



HAMBOORG.CITY

Piattaforma gratuita per stranieri in Germania

- ✓ Assistente 24/7 nella tua lingua
- ✓ Promemoria delle scadenze
- ✓ Scanner documenti ufficiali
- ✓ Calcolatori di prestazioni

hamboorg.city — è e resterà GRATUITO

Esami di prevenzione — controlli sanitari gratuiti in Germania

Scopri quali Vorsorgeuntersuchung sono coperti dall'assicurazione sanitaria, quando farli e perché la diagnosi precoce salva vite.

Deutsche Begriffe: Vorsorgeuntersuchung | Gesundheitscheck | Krebsvorsorge | Check-up | Früherkennung | U-Untersuchung

Perché la prevenzione?

Gli esami di prevenzione Vorsorgeuntersuchung (esami per la diagnosi precoce) aiutano a **identificare le malattie nelle fasi iniziali** — spesso prima che compaiano i sintomi. Molte malattie (come cancro, diabete, ipertensione) sono **più facili da trattare nelle fasi iniziali**.

In Germania, molti esami Vorsorgeuntersuchung sono **completamente coperti dall'assicurazione sanitaria** — non dovete **pagare nulla di tasca vostra**. Eppure, molte persone non vanno a fare i controlli preventivi — è un grande errore!

Prevenzione per adulti

Check-up di salute Gesundheits-Check-up (da 35 anni)

- **Ogni 3 anni** da 35 anni (tra 18 e 35: una sola volta)
- **Gratuito** (prestazione assicurativa)
- **Cosa si controlla?**
- Esame completo del corpo
- Misurazione della pressione arteriosa

- Esami del sangue (colesterolo, glucosio, funzionalità renale)
- Analisi delle urine
- Screening per l'epatite B e C (una volta da 35 anni)
- Consulenza sui fattori di rischio (fumo, sovrappeso, sedentarietà)

Screening del melanoma Hautkrebsscreening (da 35 anni)

- **Ogni 2 anni** da 35 anni
- **Gratuito** (prestazione assicurativa)
- Il medico esamina **l'intera pelle** per nei sospetti e cambiamenti
- Dal dermatologo o medico di base (con qualificazione appropriata)

Prevenzione dentale (tutti i gruppi di età)

- **2 volte l'anno** — controllo preventivo dal dentista
- **1 volta l'anno** — detartrasio
- **Gratuito** (prestazione assicurativa)
- **Fatevi timbrare il libretto bonus** — aumenta il sussidio per le protesi dentali!

Screening del cancro Krebsvorsorge

Per le donne

| Età | Esame | Frequenza |
|--------------|---|---|
| Da 20 | Striscio cervicale (Pap test) | Annualmente (20-34: striscio citologico; da 35: ogni 3 anni combinato con test HPV) |
| Da 30 | Esame del seno (palpazione) | Annualmente |
| Da 50 | Mammografia (screening cancro al seno) | Ogni 2 anni (50-75) |
| Da 50 | Screening cancro coloretale (test fecale) | Annualmente (50-54), poi ogni 2 anni o colonscopia |
| Da 55 | Colonscopia | 2 volte a distanza di 10 anni |

Per gli uomini

| Età | Esame | Frequenza |
|--------------|--|--------------------------------------|
| Da 45 | Esame della prostata e organi genitali | Annualmente |
| Da 50 | Screening cancro coloretale (test fecale) | Ogni 2 anni o colonscopia da 50 anni |
| Da 50 | Colonscopia | 2 volte a distanza di 10 anni |
| Da 65 | Screening dell'aneurisma dell'aorta addominale | Una volta (ecografia) |

Per tutti

| Età | Esame | Frequenza |
|--------------|----------------------------------|---------------------------------------|
| Da 35 | Screening del cancro della pelle | Ogni 2 anni |
| Da 35 | Check-up Gesundheits-Check-up | Ogni 3 anni |
| Da 50 | Screening cancro coloretale | Annualmente/ogni 2 anni (test fecale) |

Prevenzione per bambini (esami U-Untersuchung)

Gli esami **U-Untersuchung** (U1 fino a U9 e J1/J2) sono **il programma di prevenzione più importante** per i bambini:

| Esame | Età | Cosa si controlla? |
|-----------|------------------------|---|
| U1 | Subito dopo la nascita | Segni vitali, riflessi, malformazioni |
| U2 | Giorno 3-10 di vita | Funzioni organiche, screening metabolico, test dell'udito |
| U3 | Settimana 4-5 di vita | Ecografia dell'anca, riflessi, peso |
| U4 | Mese 3-4 di vita | Motricità, vista, udito, vaccinazioni |
| U5 | Mese 6-7 di vita | Motricità, presa, rotazione, interazione |
| U6 | Mese 10-12 di vita | Posizione eretta, prime parole, vaccinazioni |
| U7 | Mese 21-24 di vita | Linguaggio, cammino, comportamento sociale |

| Esame | Età | Cosa si controlla? |
|------------|--------------------|---|
| U7a | Mese 34-36 di vita | Linguaggio, vista, allergie |
| U8 | Mese 46-48 di vita | Motricità fine, linguaggio, comportamento sociale |
| U9 | Mese 60-64 di vita | Prontezza scolastica, linguaggio, coordinazione |
| J1 | Età 12-14 | Sviluppo puberale, vaccinazioni, salute mentale |
| J2 | Età 16-17 | Sviluppo, orientamento professionale, comportamento di salute |

Gli esami U-Untersuchung sono obbligatori?

- In **Baviera, Assia e Baden-Württemberg** sono **obbligatori** — in caso di mancanza, gli uffici di protezione dell'infanzia saranno informati
- In altri stati federali: **fortemente consigliati**, ma non obbligatori per legge
- Tutti gli esami U-Untersuchung sono **gratuiti** (prestazione assicurativa)

Vaccinazioni — cosa si consiglia

La **Commissione permanente per le vaccinazioni (STIKO)** raccomanda le seguenti vaccinazioni per gli adulti:

| Vaccinazione | Per chi? | Richiamo |
|----------------------|--|-------------------------------|
| Tetano | Tutti | Ogni 10 anni |
| Difterite | Tutti | Ogni 10 anni |
| Pertosse | Tutti (una volta da adulto) | Una sola volta |
| Influenza | Da 60 anni, cronici, donne in gravidanza | Annualmente |
| COVID-19 | Tutti (la raccomandazione varia) | Secondo raccomandazione STIKO |
| Pneumococco | Da 60 anni o con malattie preesistenti | Una sola volta |
| Herpes Zoster | Da 60 anni (da 50 con malattie preesistenti) | 2 dosi |

Costi: Le vaccinazioni consigliate sono **gratuite** (prestazione assicurativa). I vaccini per viaggi spesso **non sono coperti** (alcune assicurazioni rimborsano volontariamente).

Prevenzione in gravidanza

Le donne in gravidanza hanno diritto a una prevenzione completa:

- **10-12 esami preventivi** durante la gravidanza
- **3 ecografie** (intorno alla settimana 10, 20 e 30 di gravidanza)
- **Esami del sangue** (gruppo sanguigno, rosolia, HIV, epatite)
- **Libretto della gravidanza (Mutterpass)** — documenta tutti gli esami
- Tutto **gratuito** (prestazione assicurativa)

Costi — cosa copre l'assicurazione e cosa no?

Gratuito (prestazione assicurativa)

- Tutti gli esami Vorsorgeuntersuchung sopra elencati
- Esami U-Untersuchung per bambini
- Vaccinazioni consigliate
- Prevenzione in gravidanza
- Screening del cancro Krebsvorsorge

A pagamento (IGeL — Prestazioni sanitarie individuali)

Alcuni medici offrono esami **aggiuntivi** che dovete pagare di tasca vostra:

- **Test PSA** (cancro della prostata) — circa 25-50 € (l'utilità è controversa)
- **Ecografie aggiuntive**
- **Misurazione della pressione intraoculare** (prevenzione glaucoma) — circa 20-40 €
- **Esami del sangue aggiuntivi** (vitamine, tiroide)

Consiglio: Chiedete sempre se un esame è una **prestazione assicurativa** o **IGeL** prima di acconsentire. Non lasciatevi forzare a fare esami pagati.

Consigli per stranieri

1. Libretto giallo per bambini — lo riceverete all'esame U1, portatelo a ogni visita

- 2. Libretto bonus dal dentista** — fatevi timbrare dal primo giorno in Germania
- 3. Portatevi il certificato di vaccinazione** — se ne avete uno dal vostro paese, il medico può completare le vaccinazioni mancanti
- 4. Prenotate gli appuntamenti** — fate prevenzione anche senza problemi
- 5. Non rimandare lo screening del cancro** — può salvare la vostra vita
- 6. Tutti gli esami sono confidenziali** — il medico è obbligato al segreto professionale

hamboorg.city/knowledge/article/vorsorgeuntersuchungen/
hamboorg.city jest i zawsze będzie za darmo