getragen werden · nicht bei Beitragsfreiheit, ruhendem Anspruch oder Beitragsrückstand	= bis 500 € Grundbonus GLEICHWERTIG Beiträge nicht vollständig von Dritten getragen · Mindestbindung 3 Jahre
Wahltarif Krankengeld (Selbstständige)	= Ja, T 61: ab 15. bis 42. AU-Tag GLEICHWERTIG Wartezeit 4 Monate hauptberuflich Selbstständige, Beschäftigte ohne 6 Wochen Entgeltfortzahlung, KSVG-Versicherte · gesetzlicher Krankengeldanspruch ab 43. Tag (Wahlerklärung § 44 SGB V) erforderlich	+ ja, KG ab 22. Tag BESSER Wartezeit 3 Monate hauptberuflich Selbstständige mit Wahlerklärung nach § 44 Abs. 2 SGB V · Neuabschluss ab 50 nur mit Krankengeldanspruch in den letzten 3 Monaten
ALTERNATIVE HEILMETHODEN		
Osteopathie	= 40 € je Sitzung, max. 120 €/Jahr GLEICHWERTIG ärztliche Anordnung/Bescheinigung (entfällt bei Behandlung durch Vertragsarzt) · Osteopath mit Ausbildung parietal, viszeral, cranial und Abschlussprüfung	+ 80 %, max. 3 Sitzungen/Jahr BESSER Arzt oder Heilpraktiker mit osteopathischer Ausbildung · Rechnung einreichen
Homöopathie & Naturheilverfahren	= Arzneimittel bis 100 €/Jahr GLEICHWERTIG Privatrezept eines Vertragsarztes mit Zusatzqualifikation Homöopathie oder Naturheilverfahren · nicht verschreibungspflichtig, apothekenpflichtig	= 80 % der Behandlungskosten GLEICHWERTIG Vertragsarzt mit Zusatzqualifikation Homöopathie · Erstanamnese und Folgebehandlung
HEIL- UND HILFSMITTEL		
Heil- und Hilfsmittel: Extras	= Kinesiotape 30 €, Digital-Hilfsm. 300 € GLEICHWERTIG ärztliche Verordnung · Vertragsleistungserbringer	= Kopforthesen, Zahnschutz, Schwimmschutz GLEICHWERTIG Koporthese: Verordnung durch Orthopädie-Fachklinik/ Facharzt · Zahnschutzschiene: über Vertragszahnarzt veranlasst
TERMINSERVICE		
Facharzt-Terminservice	+ Arzttermin-Hotline 24/7, Antwort ≤2 AT BESSER DAK-Versichertennummer · teilweise Überweisung erforderlich	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN
Videosprechstunde / Telemedizin	= Videosprechstunde tägl. 6-24 Uhr GLEICHWERTIG DAK App mit DAK-ID · Fernbehandlung nur wenn ärztlich vertretbar	= AOK-Clarimedis 24/7 + Videoberatung GLEICHWERTIG Versichertennummer bereithalten
PRÄVENTION & GESUNDHEITSFÖRDERUNG		

Leistung	DAK-Gesundheit Datenstand 20.10.2026	AOK Bremen/Bremerhaven Datenstand 20.10.2026
Gesundheitskurse (§ 20 SGB V)	= 2 Kurse à max. 75 € = 150 €/Jahr GLEICHWERTIG Kurs in den Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung, Stress, Sucht · von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert	+ 2 Kurse/Jahr gratis oder 80 % bis 110 € BESSER AOK-Gesundheitsgutschein (Partnerkurse) bzw. qualitätsgeprüfter Fremdkurs · Teilnahme an mind. 80 % der Einheiten
Sportmedizinische Untersuchung	= 60 €, mit Risiko 120 € alle 2 Jahre GLEICHWERTIG vor Aufnahme einer sportlichen Betätigung · ärztliche Bescheinigung über Eignung/Notwendigkeit	= 80 %, 1x pro Jahr NICHT DIREKT VERGLEICHBAR Vertragsarzt · Rechnung einreichen
SERVICELEISTUNGEN		
Erreichbarkeit & Geschäftsstellen	+ rund 300 Servicezentren, Hotline 24/7 BESSER	= 8 Geschäftsstellen, Hotline 24/7 GLEICHWERTIG
VORSORGEUNTERSUCHUNGEN		
Hautkrebs-Screening unter 35	= 17-34 J.: bis 60 € alle 2 Jahre GLEICHWERTIG mind. ein Risikofaktor · Dermatologe oder Allgemeinmediziner/ Internist mit 8-stündiger zertifizierter Fortbildung	+ ab 15 J. jährlich bis 35 € BESSER Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten (Vertragsarzt) · laut Satzung: bestehende Risikofaktoren
Zusätzliche Vorsorge (z. B. Glaukom, Ultraschall)	= Check-up 17, Darm ab 39, Tastuntersuch. GLEICHWERTIG meist nur bei ärztlich festgestellten Risikofaktoren · zugelassene Leistungserbringer	= Check-up-Zuschuss, Diabetes-Früherkennung GLEICHWERTIG Risikofaktoren ärztlich festgestellt (Check-up) · spezifizierte Rechnung
SCHUTZIMPFUNGEN		
Reiseschutzimpfungen	= 100 % inkl. Malariaphylaxe GLEICHWERTIG privater (nicht beruflicher) Auslandsaufenthalt · Impfung von der STIKO empfohlen	= 100 % der Kosten GLEICHWERTIG nicht beruflich bedingt · Rezept und Quittung
Zusätzliche Impfungen (z. B. HPV, Meningokokken B)	= Grippe alle, HPV bis 26, Meningok. bis 17 GLEICHWERTIG Grippe/HPV Erwachsene: Rechnung einreichen (Kostenerstattung) · nur soweit kein Anspruch nach § 20i SGB V besteht	= MenB, HPV ab 18, FSME, Hep B GLEICHWERTIG ärztliches Attest zur medizinischen Notwendigkeit · individuelle Risiko-Nutzen-Abwägung
ZAHNMEDIZIN		
Professionelle Zahnreinigung	= 60 €/Jahr; Schwangere 1x voll GLEICHWERTIG Behandlung durch zugelassene Zahnarztpraxis · Rechnung einreichen (Kostenerstattung)	+ 2 x 60 € pro Jahr BESSER zugelassene oder nach § 13 Abs. 4 SGB V berechtigte Leistungserbringer · Rechnung einreichen
Kieferorthopädie: Extras (Zahnspange)	+ Retainer einmalig bis 200 € BESSER festsitzender Frontzahnretainer nach erfolgreich abgeschlossener KFO-Behandlung (Eigenanteil erstattet) · Behandlungsbeginn vor dem 18. Geburtstag	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN
Zahnersatz & Zahnzusatz	= Kein Extra-Zuschuss; HanseMerkur-Zusatz GLEICHWERTIG Zusatzversicherung ist privat und kostenpflichtig · Vermittlung nach § 24 Satzung / § 194 Abs. 1a SGB V	= Zahnzusatz über ALTE OLDENBURGER GLEICHWERTIG private Zusatzversicherung (eigener Beitrag)
FAMILIE & SCHWANGERSCHAFT		
Zusatzleistungen Schwangerschaft	+ MamaPLUS: Rufbereitsch. 500 € + Extras BESSER Schwangerschaftsnachweis und spezifizierte Rechnung · zugelassene Hebammen/Ärzte/Physiotherapeuten	= 80 % Zusatztests, Rufbereitschaft 250 € GLEICHWERTIG Rechnungen einreichen · Begleitperson muss AOK-versichert sein
Erweiterte Kinder-Vorsorge (U10, U11, J2)	= U10, U11 und J2 kostenfrei GLEICHWERTIG Versichertenkarte bei Kinder- und Jugendarztpraxis · Teilnahmeerklärung unterschreiben (Vertragsangebot)	= U10, U11, J2 (je bis 58 €) GLEICHWERTIG Vertragsarzt · Kostenerstattung nur, wenn nicht anderweitig per Vertrag geregelt
Künstliche Befruchtung: Extra-Zuschuss	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN
Haushaltshilfe: erweitert	= Kind unter 14 J., max. 2 Std./Tag GLEICHWERTIG Voraussetzungen § 38 Abs. 1 SGB V (z. B. Krankenhaus, Reha) · Kind im Haushalt unter 14 Jahren	+ Kind unter 14, bis 52 Wochen BESSER Kind unter 14 oder behindertes Kind im Haushalt · keine andere Person im Haushalt kann ihn weiterführen
AUSZEICHNUNGEN		
Auszeichnungen 2025/2026	+ 14 Auszeichnungen 2025/2026 BESSER	= 4 Auszeichnungen (u. a. Service) GLEICHWERTIG

Bewertung nach Leistungsbeschreibung Ziff. 4.1: + höhere Leistung oder geringere Voraussetzungen · = gleichwertig · - nicht angeboten („Keine Nennung“) · ? keine gesicherte Angabe. Alle Inhalte des Vergleichs wurden vom Auftragnehmer (PitchAI) geliefert und werden von ihm gepflegt; Grundlage sind die geltenden Satzungen und Leistungsverzeichnisse der Krankenkassen. Quellen und Fundstellen je Wert im GKV-Monitor. Online Mitglied werden: https://www.dak.de/dak/ihr-anliegen/mitglied-werden-weitere/mitglied-werden_94036