



## Mutter-/Vater-Kind-Kur Anspruch auf ganzheitliche Erholung

Das Mutterdasein ist oft von Erschöpfung geprägt: Kranke Kinder, schlaflose Nächte, ein aufreibender Alltag, Familienorganisation, Haushalt und Job führen Mütter oft an ihre Belastungsgrenze. In der Corona-Pandemie hat sich das durch Homeschooling und Homeoffice noch verstärkt. Ausgebrannt, erschöpft, überfordert – so fühlen sich viele Mütter zurzeit.

Eine Mutter-Kind-Kur wäre jetzt genau das richtige. Die eigenen Bedürfnisse in den Fokus nehmen, ganzheitlich körperliche Beschwerden und seelische Erschöpfung heilen. Viele Mütter hätten Anspruch auf eine Kur, viel zu wenige

nehmen sie wahr. In der Corona-Pandemie gibt es in vielen Kliniken eine Warteliste, da aufgrund der geltenden Hygieneregeln nur eine reduzierte Anzahl von Kurpatientinnen aufgenommen werden kann. Deshalb sollten erschöpfte Mütter den Kurantrag nicht aufschieben, sondern jetzt stellen, um noch in diesem Jahr zum Zuge zu kommen.

Erfahren Sie auf den folgenden Seiten was eine Mutter-Kind-Kur ausmacht, für wen sie gedacht ist, wo und wie Sie den Kurantrag stellen und welche Klinik die richtige für Sie ist.

### Was ist eine Mutter-Kind-Kur?

Wenn wir von Mutter-Kind-Kur sprechen, dann dient uns im folgenden Text vor allem das Kurantrag des Müttergenesungswerks als Vorlage. Das Müttergenesungswerk ist eine Stiftung und bietet mit etwa 70 Kliniken das größte Klinik-Netz für Mutter-Kind-Kuren in Deutschland an.

Unter einer Mutter-Kind-Kur ist ein dreiwöchiger Klinikaufenthalt zu verstehen, der entweder der Vorsorge oder der Rehabilitation dient: Die Vorsorge zielt auf die Behandlung von Gesundheitsstörungen zur Vermeidung von Krankheiten; die Rehabilitation soll die Folgen von Krankheit – etwa deren Verschlimmerung – vermeiden. Eine Mutter-Kind-Kur ist speziell auf Mütter und ihre Bedürfnisse ausgelegt. Sie wird durch den Arzt verordnet. Die Klinik ist im besten Fall auf das jeweilige Beschwerdebild spezialisiert und behandelt es möglichst ganzheitlich.

**Tipp:** Bei Kurmaßnahmen gilt generell, dass erst alle ambulanten Hilfsmaßnahmen ausgeschöpft sein müssen, bevor ein stationärer Kuraufenthalt in

Frage kommt. Das gilt nicht für Mutter-Kind-Kuren. Diese finden immer stationär statt. Die Idee ist, dass die Mutter zur Behandlung aus den Belastungen des Familienalltags herausgenommen wird.

In den meisten Fällen nehmen die Mütter ihre Kinder mit zur Kur. Es gibt Betreuungsmöglichkeiten, beispielsweise in Kindergruppen von acht bis 16 Uhr. Danach ist die Mutter für das Kind zuständig. Mütter dürfen ihre Kinder mitnehmen solange sie nicht älter als zwölf Jahre sind, in besonderen Fällen auch 14 Jahre. Haben Kinder eine Behinderung, gilt keine Altersgrenze.

Es gibt auch reine Mütter-Kuren, in die die Mütter ihre Kinder nicht mitnehmen. In diesen Kuren sind die Mütter meist etwas älter. Die Kinder können sich sogar bereits in der Ausbildung befinden.

Wichtig ist, dass es bei einer Mutter-Kind-Kur um die Beschwerden der Mutter geht, nicht um die des Kindes. Das Kind kann auch Beschwerden haben, die – nach Genehmigung der Krankenkasse – dann

auch behandelt werden. Das ist aber nicht Voraussetzung. Umgekehrt haben auch Kinder einen Kuranspruch, unabhängig vom Gesundheitszustand der Mutter. Es gibt spezielle Einrichtungen für Kinder, die an schweren Krankheiten leiden und deren Beschwerden durch eine Kur verbessert oder behoben werden können. Solche Kuren sind sowohl als Vorsorgeleistung als auch als Reha-Maßnahme möglich.

**Tipp:** Wer als Mutter berufstätig ist und eine Mutter-Kind-Kur machen möchte, muss sich dafür keinen Urlaub nehmen. Denn eine Kur gilt als medizinische Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme. Die Bewilligung der Kur gilt wie eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung.

Viele Frauen nehmen eine Kur nicht nur einmal, sondern wiederholt wahr: Alle vier Jahre kann man einen Antrag stellen – wenn der Arzt es für medizinisch notwendig hält, auch öfter.

### Vater-Kind-Kuren

Auch Väter betreuen ihre Kinder und können – genau wie Mütter – an den Rand der Erschöpfung gelangen. Das betrifft besonders alleinerziehende Väter. Deshalb gibt es auch spezielle Vater-Kind-Kuren. Tatsächlich sind die Väter hier aber in der Minderheit: Lediglich etwas mehr als 2.000 Väter nehmen jedes Jahr eine Kur in einer der Kliniken des Müttergenesungswerks in Anspruch (mehr zur Organisation der Kurkliniken weiter unten), demgegenüber jedoch über 47.000 Mütter. Deshalb gibt es auch keine eigens auf Väter ausgelegte Kliniken. Die Vater-Kind-Kuren finden in der Regel unter demselben Dach wie die Mutter-Kind-Kuren statt – die Mütter- und Vätergruppen sind jedoch in den Therapien voneinander getrennt. Mütter und Väter erfahren unterschiedliche Belastungen und haben daher oft auch unterschiedliche Bedürfnisse. Im Müttergenesungswerk ist von „gendersizibler“ Arbeit die Rede: Verschiedene gesellschaftliche Muster bestimmen den Alltag von Vätern und Müttern, in der psychosozialen Behandlung während der Kur wird auf diese Muster und Strukturen auch unterschiedlich eingegangen.

### Ablauf einer Kur

Eine Kur ist eine ärztlich verordnete medizinische Maßnahme. Nach Ankunft in der Klinik erhalten die Kurpatientinnen nach einem ausführlichen Gespräch einen individuellen Behandlungsplan, der je nach Bedarf verschiedene Therapieformen umfasst. Dieser kann beispielsweise beinhalten:

- Vorträge (zum Beispiel Vorbeugung von Depressionen)
- Psychosoziale Einzel- und Gruppengespräche
- Ernährungsberatung
- Bewegungs- und Entspannungstherapien
- Erziehungsberatung
- Atemtherapie
- Bindegewebs- beziehungsweise Migränemassage
- Lymphdrainage
- Ultraschalltherapie
- Krankengymnastik
- Mutter-Kind-Interaktion

Bei einer Kurmaßnahme werden nicht einzelne Symptome isoliert behandelt – beispielsweise die quälenden Rückenschmerzen – sondern das gesamte körperliche und seelische Beschwerdebild wird einbezogen. So kann die Auszeit auch eine dauerhafte Veränderung der Lebensumstände bewirken. Oft hilft es den Frauen auch schon, sich mit anderen Frauen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden, zu unterhalten und Erfahrungen auszutauschen.

### Wirkung

Der Nutzen eines solchen Kuraufenthaltes ist nach Aussagen des Müttergenesungswerkes nachhaltig. Mutter-Kind-Kuren wirken – das ist sogar wissenschaftlich bewiesen. Die Medizinische Hochschule Hannover (Forschungsverbund Familiengesundheit) erforscht seit vielen Jahren die Effekte der Kuren. Weniger Arztbesuche, weniger Krankheitstage, weniger Medikamente und eine bessere Mutter-Kind-Beziehung sind das Fazit.

### Besonderheiten während der Pandemie

Während der Corona-Pandemie ist der Bedarf an Mutter-Kind-Kuren enorm gestiegen. Denn Tatsache ist, dass in den meisten Fällen die Frauen die Lasten der Pandemie tragen, hat Anne Schilling, Geschäftsführerin des Müttergenesungswerks, erfahren. Die Mehrfachbelastung durch Homeschooling und Homeoffice wächst vielen Frauen über den Kopf. Nichts ist mehr planbar, ständig ist auf rasch veränderte Alltagssituationen zu reagieren.

Auch aktuell sind Mutter-Kind-Kuren möglich. Die Kliniken müssen jedoch entsprechende Hygienekonzepte vorweisen. Dazu gehört, dass überall in den Kliniken Masken zu tragen sind, Abstände zu anderen Kurgästen eingehalten werden müssen,

die Kinderbetreuung wie auch die Therapien in kleineren Gruppen stattfinden, es Schichtbetrieb im Speisesaal gibt. Trotz all dieser Einschränkungen erfahren die Mütter es als Entlastung, ihre Sorgen mit anderen teilen zu können und Therapien, Unterstützung und Beratung in einem geschützten Umfeld zu erfahren – so sei die Rückmeldung aus den Kliniken, sagt Schilling. Und auch die Kinder erleben den Klinikaufenthalt als

Erleichterung, da sie endlich mit anderen Kindern spielen können.

Aufgrund der Hygieneauflagen können die Kliniken nicht so viele Mütter und Kinder aufnehmen wie sonst. Es gibt Wartelisten. Deshalb ist es wichtig, mit dem Kurantrag nicht zu warten, sondern ihn bald zu stellen. Mehr dazu im Abschnitt unten.

### Wer hat Anspruch auf eine Mutter-Kind-Kur?

Grundsätzlich steht eine Mutter-Kind-Kur Müttern mit Kindern bis zu 18 Jahren zu, so lange diese noch im Haushalt leben. Bei Kindern mit einer Behinderung gibt es keine Altersgrenze.

Eine Kur kommt dann in Frage, wenn eine Kurmaßnahme medizinisch notwendig ist – die medizinische Notwendigkeit ist daher die Grundvoraussetzung. Bei Müttern löst der Dauerstress, der häufig durch eine Mehrfachbelastung entsteht – Kinder, Beruf, Haushalt, oft noch die Pflege von Angehörigen – häufig eine Vielfalt von Beschwerden aus:

Typische psychosomatische Beschwerden sind:

- Angststörungen
- Schlafstörungen
- Depressive Verstimmungen
- Essstörungen
- Burn-Out-Syndrom

Typische körperliche Beschwerden sind:

- Rücken- und Nackenprobleme
- Infektanfälligkeit
- Atemwegserkrankungen
- Allergien

- Neurodermitis
- Gewichtsprobleme
- Kopfschmerzen/Migräne

Bei Müttern, für die eine Kur dringend angeraten ist, kommen in der Regel zwei bis drei Indikationen zusammen. Deutlich muss sein, dass die Beschwerden aus der Mutterrolle und dem Familienalltag erwachsen. Leidet eine Frau an einem Erschöpfungssyndrom, reicht dies als Diagnose allein nicht aus. Wenn sich diese Erschöpfung jedoch in Angststörungen, Depressionen, Schlafstörungen oder Migräneattacken zeigt, ist das eine Indikation für eine Kur.

Tatsächlich haben viel mehr Mütter Anspruch auf eine Kur als Mütter ein solche Kur auch wahrnehmen. Mütter nehmen ihre Bedürfnisse oft nicht ernst genug, so die Erfahrung im Müttergenesungswerk. Sie meinen häufig, eine Kur komme erst in Frage, wenn sie „richtig“ krank seien – also der Bandscheibenvorfall schon diagnostiziert oder das Burn-Out-Syndrom schon eingetreten ist. Mütter sollten deshalb ermutigt sein, ihre Beschwerden ernst zu nehmen und sich rechtzeitig Hilfe zu holen und nicht so lange weiter einfach nur zu „funktionieren“, bis sie zusammenbrechen.

### Was kostet eine Mutter-Kind-Kur?

Für Mutter-Kind-Kuren sind die Krankenkassen zuständig. Sie übernehmen die Kosten – Mutter-Kind-Kuren gehören zu den Pflichtleistungen der Kassen.

Die Patientin hat aber Zuzahlungen zu leisten: zehn Euro pro Kliniktag. Das macht bei einem dreiwöchigen Kuraufenthalt 220 Euro, Kinder sind zuzahlungsfrei. Handelt es sich bei der Kur um eine Vorsorgemaßnahme (und nicht um eine Reha-Maßnahme), muss man sich auch an den Fahrtkosten beteiligen. Der Eigenanteil beträgt

hier zehn Prozent – mindestens jedoch fünf Euro, maximal zehn Euro. Einplanen sollte man ein zusätzliches Taschengeld für Freizeitaktivitäten.

Das Müttergenesungswerk unterstützt – soweit möglich – bedürftige Mütter und gewährt Geringverdienern einen Zuschuss zum Taschengeld oder übernimmt beispielsweise den Versand des Reisegepäcks, wenn dieses verschickt werden muss. Das Müttergenesungswerk finanziert als eine gemeinnützige Stiftung solche Unterstützungsmaßnahmen aus Spendengeldern.

## Wie beantragt man eine Kur?

In drei Schritten kommen Mütter zu einer Mutter-Kind-Kur:

1. Beratung
2. Arztbesuch
3. Kurantrag

**Beratung:** Erste Anlaufstelle für eine Mutter-Kind-Kur sollte eine Beratungsstelle sein. Im Mittelpunkt stehen hier die etwa 1.000 Beratungsstellen der fünf Wohlfahrtsverbänden, die unter dem Dach des Müttergenesungswerks zusammenarbeiten: Arbeiterwohlfahrt, Paritätischer Wohlfahrtsverband, Diakonie, Caritas, Deutsches Rotes Kreuz.

Eine Beratungsstelle in der Nähe ist über diese Suchfunktion zu finden: <https://www.muettergenesungswerk.de/kur-fuer-mich/beratung>

Die Beraterinnen sind Expertinnen in Sachen Mutter-Kind-Kur. Sie begleiten die Mütter von der Erstberatung bis zur Nachsorge. Zuerst werden die aktuelle Situation der Mütter und die Bedürfnisse genau erfasst, der Schwerpunkt der jeweiligen Kurmaßnahme besprochen, geklärt, welche Einrichtung in Frage kommt – denn jede Klinik verfolgt ein etwas anderes Konzept. Wichtig ist auch, ob die Mutter eher eine kleine Klinik wünscht oder eine größere Einrichtung. Abgefragt wird ebenso, ob das Kind eventuell Krankheits- oder Verhaltenssymptome zeigt, die man mitbehandeln könnte und ob eine Mutter-Kind-Kur überhaupt die geeignete Maßnahme ist oder eher eine andere Hilfsmaßnahme in Frage kommt. Bei den Beratungsstellen werden die Antragsformulare besprochen, die Ärzte haben die Verordnungsformulare in ihrer Ärzte-Software.

**Tipp:** Die Beratungsstellen bieten auch ein Nachsorgekonzept an, das sich an eine Kurmaßnahme anschließt. Sie helfen dabei, Erkenntnisse aus den Kursinhalte der Kuren in den Alltag zu integrieren. Dabei kann es auch darum gehen, weitere Beratungen in Anspruch zu nehmen, etwa eine Erziehungs- oder Familienberatung. Manche Beratungsstellen bieten auch eine Nachsorge an, die zum Beispiel aus zehn Treffen besteht zum Austausch und zur Vertiefung von Themen aus der Kurmaßnahme. Oder sie bieten ein regelmäßiges Kurcafé an mit Vorträgen. Es gibt sogar Nachsorgewochenenden für gemeinsamen Austausch und Reflexion.

Es gibt auch anderweitige Beratungsstellen (wie zum Beispiel das Beratungsangebot des Mutter-Kind-Hilfswerks e.V., die mit freien Kurberatungsstellen zusammenarbeiten), da es neben dem Müttergenesungswerk auch andere Anbieter von Kurkliniken für Mütter gibt (Abschnitt unten). Die jeweiligen Beratungsstellen bieten natürlich vor allem Kuren in ihren eigenen Kurkliniken an.

**Arztbesuch:** Im zweiten Schritt sucht man einen Arzt seines Vertrauens auf. Das kann der Hausarzt oder auch der behandelnde Gynäkologe sein. Vorteilhaft ist es, sich zusätzlich an einen Facharzt zu wenden, beispielsweise wenn es sich um psychische Probleme (wie zum Beispiel Burn-Out, depressive Verstimmungen, Angststörung) handelt. Wenn diese durch einen Psychiater bestätigt werden, hat das bei der Krankenkasse eine größere Wirkung, als wenn diese nur vom Hausarzt diagnostiziert werden. Wichtig ist, dass der Arzt die Situation der Patientin genau erfasst und das Beschwerdebild ausführlich dokumentiert.

Bei den meisten Frauen kommen zwei bis drei Indikationen zusammen, die erfasst werden und in den Kurantrag einfließen.

**Kurantrag:** Sorgfalt und Genauigkeit sind die beiden Aspekte, die beim Kurantrag eine Rolle spielen, damit die Krankenkasse ihn auch komplikationslos genehmigt.

Für so manchen Arzt sind solche Anträge lästig und werden schnell und damit oft nachlässig behandelt. Als Patient sollte man selbst überprüfen, ob auch alle Diagnosen und Therapien genau aufgelistet sind. Relevante Nebendiagnosen, ergänzende Facharztbehandlungen, die Familienbelastung durch die Erziehung, eventuelle finanzielle Notlagen, Arbeitslosigkeit oder eine fehlende Kinderbetreuung – das sind alles Aspekte, die in einem Antrag Erwähnungen finden sollten. Das Attest sollte die Notwendigkeit einer stationären Kurmaßnahme attestieren. Für die Kasse muss sich ein möglichst umfangreiches, detailliertes Beschwerdebild ergeben.

Zusammen mit dem Antrag können Mütter auch gleich einen Wunsch für den Aufenthalt in einer speziellen Kureinrichtung angeben.

## Der richtige Zeitpunkt für den Kurantrag

Die Corona-Pandemie hat die Verfügbarkeit von Mutter-Kind-Kuren stark beeinflusst. Da die Kliniken meist nur eine begrenzte Anzahl von Müttern und Kindern aufnehmen dürfen, damit Hygieneauflagen umgesetzt werden können, gibt es inzwischen Wartelisten für Mutter-Kind-Kuren. Wer eine Kur machen möchte, sollte so schnell wie möglich den Antrag stellen, um im Spätherbst 2021 noch einen Platz zu erhalten. Eine kleine Chance gibt es, früher berücksichtigt zu werden:

Es springen auch immer wieder Frauen ab, die bereits einen Platz erhalten haben – aus Angst, sich in einer Klinik einem erhöhten Ansteckungsrisiko auszusetzen. Sollte das der Fall sein, kann eine andere Patientin nachrücken. Dafür gibt es aber keine Garantie. Vorteilhaft ist es, wenn Frauen nicht darauf angewiesen sind, den Kuraufenthalt in die Schulferien zu legen. Alle Kliniken im Verbund des Müttergenesungswerks bieten in unterschiedlichen Formen schulbegleitenden Unterricht an.

## Antrag abgelehnt – so legen Sie Widerspruch ein

Es kann durchaus geschehen, dass der Antrag auf eine Mutter-Kind-Kur von der Krankenkasse abgelehnt wird. Das geschieht heute zum Glück viel seltener als noch vor wenigen Jahren. Derzeit werden elf Prozent der Anträge abgelehnt, vermelden die Beratungsstellen des Müttergenesungswerks.

Von einer Ablehnung sollte man sich aber nicht entmutigen lassen. Vielmehr sollten die Betroffenen unbedingt Widerspruch einlegen, denn zwei Drittel der Widersprüche führen zu einer Bewilligung des Antrags im zweiten Durchgang.

Damit der Widerspruch erfolgreich ist, sollten Mütter – und natürlich auch abgelehnte Väter – sich wieder an die Beratungsstellen der

Wohlfahrtsverbände wenden. Für einen schriftlichen Widerspruch hat man vier Wochen Zeit. Die genaue Frist ist in dem Ablehnungsbescheid verzeichnet.

Man sollte die Ablehnungsgründe genau unter die Lupe nehmen. Viele Frauen werden, wenn sie erwerbstätig sind, an ihren Rentenversicherer verwiesen. Doch das ist nicht richtig, denn der Rentenversicherungsträger finanziert keine Mutter-Kind-Maßnahmen. In diesem Fall könnte auch der Arzt erneut genau darlegen, warum eine Mutter-Kind-Kur die richtige Behandlungsform ist. Der Arzt könnte auch nochmals gemeinsam mit der Patientin auf die Punkte, die im Ablehnungsbescheid aufgeführt sind, eingehen und Gegenargumente anführen.

## Mehrwert: Welches ist die passende Klinik?

Bei der Auswahl der Klinik spielen mehrere Faktoren eine Rolle: Die Klinik sollte zum Beschwerdebild passen, zu den persönlichen Bedürfnissen und natürlich findet auch die Lage der Klinik Beachtung. Obendrein haben die Krankenkassen zum Teil auch Verträge mit einigen Kliniken geschlossen und bieten die dort verfügbaren Plätze ihren Versicherten an. Dennoch müssen Wünsche des Kurpatienten berücksichtigt werden, etwa eine Spezialisierung der Klinik, ein seelsorgerisches Angebot in den konfessionellen Kliniken, bestimmte Therapien oder das Betreuungskonzept. Es kann sich lohnen, für einen Platz in der gewünschten Klinik zu kämpfen.

Das Klinikangebot ist umfangreich: Es gibt allein über 70 Kliniken unter dem Dach des Müttergenesungswerks. Diese Kliniken sind gemeinnützig

organisiert. Kliniken des Müttergenesungswerks tragen ein Qualitätssiegel. Daneben gibt es auch Kliniken anderer Anbieter, etwa vom Deutschen Arbeitskreis für Familienhilfe e.V. ([www.ak-familienhilfe.de](http://www.ak-familienhilfe.de)) oder von der Arbeitsgemeinschaft Eltern & Kind Kliniken (<https://www.mutter-kind.de/>). Dies sind privatwirtschaftliche Anbieter.

Jedes Haus hat etwas andere Schwerpunkte. So gibt es Spezialisierungen auf bestimmte Erkrankungen – beispielsweise für Frauen mit schweren Krankheiten wie Atemwegsbeschwerden, Krebs, Multiple Sklerose. Oder es gibt Häuser, die sich auf Frauen, die besonderen Belastungen ausgesetzt sind – beispielsweise durch einen Trauerfall, ein hyperaktives Kind oder Gewalt in der Familie – spezialisiert haben. Und natürlich gibt es auch unterschiedliche Konzepte bei der

Kinderbetreuung. Hier sollte man genau hinschauen, welche Einrichtung den eigenen Bedürfnissen am ehesten entspricht.

### Kliniken an Nord- oder Ostsee

Ein Schwerpunkt des Klinikangebots ist am Meer zu finden: Die meisten Kliniken gibt es an der Nord- oder Ostsee. Wer unter Atemwegserkrankungen oder Hautkrankheiten leidet, findet die beste Erholung am Meer.

Ein anderer Schwerpunkt ist das Klinikangebot in den Bergen – das Allgäu ist hier sehr gefragt. Aber letztlich gibt es in jedem Bundesland Kliniken. Welche die richtige ist, entscheiden letztlich auch die persönlichen Vorlieben.

### Hier finden Sie Kliniken (Beispiele)

- Kliniken des Müttergenesungswerks finden Mütter und Väter hier:

<https://www.muettergenesungswerk.de/kliniken/kliniksuche>

- Über den Link [www.kur.org](http://www.kur.org), ein Angebot des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Baden-Württemberg, sind nicht nur Kliniken zu finden, sondern ganz konkret auch freie Plätze.
- Auf den Websites der Wohlfahrtsverbände, die mit dem Müttergenesungswerk zusammenarbeiten, finden sich auch Klinikübersichten. So bietet etwa die Katholische Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung (unter anderem die Caritas) eine Klinikübersicht an. [www.kag-muettergenesung.de](http://www.kag-muettergenesung.de)
- Auch auf den Homepages anderer Anbieter finden sich die Kliniken im Überblick, zum Beispiel [www.ak-familienhilfe.de](http://www.ak-familienhilfe.de); [www.mutter-kind.de](http://www.mutter-kind.de)

### Checkliste: Vom Antrag bis zur Müttererholung

1. Suchen Sie eine Beratungsstelle auf und lassen Sie prüfen, ob Sie die Voraussetzungen für eine Mutter-Kind-Kur oder Mütterkur erfüllen.
2. Suchen Sie einen Arzt Ihres Vertrauens auf, der das ärztliche Attest stellt.
3. Suchen Sie eventuell auch einen Facharzt auf, dessen Diagnose Sie dem Attest beifügen.
4. Prüfen Sie, ob die familiäre Situation wie auch der Krankheitszustand im Attest detailliert dargelegt sind.
5. Geht aus dem Attest deutlich hervor, dass eine Kur medizinisch notwendig ist? Lassen Sie sich von der Beratungsstelle unterstützen, auch bei der Wahl einer geeigneten Klinik.
6. Reichen Sie den Antrag bei Ihrer Krankenkasse ein und geben Sie Ihre Wunschklinik an.
7. Sollten sie einen Ablehnungsbescheid der Krankenkasse erhalten, legen Sie innerhalb von vier Wochen Widerspruch ein. Suchen Sie vorher nochmals eine Beratungsstelle auf sowie Ihren Arzt, der Ihren Widerspruch unterstützen kann.

### Verwendete Quellen:

[www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de)

[www.mutter-kind.de](http://www.mutter-kind.de)

[www.ak-familienhilfe.de](http://www.ak-familienhilfe.de)

[www.kag-muettergenesung.de](http://www.kag-muettergenesung.de)

Der „Ratgeber der Woche“ ist ein Service der Verbraucher-Redaktion Biallo & Team GmbH, Bahnhofstraße 25, 86938 Schondorf. Sie können uns erreichen unter [info@biallo.de](mailto:info@biallo.de) oder per Telefon: 08192/93379-0.

Weitere Infos unter [www.biallo.de](http://www.biallo.de) Es ist uns jedoch **gesetzlich untersagt**, individuell fachlich zu beraten.