



HAMBOORG.CITY

Platformă gratuită pentru străini în Germania

- ✓ Asistent 24/7 în limba ta
- ✓ Reamintiri de termene
- ✓ Scanner pentru documente oficiale
- ✓ Calculatoare de beneficii

hamboorg.city — este și va rămâne GRATUIT

Examinări de screening — verificări gratuite de sănătate în Germania

Aflați ce Vorsorgeuntersuchung acoperă asigurarea medicală, când să mergeți și de ce diagnosticarea precoce salvează vieți.

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

De ce prevenție?

Examinările de screening Vorsorgeuntersuchung (examinări de diagnostic precoce) ajută la **identificarea bolilor în stadiile timpurii** — adesea înainte de apariția simptomelor. Multe boli (cum ar fi cancerul, diabetul, hipertensiunea) sunt **mai ușor de tratat în stadiile timpurii**.

În Germania, multe examinări Vorsorgeuntersuchung sunt **acoperite complet de asigurarea medicală** — nu trebuie să **plățiți nimic suplimentar**. Cu toate acestea, mulți oameni nu merg la screening-ul preventiv — aceasta este o greșeală mare!

Prevenție pentru adulți

Check-up de sănătate Gesundheits-Check-up (de la 35 de ani)

- **O dată la 3 ani** de la 35 de ani (între 18 și 35: o singură dată)
- **Gratuit** (serviciu de asigurare)
- **Ce se verifică?**
- Examen complet al corpului
- Măsurarea tensiunii arteriale

- Analize de sânge (colesterol, glucoză, funcția renală)
- Analiză de urină
- Screening pentru hepatita B și C (o singură dată de la 35 de ani)
- Consultație privind factorii de risc (fumatul, suprapondere, sedentar)

Screening pentru melanom Hautkrebsscreening (de la 35 de ani)

- **O dată la 2 ani** de la 35 de ani
- **Gratuit** (serviciu de asigurare)
- Medicul examinează **întreaga piele** pentru alunite suspecte și modificări
- La dermatolog sau medicul de familie (cu calificare corespunzătoare)

Prevenție dentară (toate grupurile de vârstă)

- **De 2 ori pe an** — examen preventiv la dentist
- **O dată pe an** — detartraj
- **Gratuit** (serviciu de asigurare)
- **Faceți să vă tamponeze carnetul de bonusuri** — crește alocația pentru proteze dentare!

Screening pentru cancer Krebsvorsorge

Pentru femei

Vârsta	Examen	Frecvență
De la 20	Frotiu din col uterin (test Papanicolau)	Anual (20-34: frotiu citologic; de la 35: o dată la 3 ani combinat cu testul HPV)
De la 30	Examen de sân (palpare)	Anual
De la 50	Mamografie (screening pentru cancer de sân)	O dată la 2 ani (50-75)
De la 50	Screening pentru cancer colorectal (test fecal)	Anual (50-54), apoi o dată la 2 ani sau colonoscopie
De la 55	Colonoscopie	De 2 ori la interval de 10 ani

Pentru bărbați

Vârsta	Examen	Frecvență
De la 45	Examen de prostată și organe genitale	Anual
De la 50	Screening pentru cancer colorectal (test fecal)	O dată la 2 ani sau colonoscopie de la 50
De la 50	Colonoscopie	De 2 ori la interval de 10 ani
De la 65	Screening pentru anevrism de aortă abdominală	O singură dată (ultrasunete)

Pentru toți

Vârsta	Examen	Frecvență
De la 35	Screening pentru cancer de piele	O dată la 2 ani
De la 35	Check-up Gesundheits-Check-up	O dată la 3 ani
De la 50	Screening pentru cancer colorectal	Anual/o dată la 2 ani (test fecal)

Prevenție pentru copii (examinări U-Untersuchung)

Examinările **U-Untersuchung** (U1 până la U9 și J1/J2) sunt **programul de prevenție cel mai important** pentru copii:

Examen	Vârsta	Ce se verifică?
U1	Imediat după naștere	Semne vitale, reflexe, malformații
U2	Ziua 3-10 de viață	Funcții organelor, screening metabolic, test auz
U3	Săptămâna 4-5 de viață	Ultrasunete șold, reflexe, greutate
U4	Luna 3-4 de viață	Motricitate, vedere, auz, vaccinări
U5	Luna 6-7 de viață	Motricitate, prindere, întorsătură, interacție
U6	Luna 10-12 de viață	Stare, primele cuvinte, vaccinări

Examen	Vârsta	Ce se verifică?
U7	Luna 21-24 de viață	Limbaaj, mers, comportament social
U7a	Luna 34-36 de viață	Limbaaj, vedere, alergii
U8	Luna 46-48 de viață	Motricitate fină, limbaaj, comportament social
U9	Luna 60-64 de viață	Pregătire pentru școală, limbaaj, coordonare
J1	Vârsta 12-14	Dezvoltare puberală, vaccinări, sănătate psihică
J2	Vârsta 16-17	Dezvoltare, orientare profesională, comportament de sănătate

Sunt examinările U-Untersuchung obligatorii?

- În **Bavaria, Hessa și Baden-Württemberg** sunt **obligatorii** — la nerespectare, oficiile de protecție a copilului vor fi anunțate
- În alte țări federale: **puternic recomandate**, dar nu sunt legal obligatorii
- Toate examinările U-Untersuchung sunt **gratuite** (serviciu de asigurare)

Vaccinări — ce se recomandă

Comisia permanentă pentru vaccinări (STIKO) recomandă următoarele vaccinări pentru adulți:

Vaccinare	Pentru cine?	Rapel
Tetanos	Toți	La fiecare 10 ani
Difterie	Toți	La fiecare 10 ani
Pertusis	Toți (o dată ca adult)	O singură dată
Gripă (Influenza)	De la 60 de ani, bolnavi cronici, gravide	Anual
COVID-19	Toți (recomandarea variază)	Conform recomandării STIKO
Pneumococi	De la 60 de ani sau cu boli preexistente	O singură dată
Herpes Zoster	De la 60 de ani (de la 50 cu boli preexistente)	2 doze

Costuri: Vaccinările recomandate sunt **gratuite** (serviciu de asigurare). Vaccinurile de călătorie adesea **nu sunt acoperite** (unele asigurări rambursează voluntar).

Prevenție în sarcină

Femeile gravide au dreptul la prevenție cuprinzătoare:

- **10-12 examinări preventive** în sarcină
- **3 examinări cu ultrasunete** (în jur de săptămâna 10, 20 și 30)
- **Analize de sânge** (grupa sanguină, rujeolă, HIV, hepatită)
- **Carnetul de maternitate (Mutterpass)** — documentează toate examinările
- Totul **gratuit** (serviciu de asigurare)

Costuri — ce acoperă asigurarea și ce nu?

Gratuit (serviciu de asigurare)

- Toate examinările Vorsorgeuntersuchung menționate mai sus
- Examinări U-Untersuchung pentru copii
- Vaccinări recomandate
- Prevenție în sarcină
- Screening pentru cancer Krebsvorsorge

Cu plată (IGeL — Servicii de sănătate individuale)

Unii medici oferă examinări **suplimentare** pe care trebuie să le plătiți singur:

- **Test PSA** (cancer de prostată) — aprox. 25-50 € (beneficiile sunt contestate)
- **Ultrasunete suplimentare**
- **Măsurare tensiune intraoculară** (prevenție glaucom) — aprox. 20-40 €
- **Analize de sânge suplimentare** (vitamine, tiroidă)

Sfat: Întrebați întotdeauna dacă un examen este **serviciu de asigurare** sau **IGeL** înainte să acceptați. Nu vă lăsați forțați să faceți examinări plătite.

Sfaturi pentru străini

1. Caietul galben pentru copii — primiți-l la examenul U1, duceți-l la fiecare examen

2. Carnetul de bonusuri la dentist — faceți să vă tamponeze din prima zi în Germania

3. Aduceți-vă carnetul de vaccinări — dacă aveți din țara de origine, medicul poate completa vaccinurile lipsă

4. Faceți programări — mergeți la screening preventiv chiar fără probleme

5. Nu amânați screening-ul pentru cancer — poate salva viața voastră

6. Toate examinările sunt confidențiale — medicul este obligat la secret medical