



**Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten für Migranten
in Bayern**

Gesund. Leben. Bayern.



Rămâneți sănătoși

Diagnosticare timpurie și profilaxie pentru copii și adulți



Un ghid pentru migrante și migranți – în 10 limbi

**Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.**



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Impressum

Bleiben Sie gesund
Früherkennung und Vorsorge für Kinder und Erwachsene
Ein Leitfaden für Migrantinnen und Migranten

Herausgeber:

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege
Haidenauplatz 1 | 81667 München
Gewerbemuseumsplatz 2 | 90403 Nürnberg
www.stmgp.de

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
MiMi-Zentrum für Integration in Bayern
Zenettiplatz 1 | 80337 München
bayern@mimi.eu | www.mimi.bayern

Konzeption, Inhalt und Erstellung: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Redaktion: Elena Kromm-Kostjuk, Ramazan Salman, Julia Meßmer, Britta Lenk-Neumann

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

Layout und Satz: eindruck.net, Hannover

Bildquellen: Titelbild: eindruck | Porträt des Staatsministers © Andi Frank | S. 4: © lenetstan/123rf.com | S. 10: © iStock.com/Ridofranz | S. 15: Bayerische Landeszahnärztekammer | S. 17: © stockbroker/123rf.com | S. 20: © melpomen/123rf.com

Wenn in diesem Leitfaden Personengruppen benannt sind, wird im Folgenden überwiegend die männliche Schreibweise verwendet. Es sind jedoch Personen aller Geschlechter 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 Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf deshalb der vorherigen schriftlichen Genehmigung durch die Herausgeber.

Dieser Leitfaden ist in verschiedenen Sprachen erhältlich (www.mimi-bestellportal.de).

Stand: März 2022
2. Auflage

Wir danken der Firma MSD Sharp & Dohme GmbH für die freundliche Unterstützung des MiMi-Projektes in Bayern.



Prefață

Stimată cititoare, stimate cititor,

Ghidul de față, alcătuit special pentru migranți și intitulat "Rămâneți sănătoși – diagnosticare timpurie și profilaxie pentru copii și adulți", își propune să vă sprijine în menținerea sănătății dv. și să vă ofere informații prețioase în legătură cu sistemul de sănătate din Germania.



Știm din experiență: Cel mai bun mijloc de a rămâne sănătoși este să împiedicăm apariția bolilor sau să le depistăm într-un stadiu foarte timpuriu, în care pot fi tratate eficient. În acest scop, sistemul german de sănătate oferă diferite investigații, printre care cele pentru diagnosticarea timpurie a cancerului, a diabetului și a bolilor cardio-vasculare. Pentru un start sănătos în viață, gravidele, copiii și adolescenții pot face diferite consultații profilactice. Foarte importante sunt de asemenea vaccinurile și consultațiile regulate la stomatolog.

În plus, fiecare dintre noi poate contribui la menținerea sănătății sale. Un stil de viață sănătos, cu multă mișcare, cu o hrană echilibrată și fără tutun ne ajută să ne îmbunătățim calitatea vieții și să rămânem cât mai mult timp în putere.

Informațiile noastre se adresează cu deosebire tuturor celor care s-au stabilit de curând în Bavaria și nu sunt încă familiarizați cu sistemul de sănătate german și cu limba țării. De aceea, broșura noastră este tradusă în diferite limbi.

Aceste informații reprezintă o parte importantă a proiectului de sănătate publică "Cu migrații pentru migranți (MiMi)", finanțat începând din 2008 de Ministerul de Stat al Sănătății și Îngrijirii din Bavaria în cadrul inițiativei Sănătos.Viață.Bavaria. Unul dintre scopurile principale ale proiectului este acela de a-i ajuta pe migranți – prin informații cuprinzătoare și clare – să dezvolte o atitudine responsabilă față de propria lor sănătate.

Aș fi bucuros să știu că prin această broșură v-am sprijinit să rămâneți sănătoși alături de familia dv.!



Klaus Holetschek membru al Parlamentului Bavariei · Ministrul bavarez al sănătății și îngrijirii

Conținut

Introducere	3
1. Servicii oferite de casele de asigurări de sănătate de stat	4
Depistarea timpurie a cancerului	4
Controlul medical de rutină "Check-up"	5
Consultații profilactice și de diagnosticare timpurie în timpul sarcinii și după naștere	5
Testarea pentru infecția cu chlamidia până la vârsta de 25 de ani	7
Consultațiile pentru diagnosticarea timpurie a copiilor (U1 – U9, J1)	7
Consultația pentru înscrierea la școală în Bavaria	10
Consultații pentru adolescenți	11
Vaccinuri	11
Consultații stomatologice	13
2. Consultații profilactice și de diagnosticare timpurie pentru persoanele fără asigurare de sănătate	16
Servicii conform Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil	16
Prestații conform SGB XII (ajutor social)	17
3. Glosar	18
4. Adrese	23

Introducere

Sănătatea este o condiție de bază pentru o viață plină de satisfacții. Copiii sănătoși pot începe plini de elan să descopere lumea, iar adulții sănătoși pot îndeplini mai bine sarcinile zilnice și se pot bucura de viață.

Evident, fiecare dintre noi poate contribui la propria sănătate, de exemplu prin mișcare și hrană sănătoasă. La rândul său, sistemul german de sănătate vine în sprijinul oamenilor nu numai când sunt bolnavi. Prin consultații profilactice și de diagnosticare timpurie, casele de asigurări de sănătate oferă membrilor lor posibilitatea de a se menține sănătoși.

În ghidul de față, alcătuit de Centrul Etno-Medical în colaborare cu Ministerul de Stat al Sănătății și Îngrijirii din Bavaria, veți găsi cele mai importante informații legate de profilaxie și diagnosticarea timpurie a bolilor, precum și de vaccinuri și de sănătatea dentară.

O mare parte a broșurii este dedicată sănătății copiilor. Un bun start în viață începe cu consultațiile profilactice din timpul sarcinii. La scurt timp după naștere are loc prima dintre cele zece consultații profilactice ale copiilor ("U-Untersuchungen"). Din ghidul nostru veți afla de ce este obligatorie în Bavaria participarea la aceste consultații profilactice și ce trebuie să pregătiți pentru examinarea copiilor dv.

Scopul acestei broșuri este acela de a-i ajuta pe cât mai mulți concetățeni, indiferent de originea și naționalitatea lor, să participe la consultațiile profilactice și de diagnosticare timpurie. În acest scop, ghidul nostru apare în diferite limbi. Am fi fericiți să știm că ne-am adus contribuția la sănătatea dv. și a copiilor dv.

1. Servicii oferite de casele de asigurări de sănătate de stat

În calitate de membri ai unei case de asigurări de sănătate de stat aveți dreptul la consultații de diagnosticare timpurie și la consultații profilactice (Termenii subliniați sunt explicați în glosar). În funcție de vârstă și sexul dv. aveți dreptul la diferite examinări gratuite.

La toate consultațiile profilactice și de diagnosticare timpurie trebuie să prezentați cardul de sănătate (Versichertenkarte).

Depistarea timpurie a cancerului

Femeile au dreptul să facă începând de la vârsta de

- 20 de ani o consultație anuală pentru depistarea timpurie a cancerului de col uterin și a altor tipuri de cancer genital;
- 30 de ani o examinare anuală a sânilor;
- 35 de ani o examinare a pielii o dată la doi ani;
- 50 de ani o examinare anuală pentru depistarea timpurie a cancerului de colon și
- 55 de ani o colonoscopie (2 examinări la interval de 10 ani).

De asemenea, toate femeile între 50 și 69 de ani domiciliat în Bavaria primesc din doi în doi ani o invitație personală în scris pentru participarea la screeningul mamografic. Examinarea are loc în așa-numitele unități de screening (Screening-Einheiten).



Bărbații au dreptul să facă începând de la vârsta de

- 35 de ani o examinare a pielii o dată la doi ani;
- 45 de ani un control anual al prostatei și al organelor genitale;
- 50 de ani o examinare anuală pentru depistarea timpurie a cancerului de colon și
- 50 de ani o colonoscopie (2 examinări la interval de 10 ani).

Controlul medical de rutină "Check-up"

Începând de la 35 de ani, atât femeile cât și bărbații au dreptul o dată la trei ani la un control medical pentru depistarea timpurie a celor mai frecvente boli, între care bolile cardiovasculare, renale și diabetul zaharat. De asemenea, în cadrul acestui control, toți asigurații au dreptul să facă o singură dată un test pentru infecția cu virusul hepatitei B și C.

Pentru femeile și bărbații între 18 și 34 de ani, acest control al sănătății se oferă o singură dată.

Bărbații peste 65 de ani au dreptul în plus la o ecografie pentru depistarea timpurie a anevrismelor arterei abdominale.

În cadrul controlului de rutină, medicul va purta cu dv. o discuție pentru a vă evalua riscul personal. Factori de risc sunt diverse boli preexistente, dar și modul de viață al fiecăruia. Vă vor fi măsurate tensiunea arterială și pulsul, se va face auscultarea inimii și plămânilor și vi se vor lua probe de sânge și de urină.

Consultații profilactice și de diagnosticare timpurie în timpul sarcinii și după naștere

În timpul sarcinii se oferă consultații de diagnosticare timpurie pentru gravidă și pentru făt.

Printre acestea se numără:

- analiza pentru depistarea diabetului gestațional (diabet de sarcină)
- analize pentru depistarea gestozei (controlul regulat al tensiunii arteriale, test de urină și depistarea edemelor)
- ecografii pentru evaluarea fătului (mărirea acestuia, aprecierea termenului nașterii, dezvoltarea intrauterină a fătului)
- cardiocografia – CGT (monitorizarea contracțiilor uterine și a cordului fetal)

Pe lângă consultațiile de diagnosticare timpurie, se recomandă gravidelor să acorde o atenție deosebită profilaxiei. Deosebit de importantă este analiza de sânge pentru depistarea anticorpilor contra rubeolei. Gravidele primesc de asemenea consiliere în legătură cu riscurile medicale din timpul sarcinii și al nașterii. Pentru consiliere le stau la dispoziție atât medicii, cât și moașele.

Fiecare gravidă are dreptul la asistență medicală acordată de un medic și/sau moașă pe parcursul sarcinii, al nașterii și în primele luni de după naștere. În cazul unei sarcini normale, fără probleme de sănătate, este suficientă o examinare medicală o dată la patru săptămâni. Începând din a 32-a săptămână de sarcină, examinarea trebuie să aibă loc o dată la două săptămâni, iar în cazul unei sarcini peste termen o dată la două zile.

Fiecare gravidă ar trebui să meargă cel puțin de două ori în timpul sarcinii la stomatolog. Gravidele au de multe ori poftă deosebită (dulciuri sau alimente acre), ceea ce poate favoriza cariile. De asemenea, datorită transformărilor hormonale din timpul sarcinii, pot apărea deseori inflamații ale gingiei și ale parodontiului de susținere. Igiena și profilaxia sunt foarte importante în timpul sarcinii. Cercetări recente au arătat că inflamațiile gingiei în timpul sarcinii cresc riscul de naștere prematură și pot duce la o greutate mai mică a nou-născutului. În mod ideal, femeile care-și doresc copii ar trebui să meargă la control stomatologic și să-și trateze dinții înainte de a rămâne însărcinate.

Important:

Femeile gravide primesc așa-numitul carnet de maternitate (Mutterpass). În el se documentează toate rezultatele investigațiilor preventive și decursul sarcinii. Se recomandă ca femeile însărcinate să poarte întotdeauna cu ele acest carnet și să-l prezinte la fiecare consultație. De asemenea, se recomandă păstrarea carnetului și după nașterea copilului. Informațiile din acest carnet sunt utile pentru evaluarea sarcinilor ulterioare.



Testarea pentru infecția cu chlamidia pentru femeile sub 25 de ani

Toate femeile sub 25 de ani cu asigurare de stat au dreptul de a se testa la medicul ginecolog o dată pe an pentru infecția cu chlamidia.

Chlamidiile sunt bacterii care se transmit prin contacte sexuale neprotejate. Dacă nu este tratată, infecția poate avea consecințe grave, mergând până la infertilitate. Dacă infecția este depistată timpuriu, poate fi tratată cu antibiotice.

Consultațiile pentru diagnosticarea timpurie a copiilor (U1 – U9, J1)

Primii ani de viață sunt deosebit de importanți pentru dezvoltarea sănătoasă a omului. De aceea, pentru copii și adolescenți se oferă consultații profilactice și de diagnosticare timpurie (conform "directivelor pediatrie" ale Comitetului Federal Mixt).

Screeningul pentru nou-născuți

În Germania, toți nou-născuții au dreptul la o analiză de sânge pentru depistarea unor boli congenitale rare, care nu se manifestă încă vizibil la naștere. Această analiză se numește screening pentru nou-născuți. Pot fi depistate astfel din timp tulburări metabolice sau hormonale, boli ale sistemului nervos, ale sângelui și ale sistemului imunitar. Netratate, acestea pot duce la handicap sau chiar

Important:

La consultațiile pentru diagnosticarea timpurie a copiilor trebuie prezentate cardul de sănătate și [carnetul galben de sănătate al copilului \(Carnetul U\)](#), în care medicul va nota rezultatele examinărilor. La consultațiile "U", copiilor li se fac și toate vaccinurile necesare, așa că trebuie adus de fiecare dată și [carnetul de vaccinări](#).



la moartea copilului. Dacă sunt depistate și tratate din timp, consecințele acestor boli pot fi evitate sau măcar diminuate. Înainte de efectuarea screeningului, părinții copilului trebuie să-și dea acordul.

Analiza se face de obicei în a treia zi de viață a copilului. Din călcâiul copilului se iau câteva picături de sânge și se pun pe un card de testare care e trimis apoi la un laborator special. Recoltarea sângelui se face la maternitate sau este asigurată de moașă sau medicul pediatru. În cazul unui rezultat suspect, părinții vor fi anunțați de maternitate, moașă sau pediatru. Vor urma alte teste pentru a confirma sau infirma diagnosticul. Dacă acesta se confirmă, copilul va începe imediat tratamentul.

Important:

Dacă nașteți acasă sau la o casă de nașteri, moașa care se ocupă de dv. vă va informa cu privire la test și va recolta proba de sânge.

Pentru mai multe informații cu privire la screeningul pentru nou-născuți puteți consulta site-ul: [Gesundheit: Neugeborenen-Screening \(bayern.de\)](http://Gesundheit: Neugeborenen-Screening (bayern.de) www.lgl.bayern.de/gesundheit/praevention/kindergesundheit/neugeborenen-screening/index.htm)
www.lgl.bayern.de/gesundheit/praevention/kindergesundheit/neugeborenen-screening/index.htm

Screeningul auditiv

În Germania, toți nou-născuții au dreptul la un screening auditiv (test de auz pentru copii). Examenul are loc în mod normal în primele zile de viață ale copilului. Cu ajutorul unui aparat special de măsurare, medicul poate verifica rapid și nedureros dacă urechea nou-născutului răspunde la stimuli auditivi. Datorită acestui test auditiv pot fi depistate și tratate din timp deficiențele de auz ale copilului. Din 1000 de copii născuți în Germania, circa 2 se nasc cu deficiențe auditive care necesită tratament. Auzul bun este important pentru dezvoltarea vorbirii, pentru maturizarea emoțională și socială a copilului, iar mai târziu pentru dezvoltarea sa școlară și profesională. Dacă deficiențele auditive sunt depistate târziu, copilul va recupera mai greu handicapul de vorbire. Aceste probleme pot fi evitate prin depistarea timpurie, prin asistență logopedică și cu ajutorul aparatelor auditive moderne. În Bavaria, screeningul face parte din consultațiile pentru diagnosticarea timpurie a copiilor.

Copiii care se nasc acasă sau într-o casă de nașteri vor face testul auditiv la un medic pediatru sau O.R.L.

Consultațiile "U"	Când	Unde
U1	Imediat după naștere	Maternitate sau acasă (făcută de moașă)
U2	Între ziua a 3-a și a 10-a de viață	Spital sau medicul pediatru
U3 – U9	8 consultații până la al 6-lea an de viață	La medicul pediatru sau <u>medicul de familie</u>

Screening pentru depistarea bolilor congenitate grave de inimă

În cadrul acestui screening se măsoară cantitatea de oxigen din sângele nou-născutului cu ajutorul unui pulsoximetru cu senzor. Examenul este nedureros și durează doar câteva secunde.

Consultațiile pentru diagnosticarea timpurie a copiilor (consultațiile "U")

Consultațiile "U" au ca scop să urmărească dezvoltarea fizică și psihică a nou-născuților și copiilor, astfel încât orice defect să fie depistat și tratat din timp.

Medicul pediatru sau de familie vă va informa cu privire la data consultațiilor "U". Aceasta trebuie să aibă loc în momente bine stabilite ale dezvoltării copilului. Doar așa pot fi depistate și tratate din timp eventuale defecte sau boli ale copilului.

Există de asemenea alte două consultații "U" (U10 și U11), care pot fi făcute la medicul pediatru sau de familie, dar care nu sunt suportate automat de toate casele de asigurări. Informați-vă în acest sens la medicul dv. și la casa dv. de asigurări.

Important:

Dacă bebelușul nu trece testul auditiv, acesta trebuie repetat la un medic specializat. Diagnosticul trebuie stabilit până la vârsta de 3 luni, astfel încât terapia să înceapă înainte de vârsta de 6 luni.



Consultația pentru înscrierea la școală în Bavaria

Consultația pentru înscrierea la școală este o examinare medicală profilactică, obligatorie pentru toți copiii care vor începe școala în următorii doi ani. Examinarea se face de către personalul medical din Direcțiile de Sănătate Publică (Gesundheitsamt). Ea stabilește dacă copilul este apt din punct de vedere medical să înceapă școala. Participarea la această consultație este obligatorie.

Ocrotirea sănătății copiilor și adolescenților în Bavaria

Pentru ca toți copiii să aibă un start sănătos în viață, în Bavaria părinții sunt obligați să meargă cu ei la timp la consultațiile pentru diagnosticarea timpurie (U1 – U9 și J1). Prin participarea la aceste consultații, medicul pediatru sau de familie poate depista cât mai devreme posibil orice boală sau handicap de dezvoltare. Participarea la aceste consultații este obligatorie și pentru a descoperi din timp copiii abuzați sau neglijați și a-i putea astfel ajuta.

Dovada participării la ultima consultație "U" pentru depistare timpurie se cere atunci când faceți cerere pentru alocația pentru copil sau când îl înscrieți la grădiniță. Dovada participării la ultima consultație "U" pentru depistare timpurie trebuie prezentată și la consultația pentru înscrierea la școală.

La această consultație, medicul notează antecedentele medicale, greutatea și înălțimea copilului, îi controlează vederea și auzul și verifică carnetul "U" și carnetul de vaccinare. Pentru evaluarea aptitudinilor motorii și de limbaj, copilul trebuie să rezolve mici teste.

Dacă părinții nu pot aduce dovada că copilul a făcut consultațiile "U" corespunzătoare vârstei (U8 sau U9), el va fi examinat de un medic școlar. Acesta va examina corpul și nivelul de dezvoltare ale copilului, iar părinții vor fi informați în caz că se descoperă probleme medicale care pot influența negativ participarea copilului la școală. Examinarea de către medicul școlar se oferă și copiilor care la consultația obligatorie sau la una dintre consultațiile "U" au fost depistați cu probleme. Ea poate avea loc și la cererea părinților.

Dacă un copil nu ia parte la consultația pentru înscrierea la școală sau la examinarea de către medicul școlar, Direcția de Sănătate Publică va anunța Serviciul pentru Protecția Copilului (Jugendamt).

Consultații pentru adolescenți

Odată cu intrarea în pubertate, la copii apar numeroase transformări fizice și psihice. Consultația pentru adolescenți J1 se face o singură dată la adolescenții între 12 și 14 ani.

Scopul ei este să depisteze din timp bolile care pot pune în pericol dezvoltarea fizică, psihică și socială a adolescenților, pentru ca aceștia să poată fi tratați la timp. Cu ocazia J1, medicul verifică încă o dată dacă adolescentul are toate vaccinurile indicate. În cadrul J1 pot fi discutate probleme de sexualitate, comportamente și obiceiuri periculoase, ca de exemplu fumatul, existența unor probleme în familie sau în anturaj. J1 are loc la medicul pediatru sau de familie. Adolescenții pot decide dacă vor să meargă singuri sau însoțiți de părinți. Multe cabinete pediatrice oferă ore speciale de consultații pentru adolescenți. La J1 trebuie aduse carnetul de vaccinare și cardul de sănătate.

Mai există și o a doua consultație pentru adolescenți, J2, efectuată tot de pediatri și de medicii de familie, care nu este finanțată însă de toate casele de asigurări. Informați-vă la medicul sau la casa dv. de asigurări.

Vaccinuri

Vaccinurile sunt foarte importante pentru dv. și pentru copilul dv. pentru că protejează contra bolilor infecțioase grave. Vaccinarea copiilor trebuie făcută, respectiv împropătată, la anumite intervale bine determinate. Data la care trebuie făcute vaccinurile o puteți afla de la pediatru sau medicul de familie.

Casele de asigurări de sănătate de stat acoperă costurile următoarelor vaccinări profilactice ale copiilor:

- rotavirusuri
- tetanos
- difterie
- pertussis (tuse convulsivă)
- poliomielită (paralizie infantilă)
- HiB (Haemophilus influenzae tip B)
- Hepatită B
- Pneumococic (contra pneumoniei și meningitei pneumococice)
- Meningococic C (contra meningitei)
- Rujeolă (pojar)
- Rubeolă
- Oreion
- Varicelă (vărsat de vânt)
- Vaccinul contra encefalitei provocate de căpușe (FSME)
- Virusul papiloma uman HPV

Vaccinul contra COVID-19 este de asemenea gratuit.

Pentru adulți

Vaccinurile rămân la fel de importante și pentru adulți, oferind protecția necesară contra anumitor boli. Rugați medicul să verifice carnetul dv. de vaccinări, iar la nevoie împropățați vaccinurile! Pentru vaccinurile contra difteriei și tetanosului e nevoie de rapeluri. În caz că nu aveți deloc aceste vaccinuri, faceți-le cât mai repede. Dacă doriți să rămâneți însărcinată sau veți avea contact cu un nou-născut, se recomandă să faceți urgent vaccinul contra tusei convulsive, dacă ultimul a fost cu mai mult de 10 ani în urmă. Dacă în țara dv. de origine există cazuri de poliomielită, verificați dacă sunteți vaccinat(ă), iar la nevoie repetați vaccinul. Alte recomandări vizează persoanele în vârstă, cu boli preexistente sau care se află în alte situații de risc. Pentru persoanele trecute de 60 de ani se recomandă de exemplu vaccinul contra gripei (Influenza) și cel contra pneumococilor care provoacă pneumonie. Medicii de familie, casele de asigurări de sănătate și Direcțiile de Sănătate Publică oferă informații cu privire la vaccinări și necesitatea acestora.

Important:

Toate vaccinurile se înregistrează în carnetul de vaccinări, care trebuie adus la fiecare vaccin. Dacă nu aveți încă un carnet de vaccinări, întrebați medicul sau adresați-vă Direcției de Sănătate Publică.

În aproape toate districtele din Bavaria, riscul unei infecții cu virusul encefalitei provocate de căpușe (FSME) este foarte ridicat. Pentru toți oamenii care stau mult în natură în timpul liber sau din motive profesionale și pentru copiii lor se recomandă să facă o dată la 3–5 ani vaccinul contra FSME. Virusul FSME poate provoca meningită sau îmbolnăviri grave ale creierului și ale măduvei spinării.

Casele de asigurări de sănătate acoperă costul pentru toate vaccinurile recomandate de Comisia permanentă de vaccinare (STIKO) a Institutului Robert Koch din Berlin. Casele de asigurări pot decide, de asemenea, să preia și costurile altor vaccinuri (de exemplu vaccinurile recomandate pentru călătorii).

Consultații stomatologice

Vizitele regulate la stomatolog sunt foarte importante pentru sănătatea dinților și a gingiilor. Acest lucru este valabil în egală măsură pentru adulți și pentru copii. Copiii trebuie consultați de stomatolog "începând de la primul dinte de lapte". La aceste consultații medicul poate trata dinții cariati și gingiile bolnave și vă poate consilia cu privire la îngrijirea lor.

Casele de asigurări de sănătate de stat finanțează pentru copii, adolescenți și adulți următoarele consultații profilactice și de diagnosticare timpurie.

Important:

Dacă la momentul vaccinării copilul este bolnav acut și are febră peste 38,5°C, vaccinarea trebuie amânată. Dacă este doar puțin bolnav, medicul îl poate vaccina. Consultați-vă neapărat cu medicul dacă copilul are o boală cronică sau ia medicamente.

Copii de la luna a 6-a până la sfârșitul celei de-a 33-a luni de viață

În această perioadă copiii au dreptul în total la trei consultații stomatologice pentru diagnosticare timpurie, în cadrul cărora se controlează dinții și se stabilește eventual un plan de terapie. Cele 3 consultații au loc în următoarele intervale de timp:

- din luna a 6-a până în luna a 9-a
- din luna a 10-a până în luna a 20-a
- din luna a 21-a până în luna a 33-a

la distanță de cel puțin 4 luni între consultații. În plus, copii au dreptul în această perioadă de două ori pe an la câte o aplicație de lac cu fluor pentru întărirea dinților.

Copii de la luna a 34-a până la împlinirea a 6 ani

La această vârstă, copiii au dreptul în total la trei consultații stomatologice pentru diagnosticare timpurie. Cele 3 consultații au loc la distanță de minimum 12 luni.

Dacă stomatologul constată că copilul are un risc ridicat de carii, copilul va primi în continuare de două ori pe an câte o aplicație de lac cu fluor pentru protecția contra cariilor.

Copii și adolescenți (între 6 și 17 ani inclusiv)

Vizitele la stomatolog se fac în continuare de două ori pe an. După un anumit plan, medicul verifică și exersează cu copilul igiena bucală și îi explică ce boli pot apărea în gură. Pe dinți se va aplica în continuare fluor, iar șanțurile din molari (măsele) se sigilează.

Adulți:

- Două consultații stomatologice pe an la distanță de cel puțin patru luni: control pentru carii, pentru boli ale gingiilor și eventuale tumori în cavitatea bucală, eventual cu radiografii.
- Un detartraj (înlăturarea plăcii depuse pe dinți) pe an.

Persoanele cu asigurare de sănătate care sunt dependente de îngrijire, precum și persoanele cu handicap au în plus dreptul la o evaluare a sănătății lor bucale și la un plan personalizat de îngrijire a dinților și gingiilor. În acest plan se dau recomandări medicale individualizate cu privire la igiena cavității bucale, aplicarea de lac de fluor, alimentația sănătoasă pentru dinți și la evitarea și tratarea uscăciunii gurii pacienților.

În Bavaria există un carnet stomatologic pentru copii, în care se trec rezultatele consultațiilor. Îl veți primi gratuit de la stomatologul copilului și trebuie adus la fiecare consultație profilactică și de diagnosticare timpurie. În carnetul stomatologic găsiți informații despre sănătatea dentară, alimentația sănătoasă și protejarea contra cariilor.



Important:

Alături de consultațiile profilactice, este important să respectați următoarele reguli pentru protejarea dinților și gingiilor:

- Spălați-vă pe dinți cel puțin de două ori pe zi, de preferință dimineața înainte de micul dejun și seara înainte de culcare.
- După ce consumați alimente sau băuturi acide, lăsați să treacă minimum o oră înainte să vă spălați pe dinți.
- O dată pe zi trebuie să curățați spațiile interdentare cu ață dentară sau cu o periuță interdentară.
- Pentru copii regula este: spălarea pe dinți începe de la primul dinte. Până la vârsta de 8–9 ani, părinții trebuie să controleze cum se spală copilul și să continue ei spălarea.
- Folosiți pentru spălarea pe dinți pastă de dinți cu fluor. Cumpărați pasta indicată pentru vârsta copilului dv.! Pentru copiii sub 6 ani există paste speciale care conțin 500 ppm fluor.
- Alimentația sănătoasă, fără multe dulciuri și băuturi dulci, este importantă pentru sănătatea dinților.

2. Consultații profilactice și de diagnosticare timpurie pentru persoanele fără asigurare de sănătate

Servicii conform Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil

Solicitanții de azil și persoanele care trebuie să părăsească țara sau a căror ședere este tolerată din motive politice, umanitare sau de drept internațional ("refugiați de facto") nu pot încheia în mod normal o asigurare de sănătate de stat. Conform Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil, ei au în primele 18 luni dreptul la tratarea bolilor acute sau dureroase, precum și la consultații profilactice și de diagnosticare timpurie. Nu se oferă tratamentele protetice și de ortodonție.

Important:

Pentru consultațiile și tratamentele oferite conform Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil, pacientul trebuie să se prezinte la medic cu un certificat de tratament (Krankenschein). Acesta se primește de la oficiul de asistență socială (Sozialamt) sau de la oficiul la care solicitați în mod normal beneficiile. Certificatul este valabil pentru 3 luni.

Pentru persoanele neasigurate se oferă următoarele consultații profilactice și de diagnosticare timpurie:

- Consultații profilactice și de diagnosticare timpurie în timpul sarcinii, nașterea și îngrijirea după naștere
- Consultații profilactice și de diagnosticare timpurie identice cu cele ale persoanelor cu asigurare de sănătate de stat: consultațiile pentru copii și adolescenți de la U1 până la J1 inclusiv, consultațiile ginecologice de diagnosticare timpurie, consultațiile anuale de depistare timpurie a cancerului pentru femeile trecute de 20 de ani și bărbații trecuți de 45 de ani, controlul medical de rutină "Check-up" și consultația dermatologică pentru persoanele trecute de 35 de ani
- Consultațiile profilactice la stomatolog de două ori pe an
- Vaccinările recomandate pentru copii, vaccinarea contra tetanosului, difteriei și poliomielitei pentru adulți; în funcție de riscul individual și alte vaccinuri

Prestații conform SGB XII (ajutor social)

Migranții care au drept de ședere, dar care nu cad sub incidența Legii privind prestațiile pentru solicitanții de azil și nici nu au asigurare de sănătate de stat sau privată, primesc prestații conform SGB XII. Dacă primesc cel puțin timp de o lună ajutor social, ei sunt automat asigurați în sistemul de asigurări de stat. Oficiul de asistență socială le va cere să-și aleagă o casă de asigurări de sănătate și să facă cerere de primire la ea.

Dacă nu este posibilă intrarea într-o casă de asigurări medicale de stat, migranții trebuie să ceară de la Oficiul de asistență socială (Sozialamt) un certificat de tratament. Cu acest certificat, migranții primesc gratuit anumite prestații medicale, identice cu cele ale persoanelor asigurate.



Important:

Dreptul la prestații îl au persoanele cu o situație materială precară (fără venituri suficiente sau disponibile în mod real, fără asigurare medicală), care au nevoie de servicii medicale.

3. Glosar

Anevrism (Aneurysma): Anevrismul este o dilatare puternică în peretele unei artere. Dacă o asemenea dilatare se produce în artera abdominală, aceasta se poate rupe, producându-se o hemoragie foarte puternică. Aneurismele de aortă abdominală se produc mai frecvent la bărbații trecuți de 65 de ani. Din acest motiv, acestora li se oferă o scanare gratuită cu ultrasunete pentru depistarea precoce a aneurismelor aortei abdominale. În caz că este descoperit un anevrism, se vor face controale regulate pentru a se verifica dacă aneurismul crește și eventual trebuie operat preventiv.

Boli cardio-vasculare (Herz-Kreislauf-Erkrankungen): Bolile cardio-vasculare sunt diferite boli ale inimii, vaselor coronariene și celorlalte vase de sânge. Bolile cele mai frecvente sunt arterioscleroza (îngustare a arterelor prin acumulare de plăci în interiorul vaselor de sânge) și insuficiența cardiacă, în care inima nu mai poate alimenta satisfăcător țesuturile cu sânge și oxigen. Bolile cardio-vasculare sunt cea mai frecventă cauză de deces în Germania. Apariția acestor boli poate fi însă adesea evitată. Un stil de viață sănătos, cu alimentație săracă în grăsimi, cu multă mișcare și fără nicotină are un efect protector asupra inimii și sistemului circulator.

Cancer (Krebs, Krebserkrankung): Cancerul reprezintă o creștere necontrolată a unor celule. Celulele canceroase înlocuiesc sau distrug țesuturile sănătoase. Fiecare organ al corpului poate fi afectat de cancer. După bolile cardio-vasculare, cancerul este a doua cauză de deces în Germania. Cu toate acestea, din ce în ce mai mulți pacienți pot fi vindecați. Există numeroase tipuri de cancer, și pentru fiecare tip există un tratament diferențiat. Depistarea timpurie reduce mult riscul de a muri de cancer.

Cardul de sănătate (cardul de asigurat) (Versichertenkarte): Cardul de sănătate se emite de către casa de asigurări de sănătate la puțin timp după înscriere. De obicei, ea se trimite asiguratului prin poștă. La fiecare vizită la medic, cardul trebuie prezentat recepționerei medicale, pentru ca vizita să poată fi decontată de casa de asigurări. Pe cipul de pe card sunt înscrise datele personale ale asiguratului (nume, data nașterii, adresă) și numărul asigurării. Cipul nu stochează niciun fel de informații despre starea sănătății sau diagnosticuri.

Carnet de vaccinări (Impfpass): În carnetul de vaccinări medicul înregistrează vaccinurile primite și data vaccinării. Copiii sunt vaccinați de obicei în cadrul consultațiilor profilactice. De aceea, carnetul de vaccinări trebuie adus împreună cu carnetul galben de sănătate (carnetul "U") la fiecare consultație U și la consultația J1. Dacă un copil nu are încă un carnet de vaccinări, medicul îi emite unul. Și adulții trebuie să ia cu ei la fiecare vaccinare și la călătoriile în străinătate carnetul de vaccinări.

Carnetul galben de sănătate (carnetul "U") (U-Heft): În carnetul "U" se notează toate rezultatele consultațiilor profilactice ale copilului. În carnet găsiți de asemenea informații importante, de exemplu tabele cu înălțimea și greutatea corespunzătoare fiecărei vârste. Carnetul se emite în spital după U1 și trebuie adus la fiecare consultație profilactică pentru copii și adolescenți.

Colonoscopie (Darmspiegelung): Colonoscopia este una dintre modalitățile de depistare timpurie și apoi de tratare a cancerului intestinal. În cadrul colonoscopiei se introduce în intestin un cablu subțire și mobil numit endoscop. Acesta are un sistem video prin care transmite imagini din interiorul colonului către un ecran. În timpul colonoscopiei se pot lua probe de țesut, care urmează să fie analizate în laborator. Cu ajutorul endoscopului se pot face și mici intervenții chirurgicale.

Consultații pentru diagnosticare timpurie (Früherkennungsuntersuchungen):

Scopul consultațiilor de diagnosticare timpurie este descoperirea cât mai devreme a unor boli, când încă n-au apărut simptome. În acest fel cresc șansele de vindecare.

Diabet gestațional (diabet de sarcină) (Schwangerschaftsdiabetes):

Din cauza transformărilor hormonale din timpul sarcinii, unele gravide se pot îmbolnăvi temporar de diabet. Diabetul de sarcină nu provoacă în general simptome. În formele mai severe de diabet, femeia ia mult în greutate, îi este sete, are prea mult lichid amniotic și un făt mult prea mare. Diabetul de sarcină, provocat de prea multă glucoză în sânge, este periculos pentru mamă și copil și trebuie tratat. Dacă glicemia (glucoza din sânge) este doar puțin crescută, este suficientă o dietă alimentară strictă. Dacă glicemia rămâne ridicată, diabetul gestațional trebuie tratat cu insulină. De obicei, diabetul gestațional dispare după nașterea copilului.

**Diabetul zaharat (Diabetes mellitus):**

Diabetul zaharat este o boală metabolică cronică, care afectează în Germania cca. 7% din populație. Diabetul poate apărea la orice vârstă, de la copii și adolescenți până la bătrâni. Se vorbește de diabet zaharat atunci când insulina din corp nu mai poate asigura trecerea glucozei din sânge în celule. Ca urmare, nivelul de glucoză din sânge crește. Simptome tipice ale diabetului zaharat sunt urinarea frecventă, setea, oboseala, lipsa de energie, tulburările de vedere și răni care se vindecă greu. Dacă diabetul nu este tratat sau dacă e tratat incorect, se poate ajunge la orbire, infarct, atac cerebral sau îmbolnăviri ale rinichilor.

Edeme (Ödeme): Edemele sunt acumulări de apă în țesuturi.

Gestoză (Gestose): Prin gestoză se înțelege totalitatea tulburărilor care pot apărea în timpul sarcinii. Sunt frecvente creșterea tensiunii arteriale, excesul de proteine în urină și apariția edemelor. Gestoza apare mai frecvent la prima sarcină, atunci când gravida este ori foarte tânără, ori foarte bătrână. Alți factori de risc pentru gravide sunt bolile cronice de rinichi, hipertensiunea, diabetul, fumatul, greutatea mare și lipsa de proteine. Gestoza crește riscul de naștere prematură sau de moarte a nou-născutului. În plus, ea poate duce la complicații chiar mortale pentru gravidă.

Gripă (Influenza): Gripa este o boală infecțioasă, provocată de virusul gripal (virusul influenza), care afectează aproape întotdeauna căile respiratorii și poate provoca simptome severe și complicații, ca de exemplu pneumonia și miocardita (inflamație a mușchiului cardiac).

Infecție (Infektion): În cazul unei infecții, agenții patogeni intră în corp și acolo se înmulțesc. Boli infecțioase sunt de exemplu bolile diareice, bolile sistemului respirator, rujeola, tusea convulsivă, dar și SIDA sau malaria.

Mamografie (Mammographie): Mamografia este o radiografie a sânelui. Cu ajutorul ei pot fi depistate modificări ale țesutului sânelor.

Medic de familie (Hausarzt): Medicul de familie este un medic practician într-un cabinet. El este primul la care se merge în caz de probleme medicale. În Germania, medicii de familie sunt medici specialiști în medicină generală sau medicină internă.

Pneumococi (Pneumokokken): Pneumococii sunt bacterii (*Streptococcus pneumoniae*) care pot provoca diferite boli. Între acestea se numără pneumonia, meningita și otita. Riscul de îmbolnăvire crește la persoanele trecute de 60 de ani, pentru că la vârste avansate sistemul imunitar devine mai puțin eficient.

Profilaxie (Vorsorge): Prin profilaxie se înțeleg măsurile prin care poate fi împiedicată apariția bolilor. Un exemplu de măsură profilactică este spălatul pe dinți. Printr-o îngrijire corectă a dinților și prin igiena cavității bucale poate fi împiedicată apariția cariilor.

Rubeolă (Röteln): Rubeola este o boală a copilăriei care poate afecta însă și adulții. O infecție cu rubeolă în timpul sarcinii poate duce la complicații severe ale copilului născut, de exemplu la handicap psihic, surzenie sau orbire. În primele luni de sarcină (până la săptămâna a 18-a), riscul de handicap sever este cel mai ridicat. În cadrul consultațiilor profilactice din timpul sarcinii se face din acest motiv și un test pentru anticorpi, prin care se poate constata dacă

gravida a avut deja rubeolă și este imună la boală sau dacă trebuie să se ferească de contagiare. Dacă nu are imunitate la rubeolă, gravida trebuie să reducă sau să evite contactul cu copii și locurile aglomerate. Cea mai bună protecție o oferă vaccinarea în copilărie (recomandată pentru fete între 11 și 13 ani) sau la vârsta adultă, înainte de a rămâne însărcinată.

Screening: Cuvântul provine din engleză și înseamnă "consultație în masă". Screeningul pentru cancerul la sân este o mamografie făcută o dată la doi ani pentru toate femeile între 50 și 69 de ani.

Unități de screening (Screening-Einheiten): Acestea sunt centre specializate în mamografie, care sunt supuse unui control sever de calitate. Aici se fac mamografiile și, în cazul unui rezultat suspect, se fac analize ulterioare amănunțite. Unitățile de screening sunt conduse de medici cu o calificare specială.

4. Adrese

Instituții/contacte

Descriere

AIDS-Hilfen in Bayern

Datele de contact ale centrelor de sprijin pentru pacienții de SIDA le găsiți pe site-urile următoare:
www.muenchner-aidshilfe.de
www.augsburg.aidshilfe.de
www.aidshilfe-nuernberg.de
www.aidshilfe-regensburg.de

Centrele de sprijin pentru pacienții de SIDA sunt asociații non-profit care oferă, între altele, consiliere telefonică. Aici puteți obține informații despre teme ca "Safer Sex", "Safer Use", posibilele riscuri de infectare sau testarea pentru anti-corpi HIV.

Bayerische Krebs- gesellschaft e. V.

Nymphenburger Straße 21a
80335 München
Tel.: 089 5488400
Fax: 089 54884040
info@bayerische-krebsgesellschaft.de
www.bayerische-krebsgesellschaft.de

Societatea bavareză pentru cancer este non-profit care se angajează în sprijinul bolnavilor de cancer. Ea oferă, printre altele, consiliere și sprijin pentru bolnavii de cancer și aparținătorii lor, promovează măsurile de prevenție și sprijină cercetarea oncologică în domeniul psihooncologiei. Asociația este prezentă în toată Bavaria: are centre de consiliere psihosocială, susține numeroase grupuri de suport și autoajutorare și publică materiale și ghiduri informative.

Bayerische Landesarbeits- gemeinschaft Zahngesund- heit e. V. (LAGZ)

Fallstraße 34
Zahnärztheaus
81369 München
Tel.: 089 7233981
Fax: 089 7235701
info@lagz.de
www.lagz.de

Asociația bavareză pentru sănătatea dentară este o asociație non-profit care promovează sănătatea dentară la copii și adolescenți. Împreună cu casele de asigurări de sănătate, cu specialiștii în stomatologie din cadrul Direcțiilor de sănătate publică și cu unele cabinete de stomatologie, asociația organizează profilaxia în grădinițe și școli.

Instituții/contacte

Descriere

Bayerische Landesärztekammer (BLÄK)

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

Colegiul medicilor din Bavaria asigură reprezentarea profesională legală a tuturor medicilor din Bavaria. El reprezintă interesele medicilor în procesul legislativ, controlează îndeplinirea sarcinilor medicale, sprijină măsurile de perfecționare profesională a medicilor și participarea acestora la acțiunile de sănătate publică. Pe site-ul BLÄK se găsesc numerele de telefon pentru urgențe, informații pentru pacienți și adrese ale grupurilor de suport și auto-ajutorare.

Bayerische Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (PTK Bayern)

Adresa pentru corespondență:
Postfach 151506
80049 München
Adresa pentru vizitatori:
Birketweg 30
80639 München
Tel.: 089 5155550
Fax: 089 5155525
info@ptk-bayern.de
www.ptk-bayern.de

PTK Bavaria este reprezentanta profesională legală a psihologilor psihoterapeuți (PP) din Bavaria, precum și a psihoterapeuților pentru copii și adolescenți (KJP). Sarcinile PTK Bavaria sunt: reprezentarea intereselor psihoterapeuților (PP și KJP) din Bavaria, participarea acestora la acțiunile de sănătate publică, cu deosebire în prevenția și tratarea bolilor psihice, perfecționare profesională, controlarea activității profesionale etc. Pe site-ul PTK Bavaria se găsesc informații suplimentare și un motor de căutare pentru psihoterapeuți (PP și KLP) în Bavaria.

Instituții/contacte

Descriere

Bayerische Landeszahn- ärztekammer (BLZK)

Flößbergasse 1
81369 München
Tel.: 089 2302110
Fax: 089 230211128
blzk@blzk.de
www.blzk.de

Colegiul stomatologilor din Bavaria asigură reprezentarea profesională legală a tuturor stomatologilor din Bavaria. El susține activ drepturile și interesele medicilor stomatologi și promovează, menține și restabilește sănătatea orală a populației. Ea se implică pentru calitate în stomatologie ca rezultat al conceptelor științifice de profilaxie și tratament, care se bazează pe individualitatea fiecărui pacient. Protecția pacientului este prioritară.

Bayerischer Hebammen Landesverband e. V. (BHLV)

Brucker Straße 6
85221 Dachau
Tel.: 08131 3379740
Fax: 08131 3379436
gs@bhlv.de
www.bhlv.de

Bayerischer Hebammen Landesverband e.V. este asociația moașelor liber-profesiste și cu statut de angajat. Scopul BHLV este promovarea și reprezentarea intereselor membrilor săi, precum și creșterea vizibilității și prestigiului moașelor. Viitorii părinți primesc sprijinul Asociației moașelor pentru găsirea unei moașe. Asociația le mijlocește contactul cu moașe de la locul de reședință, care se vor ocupa de gravidă și de noul-născut în timpul sarcinii, al nașterii, lăuziei și alăptării.

Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebens- mittelsicherheit (LGL)

Sediul central:
Eggenreuther Weg 43
91058 Erlangen
Tel.: 09131 68080
Fax: 09131 68082102
poststelle@lgl.bayern
www.lgl.bayern.de

Oficiul de stat bavarez pentru sănătate și siguranță alimentară funcționează ca autoritate de specialitate interdisciplinară și este un furnizor de servicii pentru sănătatea bavareză și protecția consumatorilor. Sarcinile lui includ proiectarea și cercetarea, investigarea stării de sănătate a populației din Bavaria, a alimentelor și furajelor și monitorizarea apei potabile. Pe site-ul LGL veți găsi numeroase informații despre diverse teme legate de promovarea sănătății și de profilaxie (de exemplu, alimentație, somnul sănătos al bebelușului, vaccinări, screening auditiv, screeningul nou-născuților etc.).

Instituții/contacte

Descriere

DONUM VITAE in Bayern e. V.

Sediul central
Luisenstraße 27
80333 München
Tel.: 089 51556770
Fax: 089 51556777
info@donum-vitae-bayern.de
www.donum-vitae-bayern.de

Asociația de stat bavareză Donum Vitae oferă consiliere și servicii preventive cu privire la toate aspectele sarcinii. Femeile însărcinate care nu sunt sigure în legătură cu un eventual avort pot apela la centrele de consiliere ale acestei asociații. Împreună cu gravidele, consilierii Donum Vitae caută modalitatea de a le ajuta în procesul de luare a deciziei pro sau contra avort.

Gesundheitsämter (Direcțiile de Sănătate Publică)

Adresele tuturor Direcțiilor de Sănătate Publică din Bavaria se găsesc pe site-ul:
www.freistaat.bayern/dokumente/
behoerdeordner/7555456214

Direcțiile de Sănătate Publică oferă populației informații, educație și consiliere privind sănătatea. Sarcinile autorității sanitare includ, de exemplu, consultațiile pentru înscrierea la școală, consiliere cu privire la vaccinare, ajutor pentru bolnavii mintal, pentru dependenți și persoanele cu dizabilități. Direcțiile de Sănătate Publică își asumă, de asemenea, sarcini de monitorizare și control (igiena în instituțiile medicale și de îngrijire și îngrijire, supravegherea apei potabile și a ștrandurilor); de asemenea, ele oferă consiliere în probleme de medicină a mediului.

Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB)

Sediul central
Adresa pentru public:
Elsenheimerstraße 39
80687 München
Adresa pentru corespondență:
80684 München
info@kvb.de
www.kvb.de

Asociația bavareză a medicilor în contract cu casele de asigurări de sănătate (KVB) reprezintă drepturile și interesele medicilor și psihoterapeuților autorizați în raport cu companiile de asigurări de sănătate și cu mediul politic. Ea asigură de asemenea îngrijirea medicală și psihoterapeutică a populației din Bavaria. Pe site-ul KVB, există un motor de căutare pentru ca pacienții să găsească medici și psihoterapeuți în Bavaria. Pe site puteți găsi de asemenea material informativ util pe teme de sănătate (vaccinări, depistarea precoce a cancerului, boala Alzheimer etc.).

Instituții/contacte

Descriere

Kassenzahnärztliche Vereinigung Bayerns (KZVB)

Fallstraße 34
81369 München
Tel.: 089 724010
Fax: 089 72401291
presse@kzvb.de
www.kzvb.de

Asociația bavareză a stomatologilor în contract cu casele de asigurări de sănătate este o companie de servicii care se angajează pentru îngrijirea dentară de înaltă calitate în Bavaria. De asemenea, ea organizează serviciul de urgență stomatologică din Bavaria. Pacienții pot contacta centrul de consiliere KZVB dacă au întrebări despre factura dentară sau planul de tratament și costuri. Consilierea este gratuită.

Koordinierungsstelle der bayerischen Suchthilfe (KBS)

Lessingstraße 1
80336 München
Tel.: 089 536515
Fax: 089 5439203
info@kbs-bayern.de
www.kbs-bayern.de

Biroul de coordonare al filialei bavareze a Ajutorului pentru Dependță este un comitet de specialitate al asociațiilor independente de asistență socială, care activează în ajutorul dependenților și al celor cu risc de dependență. Scopul KBS este de a promova și de a dezvolta ajutorul pentru dependenții din Bavaria. Printre sarcinile sale se numără luări de poziție privind fenomenele sociale legate de dependență și de promovarea sănătății, precum și informarea și conectarea instituțiilor care se ocupă de problemele de dependență.

Landesarbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege in Bayern (LAGFW)

Lessingstraße 1
80336 München
Tel.: 089 544970
Fax: 089 54497187
Info@freie-wohlfahrtspflege-
bayern.de
www.freie-wohlfahrtspflege-
bayern.de

LAGFW Bavaria este o asociere a organizațiilor centrale ale asistenței sociale independente din Bavaria (Arbeiterwohlfahrt, Bayerisches Rotes Kreuz, Caritas, Diakonisches Werk, Paritätischer Wohlfahrtsverband und Landesverband der Israelitischen Kultusgemeinden in Bayern), care promovează îngrijirea în domeniul social și al sănătății. Printre altele, organizațiile oferă numeroase servicii de consiliere. Multe dintre aceste servicii sunt destinate în mod special migranților, fiind în limba lor maternă (de exemplu, prima consiliere a migranților, servicii pentru tinerii migranți și servicii pentru refugiați). Datele de contact ale fiecărei organizații pot fi obținute de la LAGFW sau pot fi găsite pe site-ul: www.freie-wohlfahrtspflege-bayern.de

Instituții/contacte

Descriere

Landesgesundheitsrat Bayern

Sediul central
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege Referat 31
Haidenauplatz 1
81667 München
Postfach 800209
81602 München
Tel.: 089 540233391
lgr@stmgp.bayern.de
www.stmgp.bayern.de/
ministerium/behorden-und-
gremien/lgr/

Consiliul de sănătate al landului Bavaria este format din numeroși experți, provenind de la cele mai diferite instituții din sistemul de sănătate bavarez. El consiliază parlamentul și guvernul landului Bavaria în toate problemele legate de sistemul de sănătate și contribuie astfel la luarea deciziilor în chestiuni de sănătate în Bavaria.

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

Pappenheimstraße 7
80335 München
Tel.: 089 51086325
Fax: 089 51086328
info@lapk-bayern.de
www.lapk-bayern.de

Asociația bavareză a aparținătorilor bolnavilor psihic este o organizație non-profit care coordonează activitatea grupurilor de autoajutorare ale rudelor pacienților din Bavaria. În această organizație s-au reunit membri individuali, grupuri și asociații de autoajutorare, cu scopul de a îmbunătăți condițiile de viață ale bolnavilor psihic și ale aparținătorilor acestora. LApK desfășoară următoarele activități: consiliere și informare personală, sprijin pentru grupuri de aparținători, programe de informare și instruire, evenimente de perfecționare pentru coordonatorii grupurilor, conferințe tematice pentru rude etc. LApK acordă consiliere și persoanelor care nu sunt membri.

Instituții/contacte

Descriere

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

Geisenhausenerstraße 18
81379 München
Tel.: 089 72441930
info@lzg-bayern.de
www.lzg-bayern.de

Centrul de Stat pentru Sănătate din Bavaria este o asociere între numeroase instituții și asociații din Bavaria care activează în domeniul promovării sănătății și al prevenției. Centrul pune accent pe informarea populației despre subiecte legate de sănătate, pe cooperarea și coordonarea cu instituțiile locale și regionale, formarea continuă a angajaților din sectorul sănătății, promovarea activităților orientate spre sănătate ale asociațiilor membre și sprijinirea întreprinderilor și companiilor în luarea unor măsuri de promovare a sănătății.

Mammographie-Screening Bayern

Biroul central
Postfach 210360
80673 München
Tel.: 089 5454640200
Fax: 089 5709364931
screening@zentralestellebayern.de
www.mammographie-bayern.de

Biroul central oferă răspunsuri la întrebări legate de mamografie, precum și informații despre centrele unde se efectuează screening-ul mamografic. Prin biroul central se poate face programarea pentru mamografie.

open.med

Open.med-Hotline:
0177 5116965
(Luni – vineri 9.30 – 17.00 Uhr)
Tel.: 089 45207658
Fax: 089 45207657
openmed@aerztederwelt.org

open.med este punctul de contact în probleme medicale pentru persoanele neasigurate. El a fost deschis de organizația "Medicii lumii" (în cooperare cu Café 104). Medicii open.med oferă ajutor medical anonim și gratuit, consiliere socială și mediază ofertele ulterioare de sprijin. Ei sunt de asemenea activi în educația pentru sănătate și măsuri de prevenție. Pentru mai multe informații, accesați: www.gesundheit-ein-menschenrecht.de/kontaktstellen/bayern

Instituții/contacte

Descriere

pro familia Landesverband Bayern

Bahnhofstraße 24
94032 Passau
lv.bayern@profamilia.de
Consiliere prin email la
pro familia:
www.sextra.de

Centrele de consiliere pro familia oferă, printre altele consiliiere medicală, psihologică și socială privind parteneriatul și sexualitatea, contracepția și sarcina.

Toate centrele sunt oficial recunoscute pentru consiliere în probleme de sarcină. Ele pot elibera un certificat de consiliiere.

Centre de consiliere găsiți printre altele la:

Augsburg: Tel. 0821 4503620

Bamberg: Tel. 0951 133900

Ingolstadt: Tel. 0841 3792890

München: Tel. 089 3300840

Nürnberg: Tel. 0911 555525

Prop e.V. Verein für Prävention, Jugend- hilfe und Suchttherapie

Sediul central
Landwehrstraße 31
80336 München
Tel.: 089 55879830
Fax: 089 558798329
info@prop-ev.de
www.prop-ev.de

Prop e.V. este o asociație non-profit care pune accent pe prevenție, asistența socială pentru tineri și terapia dependenței. Printre numeroasele oferte ale acestei organizații se numără diagnosticarea timpurie, cursurile de prevenție pentru copii și tineri, consilierea pentru dependenți și familiile acestora, terapia ambulatorie și îngrijirea post-terapie, precum și terapia medicală și socială pentru pacienții internați.

Număr central de telefon pentru persoanele cu probleme de dependență: 0800 0007767

Drogennotdienst L43:

Landwehrstraße 43 (Rgb)
80336 München
Tel.: 089 54908630
Fax: 089 54908640
drogennotdienst@prop-ev.de

Serviciul de urgență pentru droguri vă oferă consiliere personală gratuită prin telefon. Serviciul poate fi apelat non-stop. Serviciul oferă, de asemenea, o cafea de zi și un adăpost de urgență.

Instituții/contacte

Descriere

REFUGIO München

Rosenheimer Straße 38
81669 München
Tel.: 089 9829570
Fax: 089 98295757
info@refugio-muenchen.de
www.refugio-muenchen.de

Centrul de consiliere și tratament pentru refugiați și victime ale torturii oferă nu numai psihoterapie și evaluări medicale, ci și consiliere și sprijin social.

Screeningzentrum

Bayerisches Landesamt für
Gesundheit und Lebensmittel-
sicherheit
Veterinärstraße 2
85764 Oberschleißheim
Tel.: 09131 68085204
screening@lgl.bayern.de

Centrul de screening din cadrul Oficiului de Stat Bavarez pentru Sănătate și Siguranță Alimentară coordonează screeningul nou-născuților din Bavaria și vă stă la dispoziție dv. și pediatrului dv. pentru toate întrebările pe care le aveți.

Selbsthilfekoordination Bayern (SeKo)

Handgasse 8
97070 Würzburg
Tel.: 0931 20781640
Fax: 0931 20781646
selbsthilfe@seko-bayern.de
www.seko-bayern.de

Centrul de coordonare a autoajutorării din Bavaria sprijină contactele între grupurile de autoajutorare din Bavaria și activitățile de autoajutorare în domeniul medical și social. Centrul se ocupă de comunicarea publică pe tema autoajutorării în Bavaria și oferă informații, consiliere și formare pentru punctele de autoajutorare de la fața locului. Centrul sprijină înființarea de noi grupuri de autoajutorare și crearea de rețele pentru persoanele cu boli sau probleme rare.

Instituții/contacte

Descriere

Unabhängige Patientenberatung Deutschland – UPD gGmbH

Tempelhofer Weg 62
12347 Berlin
www.patientenberatung.de

Serviciul Independent de Consiliere pentru Pacienți Germania – UPD este o asociere a centrelor de consiliere regionale și supraregionale din toată Germania. El oferă consiliere telefonică personală neutră cu privire la probleme legate de dreptul sănătății, informații despre probleme de sănătate și informații despre alte oferte (regionale).

Consiliere telefonică pentru toată Germania
(serviciu gratuit):

0800 0117722 (în limba germană)

0800 0117723 (în limba turcă)

0800 0117724 (în limba rusă)

0800 33221225 (în limba arabă)

Verbraucherzentrale Bayern

Mozartstraße 9
80336 München
Tel.: 089 5527940
Fax: 089 552794451
info@vzbayern.de
www.verbraucherzentrale-bayern.de

Centrala bavareză pentru drepturile consumatorului este o organizație non-profit care oferă informații și consiliere în diverse domenii ca: drepturile consumatorilor, asigurări, asigurări de sănătate, asigurări de pensie, nutriție, mediu și economisirea energiei. De asemenea, ea organizează conferințe, consiliere de grup, cursuri, instruire pentru multiplicatori (profesori, educatori etc.) și oferă material informativ despre teme de mai sus.

VdK-Landesverband Bayern e. V.

Sediul central
Schellingstraße 31
80799 München
Adresa pentru corespondență:
Postfach 340144
80098 München
Tel.: 089 21170
Fax: 089 2117258
info.bayern@vdk.de
www.vdk.de/bayern

Asociația socială VdK Bayern este o organizație de autoajutorare pentru pensionari, persoane cu dizabilități, bolnavi cronic, persoane dependente de îngrijire și rudele acestora, familii, lucrători în vârstă și șomeri. Asociația îi consiliază și-i reprezintă pe membrii săi în probleme de drept social.

Telefonul de consiliere "Viața la vârste înaintate"

Tel.: 089 2117112 | lebenimalter.bayern@vdk.de

Telefonul de consiliere "Viața cu handicap"

Tel.: 089 2117113 | lebenmitbehinderung.bayern@vdk.de

Consiliere personală la: Infocenter des VdK Bayern:
Schellingstraße 31, 80799 München

Rămâneți sănătoși – depistare timpurie și profilaxie pentru copii și adulți

Locuiți în Bavaria și sunteți sănătos/sănătoasă. Doriți să rămâneți așa, dar nu aveți încă o imagine de ansamblu asupra numeroaselor oferte ale sistemului de sănătate bavarez. Această broșură vă arată ce posibilități de prevenție și de depistare timpurie a bolilor se oferă, în scopul de a vă proteja în mod activ sănătatea și a contracara bolile într-un stadiu incipient.

Ce este, de exemplu, controlul medical de rutină "Check-up"? Ce înseamnă depistarea precoce a cancerului? Ce consultații pentru copii și tineri vă stau la dispoziție? Când este bine să vă protejați vaccinându-vă? Ce consultații la stomatolog puteți face pentru a vă menține toată viața dinții sănătoși? Această broșură răspunde la întrebările de mai sus și la multe alte întrebări. În plus, veți găsi adrese de contact pentru diferite unități sanitare din Bavaria.

Acest ghid v-a fost oferit de: