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 colorettale (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 colorettale (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 colorettale	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