HAMBOORG.CITY

Besplatna platforma za strance u Nemačkoj

✓ Асистент 24/7 на вашем језику
✓ Skener zvaničnih dokumenata
✓ Podsetnici o rokovima
✓ Kalkulatori naknada

hamboorg.city — jeste i biće BESPLATNO

Vorsorgeuntersuchungen — Бесплатни здравствени прегледи у Немачкој

Koje Vorsorgeuntersuchungen покрива здравствено осигурање, када требате отићи и зашто рана детекција може спасити живот.

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

---

Зашто превенција?

Vorsorgeuntersuchungen (позната и као прегледи раног откривања) помажу да се болести препознају **рано** — често пре него што се појаве симптоми. Многе болести (нпр. рак, дијабетес, висок крвни притисак) су **боље лечиве у раним стадијумима**.

У Немачкој је много Vorsorgeuntersuchungen **у потпуности покривено здравственим осигурањем** — не морате **ништа плаћати**. Упркос томе, многи људи не долазе на прегледе — велики је то грех!

Превенција за одрасле

Gesundheits-Check-up (од 35 година)

- **Сваких 3 године** од 35 година (између 18 и 35: само једном)
- **Бесплатан** (услуга осигурања)
- **Шта се ради?**
- Преглед целог тела
- Мерење крвног притиска

• Анализа крви (холестерол, шећер у крви, вредности бубрега)

• Анализа урина

• Скрининг за хепатитис Б и Ц (само једном од 35 година)

• Саветовање о чиниоцима ризика (пушење, прекомерна тежина, седентарни начин живота)

Скрининг меланома (од 35 година)

• **Сваких 2 године** од 35 година

• **Бесплатан** (услуга осигурања)

• Лекар прегледа **целу кожу** због сумњивог зрна и промена

• Код дерматолога или породичног лекара (са квалификацијом)

Превенција зуба (све добне групе)

• **2× годишње** — контролни преглед код зубара

• **1× годишње** — уклањање зубног каменца

• **Бесплатан** (услуга осигурања)

• **Бонус књижица** — повећава допринос за зубну протезу!

Скрининг за рак

За жене

Години	Преглед	Учесталост
Од 20	Цервикални размаз (Пар тест)	Годишње (20–34: цитолошки размаз; од 35: сваких 3 године комбиновано са ХПВ тестом)
Од 30	Преглед груди (палпација)	Годишње
Од 50	Мамографија (скрининг карцинома дојке)	Сваких 2 године (50–75)
Од 50	Превенција рака дебелог црева (тест столице)	Годишње (50–54), затим сваких 2 године или колоноскопија
Од 55	Колоноскопија	2× са размаком од 10 година

За мушкарце

Години	Преглед	Учесталост
Од 45	Преглед простате/гениталија	Годишње
Од 50	Превенција рака дебелог црева (тест столице)	Сваких 2 године или колоноскопија од 50
Од 50	Колоноскопија	2× са размаком од 10 година
Од 65	Скрининг аортног аневризме	Само једном (ултразвук)

За све

Години	Преглед	Учесталост
Од 35	Скрининг меланома	Сваких 2 године
Од 35	Gesundheits-Check-up	Сваких 3 године
Од 50	Превенција рака дебелог црева	Годишње/сваких 2 години (тест столице)

Превенција за децу (U-Untersuchungen)

U-Untersuchungen (U1 до U9 и J1/J2) су **најважнији програм превенције** за децу:

Преглед	Години	Шта се проверава?
U1	Одмах после рођења	Знакови живота, рефлекси, малформације
U2	3.–10. дан живота	Функције органа, метаболички скрининг, тест слуха
U3	4.–5. недеља живота	Ултразвук кука, рефлекси, тежина
U4	3.–4. месец	Моторика, вид, слух, вакцинације
U5	6.–7. месец	Моторика, хватање, окретање, интеракција
U6	10.–12. месец	Стајање, прве речи, вакцинације
U7	21.–24. месец	Језик, хођење, друштвено понашање

Преглед	Години	Шта се проверава?
U7a	34.–36. месец	Језик, вид, алергије
U8	46.–48. месец	Финомоторна вештина, језик, друштвено понашање
U9	60.–64. месец	Спремност за школу, језик, координација
J1	12.–14. година	Развој пубертета, вакцинације, ментално здравље
J2	16.–17. година	Развој, професионална оријентација, здравствено понашање

Јесу ли U-Untersuchungen обавезне?

• У **Баварској, Хесену и Баден-Виртембергу** су **обавезне** — ако се пропусте, обавештава се завод за социјалну заштиту

• У осталим федералним земљама: **топло препоручене**, али нису законски обавезне

• Сви U прегледи су **бесплатни** (услуга осигурања)

Вакцинације — шта се препоручује

Комисија за сталне вакцинације (STIKO) препоручује следеће вакцинације за одрасле:

Вакцинација	За кога?	Појачање
Тетанус	Сви	Сваких 10 година
Дифтерија	Сви	Сваких 10 година
Пертусис	Сви (само једном као одрасла особа)	Само једном
Грип (Инфлуенца)	Од 60 година, хронично болесни, trudne жене	Годишње
COVID-19	Сви (препорука се разликује)	Према препоруци STIKO
Пнеумокока	Од 60 година или са претходним болестима	Само једном
Опалешина (Herpes Zoster)	Од 60 година (од 50 са претходним болестима)	2 дозе

Трошкови: Препоручене вакцинације су **бесплатне** (услуга осигурања). Вакцинације за путовања често **нису** покривене (нека осигурања добровољно враћају новац).

Превенција током trudnoće

Trudne жене имају право на свеобухватну превенцију:

• **10–12 пренаталних прегледа** током trudnoće

• **3 ултразвучна прегледа** (око 10., 20. и 30. недеље trudnoće)

• **Анализа крви** (крвна група, рубеола, ХИВ, хепатитис)

• **Књижица мајке** — бележи све прегледе

• Све **бесплатно** (услуга осигурања)

Трошкови — шта покрива осигурање, а шта не?

Бесплатно (услуга осигурања)

• Сви горе наведени превентивни прегледи

• U-Untersuchungen за децу

• Препоручене вакцинације

• Превенција током trudnoće

• Скрининг за рак

Накнадни (IGeL — Индивидуалне здравствене услуге)

Неки лекари нуде **додатне** прегледе које морате плаћати:

• **PSA тест** (рак простате) — око 25–50 € (корист је дискутабилна)

• **Додатни ултразвучни прегледи**

• **Мерење очног притиска** (превенција глаукома) — око 20–40 €

• **Додатне анализе крви** (витамини, штитна жлезда)

Савет: Увек упитајте да ли је преглед **услуга осигурања** или **IGeL** пре него што се сложите. Немојте се приморавати на накнадне прегледе.

Савети за странце

1. Жута књижица за децу — примите књижицу превенције на U1, носите је на све прегледе

2. Бонус књижица код зубара — носите је од првог дана у Немачкој

3. Донесите своју потврду о вакцинацији — ако је имате из земље порекла, лекар може допунити недостајуће вакцинације

4. Заказати термине — присуствовати превенцији чак и без симптома

5. Немојте одлагати скрининг рака — може вам спасити живот

6. Сви прегледи су поверљиви — лекар је везан тајном

---

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