

DAK-Gesundheit vs. HEK

+ DAK besser: 6
= gleichwertig: 11
- HEK besser: 7
? ohne Angabe: 2

Beitrag (Arbeitnehmeranteil) bei – brutto/Monat: DAK-Gesundheit 356,00 €/Monat · HEK 349,80 €/Monat

Leistung	DAK-Gesundheit Datenstand 20.10.2026	HEK Datenstand 20.10.2026
ZUSATZBEITRAG		
Individueller Zusatzbeitrag 2026	= 3,2 % (seit 01.01.2026) GLEICHWERTIG	+ 2,89 % BESSER
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	= bis 225 € bar im 1. Jahr (danach 161 €) NICHT DIREKT VERGLEICHBAR Teilnahme erklären; Bonusjahr 12 Monate, keine automatische Verlängerung · Vorsorgebonus: alle altersentsprechenden Vorsorgemaßnahmen
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	= bis 100 € bar (275 € als Zuschuss) NICHT DIREKT VERGLEICHBAR Teilnahme erklären · Passivmaßnahme erst ab 6 Jahren erforderlich
Gesundheitsbudget / Extra-Konto	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN
WAHLTARIFE		
Wahltarif Selbstbehalt / Prämie	= bis 600 €/Jahr (Cashback600, Fit&Cash) GLEICHWERTIG nur Mitglieder, deren Beiträge nicht vollständig von Dritten getragen werden · nicht bei Beitragsfreiheit, ruhendem Anspruch oder Beitragsrückstand	= bis 600 € Prämie (HEKplus 600) GLEICHWERTIG Einkommensgrenzen je Tarifstufe (niedrigere Stufe wählbar) · an der Beitragszahlung beteiligt
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, 22.-42. Tag (HEK plus K 22) BESSER Wartezeit 3 Monate nur zusätzlich zum gesetzlichen Krankengeld (Wahlerklärung) · Krankengeld nur für Erkrankungen nach 3 Monaten Tarifzugehörigkeit
ALTERNATIVE HEILMETHODEN		
Osteopathie	+ 40 € je Sitzung, max. 120 €/Jahr BESSER ärztliche Anordnung/Bescheinigung (entfällt bei Behandlung durch Vertragsarzt) · Osteopath mit Ausbildung parietal, viszeral, cranial und Abschlussprüfung	= 30 € je Sitzung, bis 90 €/Jahr GLEICHWERTIG ärztliche Verordnung (Privatrezept) für das Kalenderjahr der Behandlung · Behandlung durch Vertragsarzt oder auf Verordnung durch zugelassenen Physiotherapeuten mit Osteopathie-Ausbildung (parietal und viszeral)
Homöopathie & Naturheilverfahren	= Arzneimittel bis 100 €/Jahr GLEICHWERTIG Privatrezept eines Vertragsarztes mit Zusatzqualifikation Homöopathie oder Naturheilverfahren · nicht verschreibungspflichtig, apothekenpflichtig	= Vertrag + Arzneimittel 70 %, bis 100 €/Jahr GLEICHWERTIG ärztliche Verordnung · apothekenpflichtig
HEIL- UND HILFSMITTEL		
Heil- und Hilfsmittel: Extras	= Kinesiotape 30 €, Digital-Hilfsm. 300 € GLEICHWERTIG ärztliche Verordnung · Vertragsleistungserbringer	= Dig. Gesundheitskonto bis 250 €/Jahr u. a. GLEICHWERTIG ärztliche Verordnung · vorherige Genehmigung bei digitalen Produkten
TERMINSERVICE		
Facharzt-Terminservice	= Arzttermin-Hotline 24/7, Antwort ≤2 AT GLEICHWERTIG DAK-Versichertennummer · teilweise Überweisung erforderlich	= Service-Team, Rückmeldung bis nächster Arbeitstag GLEICHWERTIG Terminwunsch an das Service-Team

Leistung	DAK-Gesundheit Datenstand 20.10.2026	HEK Datenstand 20.10.2026
Videosprechstunde / Telemedizin	= Videosprechstunde tägl. 6-24 Uhr GLEICHWERTIG DAK App mit DAK-ID · Fernbehandlung nur wenn ärztlich vertretbar	= TeleClinic-Video 24/7 + Gesundheits-Hotline GLEICHWERTIG Registrierung bei TeleClinic · mobiles Endgerät
PRÄVENTION & GESUNDHEITSFÖRDERUNG		
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	+ bis 250 € je Kurs, 2 Kurse/Jahr BESSER ZPP-zertifiziert · Teilnahme an mind. 80 % der Kurseinheiten (online: alle)
Sportmedizinische Untersuchung	= 60 €, mit Risiko 120 € alle 2 Jahre GLEICHWERTIG vor Aufnahme einer sportlichen Betätigung · ärztliche Bescheinigung über Eignung/Notwendigkeit	= 70 %, bis 60 € (mit Zusatzdiagnostik 120 €) GLEICHWERTIG ärztliche Bescheinigung der Notwendigkeit · Vertragsarzt mit Zusatzweiterbildung Sportmedizin
SERVICELEISTUNGEN		
Erreichbarkeit & Geschäftsstellen	+ rund 300 Servicezentren, Hotline 24/7 BESSER	= 4 Kundenzentren, Service-Team 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., alle 2 Jahre (Vertragspraxen) BESSER nur teilnehmende Haut- oder Hausarztpraxen (bundesweiter Versorgungsvertrag) · Teilnahmeerklärung zur Besonderen Versorgung
Zusätzliche Vorsorge (z. B. Glaukom, Ultraschall)	= Check-up 17, Darm ab 39, Tastuntersuch. GLEICHWERTIG meist nur bei ärztlich festgestellten Risikofaktoren · zugelassene Leistungserbringer	= Risiko-Vorsorge 70 %, je bis 100 €/Jahr GLEICHWERTIG vorliegende Risikofaktoren · spezifizierte Rechnung
SCHUTZIMPFUNGEN		
Reiseschutzimpfungen	= 100 % inkl. Malaria prophylaxe GLEICHWERTIG privater (nicht beruflicher) Auslandsaufenthalt · Impfung von der STIKO empfohlen	= Impfstoff 100 % (abzgl. Zuzahlung), Honorar bis Kassensatz GLEICHWERTIG private Auslandsreise · in Deutschland zugelassener Impfstoff
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	= Alle zugelassenen Impfstoffe (z. B. HPV, MenB) GLEICHWERTIG Impfung durch Arzt/Ärztin · Kostenerstattung mit Rezept und Rechnungen
ZAHNMEDIZIN		
Professionelle Zahnreinigung	+ 60 €/Jahr; Schwangere 1x voll BESSER Behandlung durch zugelassene Zahnarztpraxis · Rechnung einreichen (Kostenerstattung)	= 10 €/Jahr ab 16 (Schwangere 1x voll) GLEICHWERTIG ab 16 Jahren · zugelassener Zahnarzt oder § 13 Abs. 4 SGB V
Kieferorthopädie: Extras (Zahnspange)	+ Retainer einmalig bis 200 € BESSER festsitzender Frontzahnretainer nach erfolgreich abgeschlossener KFO-Behandlung (Eigenanteil erstattet) · Behandlungsbeginn vor dem 18. Geburtstag	= Retainer 70 %, max. 100 € einmalig GLEICHWERTIG KFO-Behandlung vor dem 18. Geburtstag begonnen · nach Abschluss einer vertragskieferorthopädischen Behandlung
Zahnersatz & Zahnzusatz	= Kein Extra-Zuschuss; HanseMerkur-Zusatz GLEICHWERTIG Zusatzversicherung ist privat und kostenpflichtig · Vermittlung nach § 24 Satzung / § 194 Abs. 1a SGB V	= dentaltrade: Regelversorgung ohne Eigenanteil* GLEICHWERTIG Zahnarzt aus dem dentaltrade-Netzwerk · Regelversorgung
FAMILIE & SCHWANGERSCHAFT		
Zusatzleistungen Schwangerschaft	+ MamaPLUS: Rufbereitsch. 500 € + Extras BESSER Schwangerschaftsnachweis und spezifizierte Rechnung · zugelassene Hebammen/Ärzte/Physiotherapeuten	= bis 320 € + PZR voll GLEICHWERTIG Zusatztests laut Satzung bei Risikofaktoren im Einzelfall · Arzneimittel auf Privatrezept
Erweiterte Kinder-Vorsorge (U10, U11, J2)	= U10, U11 und J2 kostenfrei GLEICHWERTIG Versichertenkarte bei Kinder- und Jugendarztpraxis · Teilnahmeerklärung unterschreiben (Vertragsangebot)	+ U10, U11, J2 nur bei Auffälligkeiten BESSER nur bei bestimmten Problemen/Verdachtsmomenten (z. B. Entwicklungs- oder Verhaltensstörungen, Diabetesverdacht, schulische Probleme) · spezifizierte Rechnung einreichen
Künstliche Befruchtung: Extra-Zuschuss	- Keine Nennung NICHT ANGEBOTEN	+ +200 € je Versuch (max. 600 €) BESSER Anspruch nach § 27a SGB V (verheiratet, beide mind. 25, Frau unter 40, Mann unter 50) · Behandlungsplan vor Beginn genehmigt

Leistung	DAK-Gesundheit Datenstand 20.10.2026	HEK Datenstand 20.10.2026
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 bis 14 J., +2 Wochen BESSER keine andere Person im Haushalt kann ihn weiterführen · keine Pflegebedürftigkeit ab Pflegegrad 2
AUSZEICHNUNGEN		
Auszeichnungen 2025/2026	14 Auszeichnungen 2025/2026 BESSER	6 Auszeichnungen (u. a. €uro 04/2026) 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