

Conservare la salute

Diagnosi precoce e prevenzione per
bambini e adulti

Con i migranti per i migranti

La salute interculturale in Baviera



Edizione speciale per la prima "Giornata Italiana della Salute"
in Baviera (München, 22.1.2011)

Una guida per i migranti – Disponibile in 15 lingue

Impressum

Bleiben Sie gesund

Früherkennung und Vorsorge für Kinder und Erwachsene

Ein Leitfaden für Migrantinnen und Migranten

Herausgeber:

Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit

Rosenkavalierplatz 2 | 81925 München | www.stmug.bayern.de

BKK Landesverband Bayern

Züricher Straße 25 | 81476 München | www.bkk-lv-bayern.de

BKK Bundesverband GbR

Kronprinzenstraße 6 | 45128 Essen | www.bkk.de

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Königstraße 6 | 30175 Hannover

ethno@onlinehome.de | www.ethno-medizinisches-zentrum.de

Konzeption, Inhalt und Erstellung:

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. (EMZ)

Redaktion: Elena Kromm-Kostjuk, Stephanie Knostmann, Ramazan Salman,

Dr. med. Matthias Wienold, Eva Schwarz

Übersetzung: Dolmetscherservice – Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Lektorat: Heike Mönninghoff, Bernd Neubauer

Layout: eindruck (Gestaltung und Werbung), Hannover

Satz: Bernd Neubauer, Waake bei Göttingen

Bildquellen: Seite 5, 11, 12, 15, 21, 25, 26 © Fotolia.com

Wenn in diesem Leitfaden Personengruppen benannt sind, wird im Folgenden die männliche Schreibweise verwendet. Es sind jedoch weibliche und männliche Personen gleichermaßen gemeint. Dies geschieht aus Gründen des besseren Leseflusses und ist nicht als diskriminierend zu verstehen.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf deshalb der vorherigen schriftlichen Genehmigung durch die Herausgeber.

Dieser Leitfaden ist in folgenden Sprachen erhältlich: Albanisch, Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Kurdisch (Kurmanci), Persisch (Farsi), Polnisch, Russisch, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch, Vietnamesisch.

Stand: Juni 2009

Parole di saluto

Gentile lettrice, gentile lettore,

con questa guida desideriamo informare i migranti che vivono in Baviera sulle molteplici offerte dell'assistenza sanitaria bavarese. Ci stanno a cuore in modo particolare i temi della prevenzione e della diagnosi precoce. La presentazione di tutte le visite di diagnosi precoce disponibili per Lei e i Suoi figli La aiuta ad avvalersi in modo completo e al momento opportuno di queste offerte. Inoltre qui trova un quadro riassuntivo dei compiti e delle offerte di numerose istituzioni sanitarie della Baviera, corredato di relativi indirizzi.

Il presente opuscolo in 15 lingue sulla prevenzione e i provvedimenti per la diagnosi precoce in Baviera vi guida in modo competente attraverso il complesso sistema sanitario tedesco. Informazioni semplici e mirate La aiutano a sfruttare in modo ottimale, personalizzato e adeguato la grande offerta del sistema di assistenza e le prestazioni del servizio sanitario.

Questa guida è una colonna importante del progetto sanitario "Con i migranti per i migranti" che viene portato avanti in Baviera dal 2008 nell'ambito dell'iniziativa sanitaria "Gesund. Leben. Bayern." (Salute. Vita. Baviera.) e dell'iniziativa nazionale delle casse malattia aziendali "Mehr Gesundheit für alle" (Più salute per tutti). L'obiettivo principale del progetto è consentire ai migranti l'accesso senza ostacoli e nel rispetto del principio di uguaglianza alle istituzioni sanitarie del luogo.

Speriamo che questo progetto interculturale e questa guida contribuiscano a conservare la Sua salute e quella dei Suoi figli e a farLa sentire a Suo agio in Baviera!



Dr. Markus Söder
Ministro bavarese per
l'Ambiente e la Salute



Werner Rychel
Sostituto alla presidenza
dell'Associazione delle
casse malattia aziendali
della Baviera



Theo van Stiphout
Direttore dell'ambito di
competenza
Politica sanitaria
Associazione federale GbR
casse malattia aziendali

Contenuti

Introduzione	3
1. Prestazioni dell'assicurazione sanitaria pubblica	4
Diagnosi precoce del cancro	4
Check-up della salute	5
Visite di diagnosi precoce e misure di prevenzione durante e dopo la gravidanza	6
Visite di diagnosi precoce per i bambini (U1–U9, J1)	8
Visita di inizio scuola in Baviera	12
Visite per adolescenti	13
Vaccinazioni	13
Visite dentistiche	16
2. Visite di diagnosi precoce e misure di prevenzione per persone senza copertura assicurativa sanitaria pubblica	18
Prestazioni secondo la Legge per i richiedenti asilo	18
Prestazioni in base alla Legge sociale SGB XII (sussidio sociale – Sozialhilfe)	19
3. Glossario	20
4. Indirizzi	27

Introduzione

La salute è uno dei presupposti fondamentali per una vita felice. I bambini sani possono andare alla scoperta del mondo col più pieno dinamismo, gli adulti sani possono affrontare al meglio le sfide quotidiane e godersi la vita.

Naturalmente ognuno può fare qualcosa per la propria salute, ad esempio grazie al movimento e ad un'alimentazione sana. Ed inoltre il sistema sanitario tedesco offre sostegno alle persone non solo quando sono malate. Grazie a prestazioni per la prevenzione e per la diagnosi precoce delle malattie, le casse malattia aiutano i propri assicurati a mantenersi in salute. Nella presente guida, sviluppata dall'Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. in collaborazione con il Ministero bavarese per l'Ambiente e la Salute, con l'Associazione federale GbR delle casse malattia aziendali e con l'Associazione regionale bavarese delle casse malattia aziendali, trovate informazioni relative alle visite preventive e di diagnosi precoce, alle vaccinazioni e alla salute dentale.

Un'ampia parte della guida è dedicata al tema della salute dei bambini. Per iniziare la vita in modo sano si parte già dalle visite preventive durante la gravidanza. Poco dopo il parto ha luogo la prima delle dieci visite riservate ai bambini. In Baviera vengono offerte inoltre visite dell'udito per neonati (screening dell'udito) e una visita per l'individuazione di eventuali malattie del metabolismo in bambini appena nati. Inoltre si spiega perché la partecipazione alle visite U è diventata obbligatoria per i bambini in Baviera e a cosa dovrebbero fare attenzione i genitori quando si recano a questi appuntamenti.

Questa guida è pubblicata in 15 lingue in modo che il numero più alto possibile di persone di diversa nazionalità e provenienza possa usufruire della prevenzione e della diagnosi precoce. Ci farebbe piacere che questa guida aiutasse Voi e i Vostri figli a condurre una vita in salute.

1. Prestazioni dell'assicurazione sanitaria pubblica

Gli assicurati presso una cassa malattia pubblica hanno il diritto di usufruire di visite di diagnosi precoce (tutti i termini sottolineati vengono spiegati nel glossario) e di misure di prevenzione. In base all'età e al sesso, si ha diritto a diverse visite gratuite.

A tutte le visite di diagnosi precoce e prestazioni di prevenzione bisogna presentare la tessera assicurativa. Non si deve pagare un ticket per la visita medica.

Diagnosi precoce del cancro

Le donne a partire dall'età di

- 20 anni possono usufruire di una visita ginecologica annuale per la diagnosi precoce del cancro al collo dell'utero,
- 30 anni possono usufruire di una visita annuale del seno,
- 35 anni possono usufruire ogni due anni di una visita dermatologica,
- 50 anni possono usufruire una volta l'anno di una visita di diagnosi precoce del cancro all'intestino

Informazione importante:

L'assicurazione sanitaria pubblica offre, oltre alle visite di diagnosi precoce e alle misure di prevenzione, molte altre prestazioni. Tuttavia per alcune di queste prestazioni gli assicurati devono pagare delle spese aggiuntive. L'importo di queste spese aggiuntive viene calcolato in base a un limite d'aggravio individuale. Per le donne nate dopo il 1° aprile 1987 e gli uomini nati dopo il 1° aprile 1962 che sono affetti da malattie croniche e che si erano informati presso il proprio medico sulle possibilità di diagnosi precoce, il limite d'aggravio individuale diminuisce. Come prova dell'avvenuta consulenza verrà fra breve introdotto un "Präventionspass" (libretto della prevenzione). Solo potendo dimostrare che una tale consulenza si è veramente verificata, sarà possibile risparmiare. Maggiori informazioni a questo proposito Vi verranno fornite dal Vostro medico o dalla cassa malattia.

- 55 anni possono usufruire di una enteroscopia (due visite con un intervallo di 10 anni).

In Baviera, inoltre, tutte le donne tra i 50 ed i 69 anni vengono invitate personalmente e per iscritto ad una mammografia-screening, a intervalli regolari di due anni. La visita viene effettuata in cosiddette unità di screening.

Gli uomini a partire dall'età di

- 35 anni possono usufruire ogni due anni di una visita dermatologica,
- 45 anni possono usufruire di una visita annuale degli organi genitali e della prostata,
- 50 anni possono usufruire di una visita annuale per la diagnosi precoce del cancro all'intestino,
- 55 anni possono usufruire di una enteroscopia (due visite con un intervallo di 10 anni).

Check-up della salute

A partire dall'età di 35 anni, donne e uomini hanno diritto ogni due anni ad una visita medica generale che può servire soprattutto alla diagnosi precoce di patologie che si verificano frequentemente, come le malattie cardiovascolari e il diabete mellitus.

Durante il check-up della salute il medico chiarisce, in un colloquio dettagliato, a quali rischi individuali per la salute va incontro il paziente a causa di eventuali malattie precedenti ed abitudini di vita personali. Viene misurata la pressione del sangue e controllato il polso, si auscultano il cuore e i polmoni e vengono analizzati il sangue e l'urina.



Visite di diagnosi precoce e misure di prevenzione durante e dopo la gravidanza

Durante la gravidanza ci sono visite di diagnosi precoce per la gestante ed il nascituro.

Fra queste vi sono:

- Visita medica per verificare l'eventuale presenza di diabete da gravidanza nella donna (test dell'urina),
- Visita medica per verificare l'eventuale presenza di gestosi (controllo periodico della pressione del sangue, test dell'urina e analisi del tessuto per la presenza di edemi),
- Ecografia (determinazione delle misure corporee del bambino, della data di nascita e dello sviluppo del bambino nel grembo materno),
- Visita cardiocografica – CTG (registrazione dell'attività delle doglie e dei battiti cardiaci del bambino).



Importante:

Nell'ambito delle visite durante la gravidanza la donna riceve il cosiddetto "Mutterpass" (libretto della madre). In esso vengono documentati tutti i risultati importanti ed il decorso della gravidanza. La donna incinta dovrebbe avere sempre con sé questo libretto e presentarlo alle visite. E' consigliabile conservare il "Mutterpass" dopo la nascita del bambino poiché eventualmente le annotazioni in esso contenute possono rivelarsi importanti per altre gravidanze.

Oltre delle visite mediche di diagnosi precoce, è molto importante la prevenzione durante la gravidanza. Fra le misure mediche di prevenzione vi è, tra l'altro, la visita medica delle gestanti per stabilire l'eventuale presenza di rosolia (analisi del sangue) nonché la consulenza e l'informazione su determinati rischi per la salute che si possono verificare durante la gravidanza e dopo il parto per la donna e il bambino. Anche le ostetriche offrono in questo periodo un servizio di consulenza e d'informazione.

Ogni donna ha diritto all'assistenza da parte del ginecologo e/o dell'ostetrica durante la gravidanza, durante il parto e nelle settimane dopo la nascita. Nel caso di un decorso regolare della gravidanza e dell'assenza complicazioni è sufficiente una visita medica ogni quattro settimane. A partire dalla 32° settimana di gravidanza è prevista una visita medica ogni due settimane e, nel caso di un superamento della data prevista per la nascita, ogni due giorni.

La donna incinta dovrebbe, inoltre, sottoporsi a due visite dentistiche durante la gravidanza. Il mutamento delle abitudini alimentari (forte desiderio di mangiare cose dolci o aspre) può favorire la carie. Inoltre a causa dei mutamenti ormonali le donne incinte sono particolarmente soggette a infiammazioni delle gengive e del paradenzio. L'igiene dentale e la prevenzione sono particolarmente importanti in questo periodo poiché i più recenti studi mostrano che le infiammazioni delle gengive possono aumentare il rischio di parti prematuri ed essere causa di basso peso alla nascita. L'ideale sarebbe che le donne che decidono di avere figli si facessero controllare ed eventualmente curare i denti dal dentista già prima dell'inizio della gravidanza.

Visite di diagnosi precoce per i bambini (U1–U9, J1)

I primi anni di vita sono particolarmente importanti per lo sviluppo della salute di una persona. Per questo esistono le visite mediche di diagnosi precoce e le prestazioni preventive per i bambini e gli adolescenti ("Kinder-Richtlinien" – Normativa dei bambini – del "Gemeinsamer Bundesausschuss" – Comitato federale congiunto).

Screening dei neonati

In Baviera tutti i neonati hanno diritto ad una visita che, grazie ad una semplice analisi del sangue, è in grado di escludere la presenza di dodici malattie del metabolismo ed endocrinologiche di origine genetica (come la galattosemia e l'ipotiroidismo). Grazie alla diagnosi e alla cura precoci di queste malattie è possibile prevenire disabilità nei bambini colpiti o addirittura evitare casi di morte. Se i genitori acconsentono, la visita si svolge generalmente nel terzo giorno di vita del neonato.

Per l'analisi del sangue vengono prelevate alcune gocce di sangue dal tallone del bambino, messe su un cartoncino da analisi e spedite ad uno speciale laboratorio di analisi. Del prelievo sono responsabili i reparti di maternità, le ostetriche o i pediatri con studio medico. Solo in caso il referto presenti delle anomalie i genitori vengono contattati dal reparto di maternità, dall'ostetrica o dal pediatra per l'esecuzione di ulteriori test di controllo. Se la diagnosi di una malattia viene confermata, si inizia immediatamente la cura.

Screening dell'udito

Dal 1° gennaio 2009 in Germania tutti i neonati hanno diritto a partire dal primo giorno di vita ad uno screening dell'udito (test dell'udito per neonati) a spese della cassa malattia. La capacità di sentire bene è molto importante per un normale sviluppo linguistico in età infantile, per la crescita emotiva e sociale del bambino e per il successivo sviluppo scolastico e lavorativo.

Importante:

Nel caso di parto in casa o in un centro di assistenza al parto naturale, l'ostetrica che vi segue fornirà informazioni in merito all'analisi del sangue e la eseguirà.

Durante lo screening dell'udito viene eseguita una visita breve, indolore e obiettiva della capacità uditiva del bambino attraverso uno strumento di misurazione. In questo modo è possibile individuare e curare tempestivamente problemi dell'udito che interessano entrambe le orecchie e necessitano di cure – problemi di questo tipo si riscontrano in circa un neonato su 1000 in Germania. Se il test dell'udito dà un referto che necessita di ulteriori controlli, sono necessarie ancora una o più analisi. Il primo test di controllo si svolge di nuovo nella clinica in cui è avvenuto il parto. In caso questo non sia possibile o il risultato rimanga incerto, gli ulteriori test possono essere svolti negli studi medici di pediatri, otorinolaringoiatri o audiologi infantili oppure nelle cliniche universitarie specializzate in otorinolaringoiatria (i cosiddetti centri di audiologia infantile, ad esempio a Regensburg – si veda il capitolo "Indirizzi").

Se il bambino nasce a casa o in un centro di assistenza al parto naturale, il test dell'udito può essere eseguito nello studio di un pediatra o di un otorinolaringoiatra.



Name:

Vorname:

Geburtsort:

Strasse:

Wohnort:

Bringen Sie Ihr Kind zur Untersuchung:

U2	3. - 10. Lebensstag	vom	bis
U3	4. - 6. Lebenswoche	vom	bis
U4	3. - 4. Lebensmonat	vom	bis
U5	6. - 7. Lebensmonat	vom	bis
U6	10. - 12. Lebensmonat	vom	bis
U7	21. - 24. Lebensmonat	vom	bis
U8	43. - 48. Lebensmonat	vom	bis
U9	60. - 64. Lebensmonat	vom	bis

Diese Untersuchungstermine sollten Sie im Interesse Ihres Kindes bitte genau einhalten.

Wichtige Hinweise auf der folgenden Seite!

Januar 2004

Importante:

Nel caso il test dell'udito presenti un referto che necessita di controlli si dovrebbe prendere al più presto possibile un appuntamento presso un medico specializzato. La diagnosi dovrebbe avvenire entro i primi tre mesi di vita del bambino, la terapia dovrebbe iniziare entro i primi sei mesi.

9

Visite U	Momento	Luogo
U1	direttamente dopo la nascita	in ospedale o in casa propria con l'ostetrica
U2	tra il 3° ed il 10° giorno di vita	in ospedale o dal pediatra
U3–U9	8 visite fino al compimento del 6° anno di età	dal pediatra o dal <u>medico di famiglia</u>

Visite di diagnosi precoce U

Le cosiddette “visite-U” servono ad osservare lo sviluppo fisico e psichico di neonati e bambini, e ad individuare e curare in tempo eventuali problemi nello sviluppo.

I genitori dovrebbero chiarire con il pediatra o il medico di famiglia quando avranno luogo le visite da U3 fino a U9. E' importante che ogni visita di diagnosi precoce venga eseguita in un determinato momento dello sviluppo del bambino. Solo così si possono individuare e curare in tempo eventuali disturbi o malattie.

Importante:

Alle visite pediatriche di diagnosi precoce bisogna portare con sé la tessera dell'assicurazione ed il libretto U, nel quale il medico registra i risultati della visita. Poiché i bambini possono ricevere, nell'ambito delle visite U, anche le necessarie vaccinazioni, si dovrebbe portare con sé anche il libretto delle vaccinazioni. Per queste visite non si deve pagare il ticket ambulatoriale.

Protezione della salute di bambini e adolescenti in Baviera

Affinché tutti i bambini inizino la vita in modo sano, i genitori in Baviera sono obbligati per legge a far partecipare nel momento opportuno i propri figli alle visite di diagnosi precoce (da U1 a U9 e J1). Questi appuntamenti presso il pediatra o il medico di famiglia hanno lo scopo di individuare e curare al più presto possibile malattie e disturbi dello sviluppo. La partecipazione alle visite è stata resa obbligatoria anche per individuare in modo più efficiente i bambini maltrattati o trascurati e fargli arrivare l'assistenza di cui hanno bisogno.

La documentazione relativa alla partecipazione alle ultime visite U viene richiesta quando si inoltra la richiesta di Landeserziehungsgeld (sussidio regionale per la cura dei figli) e quando si fa l'iscrizione all'asilo. Alla visita di inizio scuola, alla quale in Baviera vengono invitati tutti i bambini fra i cinque e i sei anni, i genitori dovrebbero portare la documentazione relativa alla U9.



Visita di inizio scuola in Baviera

La visita di inizio scuola è una visita preventiva per tutti i bambini che l'anno seguente rientrano nell'obbligo scolastico. La visita viene eseguita dagli impiegati dell'Ufficio d'Igiene. Il suo scopo è stabilire se i bambini, dal punto di vista sanitario, sono in grado di frequentare la scuola. La partecipazione alla visita è obbligatoria.

Vengono osservati la storia sanitaria del bambino, il peso e l'altezza, si fanno i test dell'udito e della vista, e si controllano il libretto U e quello delle vaccinazioni. Il bambino deve svolgere dei piccoli esercizi per il controllo delle capacità linguistiche e motorie.

Nel caso in cui i genitori non possano dimostrare la partecipazione del proprio bambino alla U9, viene eseguita una visita medica scolastica. Durante questa il bambino viene visitato fisicamente e si controlla con maggior precisione il suo sviluppo; eventualmente i genitori ricevono consulenza in merito ai riscontri medici rilevanti per la vita scolastica. La visita medica viene offerta anche se, ad esempio, durante lo screening o la U9 si sono riscontrate particolarità. Può anche essere svolta su richiesta dei genitori.

Se un bambino non partecipa né alla U9 né alla visita medica scolastica, l'Ufficio d'Igiene informa l'Ufficio per l'assistenza ai minori.



Visite per adolescenti

Con l'inizio della pubertà si verificano numerosi cambiamenti fisici. La "visita J" ha luogo tra il 13° ed il 14° anno di vita.

In quest'occasione si cerca di individuare per tempo e curate quelle malattie che potrebbero mettere in pericolo lo sviluppo psicofisico e sociale degli adolescenti. Inoltre in questa circostanza si controlla ancora una volta lo stato delle vaccinazioni dell'adolescente. Si cerca inoltre di cambiare con adeguate misure correttive quei comportamenti che potrebbero danneggiare la salute, come per esempio il fumo. I genitori devono far sì che questa visita abbia luogo presso il medico di famiglia o il pediatra. Tuttavia l'adolescente può recarsi da solo alla visita. Molti pediatri offrono orari di visita specifici per adolescenti. Si devono portare la tessera sanitaria e il libretto delle vaccinazioni.

Vaccinazioni

Le vaccinazioni sono importanti per il vostro bambino e per voi poiché proteggono da pericolose malattie infettive. Le vaccinazioni dei bambini devono essere fatte o richiamate ad intervalli regolari. Il pediatra o il medico di famiglia possono offrire consulenza riguardo alle scadenze delle vaccinazioni.

Importante:

Se il vostro bambino al momento della vaccinazione si trova in una fase acuta di malattia e ha più di 38,5 di febbre la vaccinazione deve essere rimandata. In caso di infezioni leggere la vaccinazione può essere effettuata dopo averne parlato con il medico. È assolutamente necessario consultarsi con il medico se il vostro bambino soffre di una malattia cronica o deve assumere medicinali.

Le casse malattia pubbliche coprono le spese per le seguenti vaccinazioni per bambini:

- difterite
- rosolia
- pertosse (tosse convulsa)
- epatite B
- poliomielite
- varicella
- haemophilus influenzae tipo B
- pneumococchi (ad esempio polmonite e meningite)
- tetano
- meningococchi (ad esempio meningite)
- morbillo
- ragazze fra i 12 e i 17 anni: virus del papilloma umano (cancro al collo sell'utero)
- parotite
- encefalite meningea primaverile (TBE)

Per adulti

Le vaccinazioni sono importanti anche in età adulta e possono proteggere da particolari malattie. Durante le visite mediche fate controllare il vostro libretto delle vaccinazioni in modo che quelle eventualmente mancanti possano essere eseguite. Si dovrebbero fare regolarmente i richiami delle vaccinazioni ad esempio contro la difterite e il tetano o, in caso non siano mai stati fatti, andrebbero effettuati. In caso stiate progettando una gravidanza o abbiate intenzione di avere in futuro contatti con neonati è fortemente consigliabile la vaccinazione contro la pertosse, se l'ultimo vaccino o malattia risalgono a oltre dieci anni prima. Nel caso in cui proveniate da un paese nel quale si verificano casi di poliomielite, dovrete far controllare lo stato del vostro vaccino ed eventualmente fare il richiamo per il viaggio. Inoltre si raccomandano alcune vaccinazioni a persone che, a causa della loro età, di malattie in corso o di altri fattori, sono particolarmente a rischio. Tra queste vi sono anche la vaccinazione contro l'influenza e quella contro i pneumococchi (polmonite) per persone a partire da 60 anni. Il medico di famiglia, la cassa malattia e gli Uffici d'Igiene offrono informazioni sulle vaccinazioni e sulla loro necessità.

Importante:

Tutte le vaccinazioni vengono registrate nell'apposito libretto (Impfpass) che deve essere portato agli appuntamenti per le vaccinazioni. Se non avete ancora un libretto delle vaccinazioni, rivolgetevi al vostro medico di famiglia o all'Ufficio d'igiene competente.

In quasi tutti i distretti della Baviera sussiste un alto rischio di contrarre il virus dell'encefalite meningea primaverile (TBE) attraverso i morsi di zecca. Chi per lavoro o nel tempo libero passa molto tempo a contatto con la natura dovrebbe far vaccinare se stesso e i propri figli ogni tre/cinque anni, poiché questo virus può causare gravi malattie della meninge, del cervello e del midollo spinale.

Le casse malattia sostengono le spese per tutte le vaccinazioni consigliate dalla Commissione permanente per le vaccinazioni (STIKO) dell'Istituto Robert Koch di Berlino. Lo statuto delle casse malattia può inoltre prevedere che queste si assumano gli oneri per altre vaccinazioni (ad esempio le vaccinazioni per i viaggi).



Visite dentistiche

E' importante recarsi regolarmente dal dentista per mantenere i denti e le gengive in salute. Questo vale sia per gli adulti che per i bambini – e qui in particolare a partire dal primo dentino. Dopo una visita accurata dei denti, vengono eventualmente curati i denti o le gengive che ne hanno bisogno e viene effettuata un'ampia consulenza.

L'assicurazione pubblica contro le malattie sostiene, sia per gli adulti che per i bambini e gli adolescenti, le spese per le visite di diagnosi precoce e le misure di

prevenzione riportate di seguito. Non si deve pagare nessun ticket ambulatoriale.

Per ulteriori trattamenti come le otturazioni gli adulti non esenti dal pagamento del ticket devono pagare.

Bambini prima del 30° mese di vita:

- Due visite dentistiche l'anno nelle quali vengono controllati i denti e viene eventualmente stabilito un calendario per i trattamenti.

Importante:

Oltre alle visite dentistiche di prevenzione i seguenti accorgimenti sono importanti per la salvaguardia dei vostri denti:

- Se possibile lavare i denti dopo ogni pasto, ma almeno due volte il giorno. Una volta il giorno andrebbero inoltre puliti gli spazi fra i denti con il filo interdentale.
- Per i bambini vale il seguente principio: il lavaggio dei denti è importante fin dal primo dentino. Fino ad un'età di 6–7 anni i genitori dovrebbero controllare il lavaggio dei denti ed eventualmente ripulirli accuratamente.
- Per lavare i denti utilizzate un dentifricio che contenga fluoruro. Per i bambini fino al 6° anno di età ci sono dentifrici da bambini con un contenuto di fluoruro di 500 ppm.
- Un'alimentazione sana è importante, in particolare è fondamentale evitare di consumare spesso bevande e cibi che contengono zuccheri.

Bambini (dal 30° alla fine del 72° mese di vita):

- Due visite dentistiche l'anno.
Una di queste visite consiste in un'approfondita visita di diagnosi precoce per malattie dei denti, della bocca e della mandibola, ed include anche la consulenza per l'alimentazione, l'igiene orale e la fluorizzazione (da FU1 a FU3 fra il 30° e il 72° mese di vita).

Bambini e adolescenti (dal 6° al 18° anno d'età):

- In due visite dentistiche l'anno, secondo un determinato calendario, viene controllata l'igiene orale, si ricevono informazioni sulle malattie e si esercita l'igiene orale. I denti vengono fluorizzati e i molari sigillati contro la carie.

Adulti:

- Due visite dentistiche l'anno con un intervallo di almeno quattro mesi: controllo delle carie, delle malattie delle gengive e dei tumori nella cavità orale, eventualmente radiografie.
- Una eliminazione del tartaro l'anno.



In Baviera esiste un libretto dentistico per bambini nel quale vengono annotati i risultati delle visite. Si riceve gratuitamente dal dentista e bisogna portarlo ad ogni visita preventiva e di diagnosi precoce. Questo libretto per bambini è dotato di una pagina informativa nella quale trovate fra l'altro consigli per la salute dei denti, l'alimentazione sana e la protezione contro la carie.

2. Visite di diagnosi precoce e misure di prevenzione per persone senza copertura assicurativa sanitaria pubblica

Prestazioni secondo la Legge per i richiedenti asilo

In generale profughi e persone che hanno l'obbligo di lasciare il paese o il cui soggiorno viene tollerato per motivi di diritto internazionale, politici e umanitari (profughi di fatto) non possono usufruire dell'assicurazione pubblica. Secondo la Legge sulle prestazioni per i richiedenti asilo, durante i primi 48 mesi sussiste il diritto al trattamento medico nel caso di malattie acute o dolorose richiedenti un trattamento, così come ad alcune visite di diagnosi precoce e a misure di prevenzione. (Limitazioni ci sono per esempio nel caso di protesi dentarie e ortodonzia).

Si può usufruire delle seguenti visite di diagnosi precoce e misure di prevenzione:

- Visite di diagnosi precoce e misure di prevenzione durante la gravidanza, prestazioni in occasione del parto e assistenza dopo la nascita,
- Visite mediche di diagnosi precoce e misure di prevenzione come nell'assicurazione sanitaria pubblica: visite U1 fino a J1 per bambini ed adolescenti, visite ginecologiche di diagnosi precoce, visite di diagnosi precoce del cancro per donne a partire dai 20 anni e uomini dai 45 anni, visite sanitarie di controllo (check-up) e visite dermatologiche per persone a partire dai 35 anni (ogni due anni),

Importante:

Per poter usufruire di prestazioni secondo la Legge sulle prestazioni per i richiedenti asilo, bisogna presentare al medico un buono per la visita medica (Krankschein). Quest'ultimo viene rilasciato dall'Ufficio per i servizi sociali (Sozialamt) o dall'ufficio presso il quale vengono richiesti anche altri sussidi. Il buono per la visita medica è valido un trimestre.

I fruitori di prestazioni in base alla Legge sulle prestazioni per i richiedenti asilo sono esenti dal pagamento del ticket per la visita medica.

- Visite dentistiche semestrali di prevenzione per bambini ed adolescenti al di sotto dei 18 anni, successivamente visite di prevenzione annuali,
- Le normali vaccinazioni per bambini, le vaccinazioni per adulti contro tetano, difterite e poliomielite e, in base al rischio individuale, anche altre vaccinazioni.

Prestazioni in base alla Legge sociale SGB XII sussidio sociale – “Sozialhilfe”)

Per migranti il cui soggiorno è legale, ma che non rientrano nei criteri previsti dalla Legge sulle prestazioni per i richiedenti asilo e non hanno assicurazione né privata né pubblica, il diritto si basa sulla Legge sociale tedesca SGB XII. Se si prevede che essi ricevano il sussidio sociale per più di un mese, usufruiranno dell'assicurazione sanitaria pubblica. L'Ufficio per i servizi sociali li inviterà a scegliere una cassa malattia pubblica e li iscriverà lì.

Se non è possibile l'assistenza da parte di un'assicurazione pubblica, allora bisogna presentare richiesta all'Ufficio per i servizi sociali competente per ottenere un buono per l'assunzione delle spese di certe prestazioni. Queste corrispondono a quelle per gli assicurati con cassa pubblica. Coloro che percepiscono il sussidio sociale hanno diritto alle visite di diagnosi precoce e alle misure di prevenzione sopra descritte e per esse non devono pagare il ticket per la visita medica.

Importante:

Ne hanno diritto coloro che si trovano in una situazione di emergenza materiale (reddito o patrimonio effettivamente disponibili insufficienti, mancanza di cassa malattia) e hanno bisogno di cure mediche.

3. Glossario

Cancro (*Krebs o Krebserkrankung*): con questo termine si indica una crescita incontrollata di cellule. Le cellule del cancro respingono o distruggono il tessuto sano. Ogni organo del corpo può essere attaccato dal cancro. Dopo le malattie cardiocircolatorie, il cancro è al secondo posto tra le cause più frequenti di mortalità in Germania (annualmente circa 390.000 persone si ammalano di cancro). Tuttavia un numero sempre maggiore di pazienti può essere curato. Ci sono diversi tipi di cancro che si differenziano molto per quel che riguarda le possibilità di cura. Grazie alla diagnosi precoce si può diminuire il rischio di morire di cancro.

Diabete da gravidanza (*Schwangerschaftsdiabetes*): a causa del cambiamento ormonale durante la gravidanza, le donne incinte si possono ammalare temporaneamente di diabete mellitus. I primi segni di un diabete da gravidanza possono essere i seguenti: forte sovrappeso della donna, sete esagerata, troppa acqua amniotica ed un bambino troppo grande. Il diabete da gravidanza, causato da un livello troppo alto di glicemia, è un pericolo per la salute della madre e del bambino, e deve essere curato. Nel caso di un valore di glicemia leggermente sopra la norma, basta generalmente osservare una dieta rigorosa. Se il valore di glicemia resta alto, il diabete da gravidanza deve essere trattato con insulina. Il diabete da gravidanza scompare generalmente dopo il parto.

Diabete mellitus: il diabete mellitus è un disturbo cronico del metabolismo di cui soffre in Germania circa il 7 % della popolazione. Il diabete può insorgere ad ogni età, in bambini e giovani così come in persone più anziane. Si parla di diabete mellitus quando l'insulina corporea non provvede al trasferimento degli zuccheri provenienti dall'alimentazione dalla circolazione sanguinea verso le cellule. Si arriva allora ad un aumento della glicemia nel sangue, da cui l'espressione "malattia dello zucchero" (Zuckerkrankheit). Tipici sintomi sono orinazione frequente, sete, stanchezza, mancanza d'iniziativa, disturbi della vista e ferite che si rimarginano con difficoltà. Da un diabete mellitus mal curato o non curato possono derivare ulteriori malattie come per esempio perdita della vista, infarto cardiaco, colpo apoplettico e disturbi renali.

Edema (Ödeme): concentrazione di liquido nei tessuti.



Enteroscopia (Darmspiegelung): circa 73.000 persone si ammalano annualmente in Germania di cancro all'intestino e circa 28.000 persone muoiono di questa malattia. Una possibilità di individuare in tempo il cancro all'intestino, e quindi di curarlo, è l'enteroscopia. Durante l'enteroscopia viene introdotto nell'intestino un tubicino sottile e pieghevole, il cosiddetto endoscopio. Esso contiene un sistema ottico con il quale vengono trasmesse su un monitor le immagini dall'intestino. Durante una enteroscopia si possono prelevare prove di tessuto che vengono poi analizzate in laboratorio. Sono possibili in questo modo anche piccoli interventi chirurgici.

Fluorizzazione (*Fluoridierung*): con la fluorizzazione viene apportato fluoruro ai denti tramite dentifrici, gel e lacche (queste ultime solo dal dentista). Il fluoruro si deposita nello smalto dentario e rafforza la sua struttura. In tal modo il dente diventa più resistente nei confronti degli attacchi di acido (per esempio durante il consumo di zucchero).

Galattosemia (*Galaktosämie*): la galattosemia è una malattia del metabolismo di origine genetica. Nei bambini che ne sono affetti il galattosio, un componente del lattosio (zucchero del latte) non può essere metabolizzato. Si arriva ad un innalzamento del livello di galattosio nel sangue che, se non curato, può causare gravi danni neurologici, danni agli organi ed addirittura il decesso del neonato. Nel caso in cui durante lo screening del neonato si diagnostichi la galattosemia, si può cambiare in tempo l'alimentazione del bambino utilizzando prodotti privi di lattosio.

Gestosi (*Gestose*): gestosi è un nome collettivo per diversi disturbi della salute causati dalla gravidanza. Accanto ad un'elevata pressione del sangue si può arrivare ad un'eccessiva espulsione di proteine nell'urina e al subentrare di edemi. La gestosi si presenta in primipare molto giovani o piuttosto anziane. Altri fattori di rischio per donne incinte sono disturbi dei vasi sanguinei a causa di malattie croniche ai reni, alta pressione o diabete, fumo durante la gravidanza, nonché sovrappeso o mancanza di proteine. La gestosi aumenta il rischio di una nascita prematura o della mortalità dei neonati. Inoltre, può portare complicazioni pericolose per la donna.

Influenza: malattia infettiva causata da virus influenzali che quasi sempre colpisce le vie respiratorie; può anche avere un decorso difficile ed essere accompagnata da complicazioni come polmonite (pneumonia) o infiammazione del muscolo cardiaco (miocardite).

Ipotiroidismo (*Hypothyreose*):

l'ipotiroidismo è una disfunzione congenita della tiroide, la quale funziona meno del dovuto. Possibili conseguenze sono forte itterizia del neonato, apatia e disabilità mentale. In genere se l'ipotiroidismo viene curato in tempo con ormoni tiroidei, i bambini si sviluppano in modo assolutamente normale. Per questo è importante che nei bambini venga controllata la presenza di questo disturbo ormonale genetico durante lo screening dei neonati.

Libretto delle vaccinazioni (*Impf-*

pass): il medico registra nel libretto le vaccinazioni che sono state fatte. Poiché le vaccinazioni dei bambini generalmente si fanno durante le visite di prevenzione per bambini, è consigliabile portare con sé il libretto delle vaccinazioni e il libretto U a tutte le visite U e alla visita J1. Se non avete ancora il libretto delle vaccinazioni, il medico ve lo può rilasciare. Anche per gli adulti è consigliabile portare con sé questo libretto ad ogni vaccinazione o nei viaggi all'estero.

Libretto U (*U-Heft*): nel libretto U

vengono registrati i risultati delle visite pediatriche di prevenzione (visite U). Inoltre nel libretto U si trovano importanti informazioni come le tabelle con l'indicazione dell'altezza e del peso corretti a seconda dell'età del bambino. Il libretto U viene rilasciato in ospedale dopo la visita U1 e deve essere portato a tutte le visite preventive del bambino e dell'adolescente.

Malattia infettiva (*Infektion*): quando è

in atto un'infezione, gli agenti patogeni entrano nel corpo e lì si moltiplicano. Tra le malattie infettive vi sono per esempio diarree, infezioni delle vie respiratorie, morbillo e pertosse, ma anche AIDS e malaria.

Malattie cardiocircolatorie (*Herz-Kreislauf-Erkrankungen*): ne fanno parte una serie di malattie che riguardano il cuore, le coronarie e i vasi sanguinei. Tra le malattie più diffuse vi sono l'arteriosclerosi (restringimento delle arterie a causa di depositi nella parete interna dell'arteria), spesso anticipatrice dell'infarto cardiaco (chiusura di un'arteria) e l'insufficienza cardiaca (detta anche debolezza del miocardio) nella quale il cuore non riesce più a rifornire in maniera sufficiente il tessuto connettivo con sangue ed ossigeno. Le malattie cardiocircolatorie sono la più frequente causa di morte in Germania. Queste malattie possono essere spesso evitate. Uno stile di vita sano con un'alimentazione povera di grassi, abbastanza movimento e rinuncia alla nicotina hanno un effetto protettivo nei confronti nel sistema cardiocircolatorio.

Mammografia (*Mammographie*): con la mammografia viene fatta una radiografia del seno. In tal modo si possono rendere ben visibili cambiamenti del tessuto connettivo del seno.

Medico di famiglia (*Hausarzt*): il medico di famiglia è un medico che lavora in uno studio e, in genere, è il primo punto di riferimento nel caso si presentino problemi di salute. In Germania sono attivi come medici di famiglia: medici specializzati in medicina generale, medici specializzati in internistica.

Pneumococchi (*Pneumokokken*): batteri (*Streptococcus pneumoniae*) che possono provocare diverse malattie. Tra queste vi sono la polmonite (pneumonia), la meningite e l'otite media. Il rischio di malattia aumenta nella terza età (oltre i 60 anni) poiché l'efficienza del sistema immunitario diminuisce.

Prevenzione (*Vorsorge*): con il termine prevenzione si intendendo interventi volti a impedire l'insorgere di malattie. Un esempio di provvedimento di prevenzione è la pulizia dei denti. Se la cura dei denti e l'igiene orale vengono praticate regolarmente e in modo corretto si può impedire in larga misura l'insorgere di carie.

Referto che necessita di ulteriori controlli (*Kontrollbedürftiger Befund*):

il risultato di un test necessita di ulteriori controlli quando sussiste il sospetto che la persona visitata porti in sé il supposto agente patogeno o focolaio della malattia o che sia affetta dalla malattia che si suppone. Per confermare o escludere questo sospetto si raccomanda caldamente di sottoporsi ad ulteriori visite.

Rosolia (*Röteln*): la rosolia è una di quelle malattie dei bambini che possono contrarre anche gli adulti. Un'infezione con il virus della rosolia durante la gravidanza può causare gravi danni al nascituro, per esempio disabilità psichica, sordità e cecità. Quanto prima durante la gravidanza una donna s'infetta con il virus (fino alla 18ª settimana di gravidanza), tanto maggiore è il pericolo che il bambino ne riporti un grave danno permanente. Nelle visite preventive durante la gravidanza viene effettuato un test degli anticorpi per stabilire se la donna incinta ha già avuto la rosolia, essendo dunque immune al virus, oppure se si deve proteggere da una eventuale infezione. Se non c'è una protezione sufficiente, la donna incinta dovrebbe evitare o limitare il contatto con bambini e folle di persone. La migliore protezione è tuttavia la vaccinazione in età giovanile (ragazze fra gli 11 e i 13 anni) o da adulti prima dell'inizio della gravidanza.



Screening il termine viene dall'inglese e significa visita in serie. Nel contesto della lotta al cancro al seno, screening indica una visita a cui vengono sottoposte tutte le donne fra i 50 e i 69 anni e che si ripete ad intervalli regolari di due anni.

Tessera assicurativa (*Versichertenkarte*):

la tessera assicurativa viene rilasciata dalla cassa malattia poco dopo che ci si è fatti registrare. Generalmente si riceve per posta. Prima della visita medica viene consegnata all'assistente del medico, in modo che il trattamento possa essere liquidato con la cassa malattia. Sul chip sono memorizzati i dati personali (nome, data di nascita, indirizzo) dell'assicurato ed il numero dell'assicurato, ma nessuna informazione sullo stato di salute o sulle diagnosi.



Ticket per la visita medica

(Praxisgebühr): per la visita dal medico i pazienti devono pagare, una volta a trimestre, un ticket di 10 Euro. Questo non vale per le visite di diagnosi precoce e le misure di prevenzione, che sono gratuite. Se sono necessarie altre visite mediche nello stesso trimestre, ad ogni ulteriore visita bisogna pagare un ticket, a meno che il primo medico curante non abbia rilasciato un'impegnativa per uno specialista (Überweisung). Le impegnative e quindi l'esonero dal ticket non valgono però per il dentista ed il medico di guardia. Anche in questi casi bisogna pagare un ticket di 10 Euro. Bambini e adolescenti fino al 18° anno d'età non devono pagare.

Unità di screening (*Screening-Einheiten*):

queste strutture mediche sono specializzate in screening mammografici e sottostanno a severi criteri di qualità. Qui vengono prodotte immagini di mammografia che, nel caso si riscontrino delle anomalie, vengono analizzate ulteriormente. Le unità di screening sono dirette da medici con una formazione specifica.

Visite di diagnosi precoce

(Früherkennungsuntersuchungen):

lo scopo di queste visite consiste nel diagnosticare precocemente le malattie (quando i sintomi non sono ancora riconoscibili) ed aumentare così le possibilità di guarigione.

4. Indirizzi

Istituzione/contatto

Aidshilfen in Bayern

I recapiti dei singoli centri di assistenza AIDS si trovano sui seguenti siti Internet:

www.muenchner-aidshilfe.de

www.augsburg.aidshilfe.de

www.aidshilfe-nuernberg.de

www.aidshilfe-regensburg.de

ANAD e.V.

Pocciestraße 5

80336 München

Tel.: 089|219973-0

beratung@anad.de

www.anad.de

Descrizione

Le **AIDS-Hilfen della Baviera** (Assistenza AIDS) sono associazioni di pubblica utilità e sono a disposizione, tra l'altro, per consulenze telefoniche. Danno informazioni su questioni come "sesso sicuro", "uso sicuro", su possibili rischi di infezione e sul test degli anticorpi HIV.

La **ANAD** (Anorexia Nervosa and Associated Disorders – Anoressia nervosa e disturbi associati) **e.V.** è un punto di riferimento per pazienti e familiari colpiti da tutti i tipi di disturbi alimentari. Offre informazioni e consulenza su bulimia, anoressia, sindrome da alimentazione incontrollata (Binge-Eating-Disorder) e obesità. Le persone colpite, i genitori e gli insegnanti trovano qui aiuto e offerte di terapia. Sul sito Internet, oltre alle informazioni sull'argomento, trovate i recapiti di altri centri di consulenza e di gruppi abitativi terapeutici della ANAD e.V. in Baviera.

Bayerische AIDS Stiftung – Verein zur Gesundheitsförderung e.V.

Biedersteiner Straße 29

80802 München

Consultorio:

Tel.: 089|349394

beratungsstelle@

aids-stiftung-bayern.de

www.aids-stiftung-bayern.de

La **Bayerische AIDS-Stiftung – Verein zur Gesundheitsförderung e.V.** (Fondazione Bavarese AIDS – associazione per la promozione sanitaria) offre consulenza telefonica e di persona per pazienti affetti da HIV/AIDS e per i loro familiari. Altre offerte della fondazione sono: assistenza di operatori sociali, terapia artistica, colloqui informativi su HIV/AIDS, progetti di prevenzione per adolescenti e altre offerte per la promozione della salute e del lavoro di aggiornamento.

Istituzione/contatto

Descrizione

Bayerische Krebsgesellschaft e.V.

Nymphenburger Straße 21a
80335 München
Tel.: 089|548840-0
Fax: 089|548840-40
info@bayerische-krebsgesellschaft.de
www.bayerische-krebsgesellschaft.de

La **Bayerische Krebsgesellschaft e.V.** (Associazione bavarese cancro) si adopera in qualità di associazione di pubblica utilità per gli interessi delle persone affette da cancro. Offre fra l'altro consulenza e supporto per i malati di cancro e i loro familiari, promuove la prevenzione del cancro e la previdenza sanitaria, supporta la ricerca contro il cancro nel settore della psico-oncologia. È presente su tutto il territorio bavarese con centri psicosociali, si occupa di numerosi gruppi di autoaiuto e pubblica molte informazioni sotto forma di opuscoli e vademecum.

Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e.V. (LAGZ)

Fallstraße 34
Zahnärztehaus
81369 München
Tel.: 089|7233981
Fax: 089|7235701
LAGZ-Bayern@t-online.de
www.lagz.de

La **Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e.V.** (Associazione regionale bavarese per la salute dei denti), in qualità di associazione di pubblica utilità, promuove la salute dentale dei bambini e degli adolescenti in Baviera. Insieme alle casse malattia pubbliche, a degli specialisti in medicina dentale e agli uffici d'igiene esegue prevenzione dentale di gruppo nelle scuole e nei centri per l'infanzia.

Bayerische Landesärztekammer (BLÄK)

Mühlbaurstraße 16
81677 München
Tel.: 089|41470
Fax: 089|4147280
info@blaek.de
www.blaek.de

La **Bayerische Landesärztekammer** (Ordine regionale bavarese dei medici) è l'associazione di rappresentanza di categoria di tutti i medici bavaresi. Fra i suoi compiti vi sono fra l'altro la percezione degli interessi dei medici nell'ambito della legge, il controllo del rispetto dei doveri professionali dei medici, la promozione dell'aggiornamento professionale dei medici e la collaborazione alla cura sanitaria pubblica. Sul sito Internet del BLÄK si trovano numeri d'emergenza, informazioni per i pazienti in diverse lingue e indicazioni sui gruppi di autoaiuto.

Istituzione/contatto	Descrizione
<p>Bayerische Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (PTK Bayern)</p> <p>Indirizzo per la posta: Postfach 15 15 06 80049 München Indirizzo della sede: St.-Paul-Straße 9 80336 München Tel.: 089 51 55 55-0 Fax: 089 51 55 55-25 info@ptk-bayern.de www.ptk-bayern.de</p>	<p>La PTK Bayern (Ordine regionale bavarese degli psicologi psicoterapeuti e degli psicoterapeuti dell'infanzia e dell'adolescenza) è la rappresentanza professionale degli psicologi psicoterapeuti e degli psicoterapeuti dell'infanzia e dell'adolescenza bavaresi. Fra i numerosi campi nei quali è attivo il PTK Bayern vi sono la rappresentanza degli interessi degli psicoterapeuti in Baviera, la collaborazione alla cura sanitaria pubblica in particolare la prevenzione e la cura di malattie psichiche, l'aggiornamento professionale, il controllo professionale ecc. Sul sito Internet del PTK Bayern trovate ulteriori informazioni e un motore di ricerca per cercare psicoterapeuti in Baviera.</p>
<p>Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK)</p> <p>Fallstraße 34 81369 München Tel.: 089 724800 Fax: 089 72480444 blzk@blzk.de www.blzk.de</p>	<p>Il Bayerische Landeszahnärztekammer (Ordine regionale bavarese dei dentisti) è la rappresentanza professionale di tutti i dentisti bavaresi. Si adopera attivamente per i diritti e gli interessi dei dentisti e per la promozione, il mantenimento e il ripristino dell'igiene orale della popolazione. In questo assicura qualità nella medicina dentale come risultato di concetti di prevenzione e trattamento scientificamente fondati che si orientano all'individualità del singolo paziente. In ciò la protezione del paziente ha un ruolo di primo piano. Ai pazienti offre una hotline per una consulenza neutrale e gratuita (ad eccezione di 12 centesimi al minuto di spese telefoniche): 01805 21 13 66 (mer. 15.00–18.00).</p>

Istituzione/contatto

Descrizione

Bayerischer Hebammen Landesverband e.V. (BHLV)

Herzog-Georgen-Straße 2
83435 Bad Reichenhall
Tel.: 08651|767579
Fax: 08651|767572
newsletter@bhlv.de
www.bhlv.de

La Bayerische Hebammen Landesverband e.V.

(Associazione regionale bavarese delle ostetriche) è una associazione di cui fanno parte ostetriche dipendenti e ostetriche che lavorano in proprio. Gli obiettivi della BHLV sono la tutela e la rappresentanza degli interessi dei suoi membri e il miglioramento del prestigio delle ostetriche nella società. L'associazione supporta i futuri genitori nella scelta di un'ostetrica. Vengono indicate colleghe sul posto per l'assistenza durante la gravidanza, il parto, il puerperio e l'allattamento.

Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebens- mittelsicherheit (LGL)

Sede centrale:
Eggenreuther Weg 43
91058 Erlangen
Tel.: 09131|7640
Fax: 09131|764102
poststelle@lgl.bayern
www.lgl.bayern.de

Il Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit

(Ufficio regionale bavarese per la salute e la sicurezza alimentare) lavora come autorità interdisciplinare e prestatore di servizi per la tutela della salute e dei consumatori. Fra i suoi compiti vi sono progetti e lavori di ricerca, studi sulla situazione sanitaria della popolazione bavarese, degli alimenti per persone e per animali e il monitoraggio dell'acqua potabile. Sul sito Internet del LGL trovate numerose informazioni su diversi temi relativi alla promozione della salute e alla prevenzione (ad esempio alimentazione, sonno sicuro per i bebè, vaccinazioni, screening dell'udito, screening del neonato ecc.).

Istituzione/contatto	Descrizione
<p>DONUM VITAE in Bayern e.V. Ufficio regionale Luisenstraße 27 80333 München Tel.: 089 51 55 67 70 Fax: 089 51 55 67 77 info@donum-vitae-bayern.de www.donum-vitae-bayern.de</p>	<p>L'associazione regionale Donum Vitae in Baviera offre consulenza e prevenzione intorno al tema della gravidanza. Ai 18 consultori dell'associazione possono rivolgersi anche donne che hanno dubbi in merito all'interruzione di gravidanza. Insieme agli interessati si cercano possibilità di supporto che aiutino la donna a prendere la propria decisione.</p>
<p>Gesundheitsämter Gli indirizzi di tutti gli Uffici d'igiene della Baviera si trovano su Internet alla pagina: www.oegd-bayern.de/html/bayerische_gas.html</p>	<p>Gli Uffici d'igiene offrono alla popolazione informazioni, sensibilizzazione e consulenza in campo sanitario. Fra i compiti degli Uffici d'igiene vi sono ad esempio le visite di inizio scuola, la consulenza sui vaccini e l'assistenza per i malati psichici, le dipendenze e le persone disabili. Gli uffici d'igiene svolgono anche mansioni di monitoraggio e controllo (igiene in istituti per il trattamento medico, la cura e l'assistenza, igiene dell'acqua potabile e dell'acqua da bagno) e offrono consulenza in questioni relative alla medicina ambientale.</p>
<p>Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB) Ufficio regionale Indirizzo della sede: Elsenheimerstraße 39 80687 München Indirizzo per la posta: Kassenärztliche Vereinigung Bayerns 80684 München patienten-infoline@kvb.de www.kvb.de</p>	<p>La Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB) (Unione dei medici delle casse della Baviera) rappresenta i diritti e gli interessi degli psicoterapeuti e dei medici abilitati nei confronti delle casse malattia e della politica e assicura l'assistenza medica e psicoterapeutica della popolazione in Baviera. Sul sito Internet della KVB c'è un motore di ricerca per pazienti per trovare psicoterapeuti e medici che lavorano in uno studio. Inoltre sulla pagina web trovate materiale informativo utile su temi relativi alla salute (ad esempio vaccinazioni, diagnosi precoce del cancro, Alzheimer ecc.).</p>

Istituzione/contatto	Descrizione
<p>Kassenzahnärztliche Vereinigung Bayerns (KZVB) Fallstraße 34 81369 München Consulenza telefonica gratuita: da lun. a gio. 8.00–12.00 e 14.00–17.00 ven. 8.00–15.00 Tel.: 089 72401348 Fax: 089 72401336 beratung@kzvb.de www.kzvb.de</p>	<p>La Kassenzahnärztliche Vereinigung Bayerns (Unione dei dentisti delle casse della Baviera) è un'impresa di servizi che si adopera per promuovere servizi di medicina dentale di alta qualità in Baviera. Inoltre regola il servizio di guardia medico-dentistica in Baviera. I pazienti si possono rivolgere ai consultori della KZVB in caso di dubbi relativi alle fatture dentistiche o per il progetto relativo ai costi e al trattamento dentistico. La consulenza è gratuita.</p>
<p>Klinik für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie der Universität Regensburg Franz-Josef-Strauß-Allee 11 93053 Regensburg</p>	<p>Nel reparto di foniatria e audiologia infantile della HNO-Klinik Regensburg (Clinica otorinolaringoiatrica di Regensburg) vengono diagnosticate e curate patologie della voce, del linguaggio e della deglutizione. Vengono inoltre individuati e curati disturbi dell'udito di bambini e adulti. Altre cliniche otorinolaringoiatriche si trovano a Monaco di Baviera, Erlangen, Würzburg e Augsburg.</p>
<p>Koordinierungsstelle der bayerischen Suchthilfe Lessingstraße 3 80336 München Tel.: 089 536515 Fax: 089 5439203 kbs-bayern-suchthilfe@t-online.de www.kbs-bayern.de</p>	<p>La Koordinierungsstelle der bayerischen Suchthilfe (Centro di coordinamento dell'assistenza alle dipendenze in Baviera) è un comitato specializzato delle organizzazioni delle libere associazioni di solidarietà sociale impegnate nell'assistenza alle persone che soffrono di dipendenze e a coloro che sono a rischio di dipendenza. L'obiettivo della KBS è la promozione e lo sviluppo dell'assistenza alle persone dipendenti in Baviera. Fra i suoi compiti vi sono la presa di posizione su sviluppi sociopolitici rilevanti nel campo delle dipendenze e della promozione della salute, l'informazione e l'offerta di un forum per lo scambio specialistico per tutte le istituzioni che si occupano di dipendenze.</p>

Istituzione/contatto

Descrizione

Landesarbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege in Bayern (LAGFW)

Lessingstraße 1
80336 München
Tel.: 089|54497-0
Fax: 089|54497-187
info@lagfw.de
www.lagfw.de

La **Landesarbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege in Bayern** (Consortio regionale delle libere associazioni di solidarietà sociale in Baviera) è una federazione delle associazioni di punta della libera associazione di solidarietà sociale in Baviera (Arbeiterwohlfahrt – Associazione di solidarietà sociale per i lavoratori, Bayerisches Rotes Kreuz – Croce Rossa bavarese, Caritas, Diakonisches Werk – Opera diaconica, Paritätischer Wohlfahrtsverband – Associazione paritetica di solidarietà sociale e Landesverband der Israelitischen Kultusgemeinden in Bayern – Associazione regionale delle comunità culturali israelitiche in Baviera) che promuovono l'assistenza sociale e sanitaria. Offrono fra l'altro numerosi servizi di consulenza, molti dei quali si rivolgono in modo particolare ai migranti e sono in parte in varie lingue (ad esempio consulenza per la migrazione, servizi per la migrazione dei giovani e servizi per i rifugiati). I recapiti delle singole associazioni si ricevono presso la LAGFW o sul sito: www.lagfw.de

Landesgesundheitsrat Bayern

Ufficio:
Bayerisches Staatsministerium
für Umwelt und Gesundheit
Referat 31
Rosenkavalierplatz 2
81925 München
Indirizzo di casella postale:
Postfach 810140
81901 München
www.stmug.bayern.de/gesundheits/landesgesundheitsrat

Il **Landesgesundheitsrat Bayern** (Consiglio regionale sanitario bavarese) si compone di numerosi esperti delle più diverse istituzioni del sistema sanitario bavarese. Ha funzione di consulenza nei confronti del Parlamento e del Governo bavaresi in tutte le questioni relative alla pubblica sanità ed in questo modo partecipa alle decisioni di argomento sanitario in Baviera.

Istituzione/contatto

Descrizione

Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e.V. (LApK)

Pappenheimstraße 7
80335 München
Tel.: 089|51 086325
Fax: 089|51 086328
Orari di ricevimento:
da lun. a ven. 10.00–14.00
lvbayern_apk@t-online.de

La Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

(Associazione regionale bavarese dei familiari dei malati psichici) è un'organizzazione ombrello dell'autoaiuto dei familiari in Baviera. All'interno di questa organizzazione si sono raccolti singoli membri, gruppi di autoaiuto, e associazioni di autoaiuto allo scopo di migliorare le condizioni di vita dei malati psichici e dei loro familiari. La LApK si occupa di: consulenza personale e informazione, supporto a gruppi di familiari, programmi di informazione e addestramento, manifestazioni per l'addestramento dei coordinatori dei gruppi, conferenze a tema per i familiari ecc. La consulenza viene offerta anche a chi non è membro della LApK.

Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e.V. (LZG)

Pfarrstraße 3
80538 München
Tel.: 089|2184362
Fax: 089|2184359
info@lzg-bayern.de
www.lzg-bayern.de

La Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e.V.

(Centro regionale per la salute in Baviera) è una federazione di oltre 50 istituzioni e associazioni bavaresi attive nei campi della promozione della salute e della prevenzione. Le attività principali sono l'informazione della popolazione sui temi rilevanti dal punto di vista sanitario, la cooperazione e coordinazione di istituzioni locali e regionali, l'aggiornamento professionale di collaboratori nel settore sanitario, la promozione di attività sanitarie delle associazioni membre e il sostegno di aziende ed imprese nello sviluppo di provvedimenti aziendali per la promozione della salute.

Regionaler Knoten (LZG)

Tel.: 089|2184355
Fax: 089|2184357
www.gesundheitliche-
chancengleichheit.de

Nel 2006 la Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e.V. è entrata a far parte del consorzio per la cooperazione "Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten" (Promozione sanitaria presso le persone socialmente svantaggiate) ed ha costituito il **Regionale Knoten Bayern** (Nodo regionale bavarese) il quale ha lo scopo di rafforzare a livello regionale la prevenzione sanitaria, in collaborazione con numerose altre istituzioni.

Istituzione/contatto	Descrizione
<p>Mammographie-Screening Bayern</p> <p>Ufficio centrale: Postfach 21 03 60 80673 München Tel.: 01805 180908 (14 centesimi al minuto) Fax: 089 570932670 screening@zentralestelle-bayern.de</p>	<p>L'ufficio centrale risponde a domande relative alle mammografie e fornisce informazioni in merito ai centri per la realizzazione degli screening mammografici. Attraverso questo ufficio si può prendere appuntamento per uno screening.</p>
<p>open.med</p> <p>Hotline della open.med: 0177 5116965 (da lun. a ven. 9.30–17.00) Orari di ricevimento: mar. 17.00–20.00 e ven. 10.00–13.00 Orari di ricevimento per bambini: ogni primo e secondo martedì del mese</p>	<p>open.med è il punto di riferimento medico per i non-assicurati dell'organizzazione "Ärzte der Welt" (Medici del mondo) – in cooperazione con il Café 104. I medici di open.med offrono assistenza medica anonima e gratuita, fanno da tramite per altre offerte d'assistenza, offrono chiarimenti e aiuto sul tema della prevenzione sanitaria. Ulteriori informazioni si trovano all'indirizzo www.aerztederwelt.org/Projekte/OpenMed_-_Projekt_M_nchen/index.html</p>

Istituzione/contatto

Descrizione

pro familia Landesverband Bayern

Ufficio regionale
Rumfordstraße 10
80469 München
Tel.: 089|29084-046/-047
Fax: 089|29084-050
lv.bayern@profamilia.de
Consulenza online di pro familia:
www.sextra.de
Consultori si trovano fra l'altro a:
Augsburg: Tel. 0821|4503620
Bamberg: Tel. 0951|133900
Ingolstadt: Tel. 0841|3792890
München: Tel. 089|3300840
Nürnberg: Tel. 0911|555525

Le **Pro-familia-Beratungsstellen** (Consultori pro familia) offrono fra l'altro consulenza medica, psicologica e sociale in merito a vita di coppia e sessualità, contraccezione e gravidanza. Dell'unione regionale pro familia in Baviera fanno parte 17 consultori, tutti riconosciuti dallo Stato come consultori per la gravidanza. Possono rilasciare un certificato di consulenza. Al numero 01805 776326 (14 centesimi al minuto) le donne ricevono informazioni (in diverse lingue) sulla "pillola del giorno dopo".

Prop e.V. Verein für Prävention, Jugendhilfe und Sucht- therapie

Hirtenstraße 26
80335 München
Tel.: 089|545973-0
Fax: 089|545973 19
www.prop-ev.de

Prop e.V. è un'associazione di pubblica utilità e si adopera in particolare per prevenzione, assistenza ai giovani e terapia contro le dipendenze. Fra le numerose offerte di questa organizzazione vi sono la diagnosi precoce e i corsi preventivi per bambini e adolescenti, consulenza di persone dipendenti e dei loro familiari, terapia ambulatoriale e assistenza post-terapia, terapia sociale e terapia di disintossicazione con ricovero.

Servizio di assistenza d'urgenza per le droghe:

Landwehrstraße 43 (Rgb)
80336 München
Tel.: 089|549086-30
Fax: 089|549086-40
drogennotdienst@prop-ev.de

Presso il **Drogennotdienst** (Servizio di assistenza d'urgenza per le droghe) ricevete consulenza gratuita e non burocratica 24 ore su 24, di persona e per telefono. Inoltre vi trovate un bar diurno e una possibilità d'emergenza per il pernottamento.

Istituzione/contatto	Descrizione
REFUGIO München Mariahilfplatz 10 81541 München Tel.: 089 9829570 Fax: 089 98295757 www.refugio-muenchen.de	Il centro di consulenza e cura per i rifugiati e le vittime di torture offre oltre alla psicoterapia e alla perizia medica anche supporto e consulenza sociale.
Screeningzentrum Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit Veterinärstraße 2 85764 Oberschleißheim hoerscreening@lgl.bayern.de www.lgl.bayern.de/gesundheit/hoerscreening.htm Tel.: 089 31560-131 Da lun. a gio. 8.00–16.00 e ven. 8.00–13.00	Il centro per lo screening presso l'Istituto bavarese per la salute e la sicurezza degli alimenti è il centro di coordinamento regionale per lo screening dei neonati in Baviera ed è disposizione vostra o del vostro pediatra per eventuali domande.
Selbsthilfekoordination Bayern (SeKo) Scanzonistraße 4 97080 Würzburg Tel.: 0931 205 79 10 Fax: 0931 205 79 11 selbsthilfe@seko-bayern.de www.seko-bayern.de www.selbsthilfe-in-bayern.de	La Selbsthilfekoordination Bayern (Centro di coordinamento dell'autoaiuto Baviera) è un'istituzione che assicura una rete di collegamento e il supporto dell'autoaiuto nel campo sociale e sanitario. Si occupa delle pubbliche relazioni sul tema dell'autoaiuto in Baviera e offre informazione, consulenza e aggiornamento professionale sul posto ai centri di autoaiuto. Offre sostegno per la realizzazione di nuove strutture per il supporto dell'autoaiuto e la creazione di una rete di contatti fra persone con problemi o malattie rari.

Istituzione/contatto

Descrizione

Stiftung Kindergesundheits

c/o Ashurst LLP
Prinzregentenstraße 18
80538 München
info@kindergesundheits.de
www.kindergesundheits.de

La **Stiftung Kindergesundheits** (Fondazione salute infantile) si adopera per una migliore prevenzione sanitaria. Promuove la ricerca e diffonde informazioni scientificamente fondate presso medici e famiglie con bambini. Sul sito internet di questa fondazione trovate numerose informazioni e consigli per la salute dei bambini (alimentazione, protezione contro le infezioni, allergie ecc.).

Unabhängige Patientenberatung Deutschland – UPD gGmbH

Consutorio Landshut:
Am Alten Viehmarkt 5/
City Center Landshut
84028 Landshut
Tel.: 0871|2768333
Fax: 0871|2768218
landshut@upd-online.de

La **Unabhängige Patientenberatung Deutschland – UPD** (Consulenza indipendente tedesca dei pazienti) è un'unione di 22 consultori regionali e numerosi consultori sovraregionali sparsi sul territorio tedesco. Offre consulenza neutrale di persona e per telefono su temi di diritto sanitario, informazioni su temi relativi alla salute e su offerte (regionali) integrative.
Linea telefonica nazionale di consulenza (gratuita): 0800|011 77 22. Orari di consulenza: da lun. a ven. 10.00–18.00

Consutorio Monaco per l'Alta Baviera:
Waltherstraße 16a
80337 München
Tel.: 089|18913722
Fax: 089|7250474
muenchen-oberbayern@upd-online.de

Consutorio Norimberga:
Leipziger Platz 17
90491 Nürnberg
Tel.: 0911|2427172
Fax: 0911|2427174
nuernberg@upd-online.de

Istituzione/contatto	Descrizione
<p>VdK-Landesverband Bayern e.V. Ufficio regionale: Schellingstraße 31 80799 München Indirizzo postale: Postfach 340144 80098 München Tel.: 089 211 70 Fax: 089 211 72 58 info@vdk.de www.vdk.de</p>	<p>La Sozialverband VdK Bayern (Associazione sociale VdK Baviera) è una organizzazione di autoaiuto per pensionati, persone disabili, malati cronici, persone che necessitano di assistenza e i loro familiari, famiglie, lavoratori dipendenti in età avanzata e disoccupati. L'associazione offre consulenza e rappresenta i suoi membri in questioni di diritto sociale.</p>
<p>Das VdK-Infotelefon Pflege Tel.: 089 211 71 12 Lun., mar., mer. 10.00–12.00 Consulenza di persona: Infocenter des VdK Bayern Schellingstraße 31 80799 München</p>	<p>Il Pflegetelefon (Telefono assistenza) è un utile servizio di informazione dell'associazione VdK Baviera. Qui ricevete informazioni sull'assistenza a casa e in appositi centri, sui livelli di assistenza, i servizi di assistenza, la procura preventiva, il testamento biologico, le disposizioni per la cura, i mezzi per la riabilitazione e i mezzi ausiliari, le prestazioni delle casse per la non autosufficienza, gli ospizi e "l'accompagnamento alla morte" ed anche sui gruppi di autoaiuto per le persone che si occupano dell'assistenza.</p>
<p>Verbraucherzentrale Bayern Mozartstraße 9 80336 München Tel.: 089 53987-0 Fax: 089 537553 info@vzbayern.de www.verbraucherzentrale-bayern.de</p>	<p>La Verbraucherzentrale Bayern (Associazione dei consumatori Baviera) è un'organizzazione di pubblica utilità che offre informazioni e consulenza in diversi settori come i diritti dei consumatori, le assicurazioni, le assicurazioni sanitarie, la previdenza per la vecchiaia, l'alimentazione, l'ambiente e il risparmio energetico. Inoltre organizza conferenze, consulenza di gruppo, corsi e formazione per moltiplicatori (insegnanti, educatori ecc.) e offre materiale informativo sui temi suddetti.</p>

Annotazioni

Ringraziamenti

Ringraziamo tutti gli esperti e le istituzioni che hanno contribuito alla realizzazione di questa guida:

Dr. med. Fred-Jürgen Beier (Gesundheitsamt Nürnberg) | Michael Bellwinkel (BKK Bundesverband GbR) | Dr. med. Inken Brockow (Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit – LGL) | Prof. Dr. med. Wolfgang H. Caselmann (Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit) | Michael F. Gebler (Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Augsburg-Stadt) | Gudrun Greitemeyer (BKK Landesverband Bayern) | Dr. med. Beatrix Heilig (Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit) | Dr. Thomas Hegemann (Bayerisches Zentrum für Transkulturelle Medizin e.V.) | Armin Homp (Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen) | Britta Lenk-Neumann (Bayrisches Zentrum für Transkulturelle Medizin e.V.) | Herbert Lorenz (Stadt Ingolstadt) | Dr. med. Sabine Ludwig (LGL) | Dr. med. dent. Anja Lüders (LGL) | Dr. med. Uta Nennstiel-Ratzel (LGL) | Ulrike Nover (Bayerische Landeszahnärztekammer) | Manuela Osterloh (BKK Landesverband Bayern) | Dr. med. Veronika Reisig (LGL) | Dr. med. Elisabeth Schneider (Gesundheitsamt Ingolstadt) | Dr. med. Martin M. Socher (Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit) | Robert Zitzlsperger (BKK Landesverband Bayern)

I seguenti professionisti hanno realizzato la traduzione di questa guida nelle rispettive lingue:

Alban Ademi | Javier Arola Navarro | Michael Gromm | Shahram Jennati Lakeh | Photini Kaiser
Dr. Nilgün Kimil | Mustafa Kisabacak | Alexey Milstein | Hong Van Nguyen | Tatjana Pankratz-Milstein
Francesca Parenti | Milos Petkovic | Mawlan Rahman | Rose-Marie Soulard-Berger | Teresa Willenborg

Conservare la salute – Diagnosi precoce e prevenzione per bambini e adulti

Cari connazionali,

con piacere vi presentiamo la presente versione in lingua italiana della guida alla salute interculturale in Baviera.

In questa pubblicazione – curata dall’Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. col sostegno del Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit, della BKK Landesverband Bayern e della BKK Bundesverband GbR – troverete un’utile panoramica delle offerte per la prevenzione e la diagnosi precoce esistenti in Baviera.

Cos’è un “Gesundheits-Check-Up”? Cosa significa diagnosi precoce dei tumori? Quali visite di controllo – e quando – devono effettuare i nostri bambini? In questa guida troverete le risposte a queste e molte altre domande. Completa l’opera un elenco di indirizzi di organizzazioni ed istituzioni bavaresi cui potersi rivolgere per ottenere ulteriori informazioni relative alla salute. Leggete la guida ed utilizzate i numerosi servizi del sistema sanitario locale. Ciò vi aiuterà a prevenire le malattie e così proteggere attivamente la salute vostra e dei vostri bambini.

Dott. Claudio Cumani

Presidente del COM.IT.ES. di Monaco di Baviera



Das Gesundheitsprojekt

**Mit Migranten
für Migranten**