

Come mantenersi sani



This is an Official U.S. Government Product

Servizi preventivi Medicare

Mantenersi sani è importante e semplice grazie ai servizi di prevenzione e diagnosi precoce delle malattie. Questi servizi possono aiutarvi ad evitare determinate malattie o ad individuarle ai loro albori, quando i trattamenti danno i migliori risultati. Parlatene con il vostro medico od operatore sanitario per sapere quali test e servizi, tra quelli elencati nella tabella, possono esservi utili e quando vi consigliano di sottoporvi agli stessi per mantenervi in buona salute. Se siete iscritti ad Original Medicare, d'ora in poi potrete sottoporvi ad una visita "Wellness" annuale e ad ulteriori servizi di prevenzione del tutto gratuiti.

Le informazioni riportate in questa pubblicazione sono aggiornate alla data della stampa. La copertura Medicare dei servizi preventivi può cambiare in qualsiasi istante. Per maggiori informazioni siete pregati di visitare il sito www.medicare.gov.

Sapevate che Medicare copre...

Aneurisma dell'aorta addominale – screening	<p>Screening ecografico una tantum per le persone a rischio. Se avete una storia familiare di aneurismi dell'aorta addominale, o siete un uomo di età compresa tra i 65 e i 75 anni e avete fumato almeno 100 sigarette nel corso della vostra vita, siete considerati a rischio.</p> <p>Medicare copre questo screening se il medico vi rilascia l'apposita richiesta durante la visita medica preventiva di “Benvenuto a Medicare”.</p>
Alcol – screening e consulenza per assunzione impropria	<p>Medicare copre 1 screening all'anno contro l'assunzione impropria di alcol per gli adulti iscritti a Medicare (comprese le donne incinte) per individuare coloro che fanno un uso improprio dell'alcol ma non sono affetti da alcoldipendenza. Se il vostro test risulta positivo, potete chiedere fino a 4 sessioni brevi all'anno di counseling viso a viso (a condizione che siate in grado di intendere e siate vigile durante le sessioni). Il counseling verrà prestato da un medico primario qualificato o da un altro operatore di cure primarie presso una struttura di cure primarie.</p>
Misurazione della massa ossea	<p>Questi test permettono di vedere se siete a rischio di fratture ossee.</p> <p>Medicare copre questi test una volta ogni 24 mesi (più spesso se è necessario dal punto di vista medico) per determinate persone a rischio di osteoporosi.</p>
Malattie cardiovascolari (terapia comportamentale)	<p>Medicare copre 1 visita all'anno presso il vostro medico primario per aiutarvi ad abbassare il rischio di contrazione di malattie cardiovascolari. Durante questa visita, il medico potrebbe parlarvi dell'assunzione di aspirina (se ritenuta necessaria), potrebbe controllarvi la pressione sanguigna e darvi dei consigli di tipo alimentare per assicurarsi che vi alimentiate in modo sano.</p>
Screening cardiovascolare	<p>Chiedete al medico di sottoporvi agli esami di laboratorio necessari per controllare colesterolo, lipidi e trigliceridi al fine di stabilire se siete a rischio di subire un attacco cardiaco o un ictus. Se siete a rischio, è possibile intraprendere varie misure per prevenire tali malattie.</p> <p>Medicare copre gli esami necessari per il controllo del colesterolo, dei lipidi e dei trigliceridi ogni 5 anni.</p>
Screening del cancro coloretale	<p>Questi test aiutano ad individuare precocemente il cancro coloretale e ad iniziare subito la terapia per i migliori risultati.</p> <p>Se avete almeno 50 anni d'età o siete a rischio elevato per il cancro coloretale, Medicare copre 1 o più degli esami che seguono: test del sangue occulto nelle feci, sigmoidoscopia flessibile, colonscopia di prevenzione, enema al bario. La frequenza con cui Medicare paga i costi di questi test dipende dal tipo del test e dal vostro livello di rischio di contrazione di questo tipo di cancro. Spetterà a voi e al vostro medico decidere quali sono i test migliori per voi.</p>
Screening per la depressione	<p>Medicare copre uno screening per la depressione all'anno per tutti gli iscritti a Medicare. Lo screening deve essere effettuato presso una struttura di cure primarie in grado di prestare eventuali trattamenti di follow-up e prescrivere visite presso eventuali specialisti.</p>
Screening per il diabete	<p>Medicare copre i test per il diabete o il prediabete. Questi test sono a disposizione delle persone che presentano uno o più dei fattori di rischio che seguono: pressione sanguigna elevata, dislipidemia (storia di livelli anomali di colesterolo e trigliceridi), obesità o storia di glicemia alta. I test sono coperti anche se avete 2 o più delle caratteristiche seguenti: avete almeno 65 anni d'età, siete sovrappeso, avete una storia familiare di diabete (genitori, fratelli, sorelle), avete una storia di diabete gestazionale (durante la gravidanza), o avete partorito un bambino che alla nascita pesava più di 9 libbre (4 kg).</p> <p>A seconda dei risultati di tali test, potreste avere diritto fino ad un massimo di 2 screening all'anno. Per maggiori informazioni, parlatene con il vostro medico.</p>

Sapevate che Medicare copre...

Corso per l'autogestione del diabete	Questo corso è stato concepito per le persone affette da diabete e munite di un ordine scritto del medico o di un altro operatore sanitario qualificato.
Vaccinazione contro l'influenza	Queste vaccinazioni aiutano a prevenire l'influenza o il virus dell'influenza. Medicare copre questa vaccinazione una volta durante ciascuna stagione influenzale dell'autunno o dell'inverno per tutti i suoi iscritti. La vaccinazione contro il virus va ripetuta ogni anno.
Test per il glaucoma	Questi test aiutano ad individuare una malattia degli occhi chiamata glaucoma. Medicare copre questi test una volta ogni 12 mesi per le persone a rischio elevato.
Vaccinazione contro l'epatite B	Questa è una serie di 3 iniezioni che aiutano a prevenire l'epatite B. Medicare copre queste iniezioni per le persone con un rischio medio o elevato di contrarre l'epatite B.
Screening per l'HIV	Medicare copre lo screening per l'HIV (Virus dell'Immunodeficienza Umana) per le donne incinte e le persone a rischio, oltre che per tutte le persone che ne facciano domanda. Medicare copre questo test una volta ogni 12 mesi e fino a 3 volte durante la gravidanza.
Mammografia di controllo (screening per il cancro al seno)	Questo tipo di radiografia permette di individuare eventuali indizi di cancro al seno prima ancora che voi o il vostro medico possiate riscontrarli manualmente. Medicare copre una mammografia ogni 12 mesi per tutte le donne di almeno 40 anni d'età. Inoltre, Medicare copre 1 mammografia di base per le donne di età compresa tra i 35 e i 39 anni.
Servizi di terapia nutrizionale	Medicare potrebbe coprire la terapia nutrizionale, e determinati servizi ad essa correlati, se siete affetti da diabete o malattie renali, se vi è stato trapiantato un rene negli ultimi 36 mesi, o se il vostro medico o un altro operatore sanitario vi ha prescritto questo tipo di servizio.
Screening per l'obesità e counseling	Se avete un indice di massa corporea uguale o superiore a 30, Medicare copre il counseling intenso per aiutarvi a dimagrire. Questo tipo di counseling potrebbe essere coperto se vi viene prestato in una struttura di cure primarie dove può essere coordinato con il vostro programma complessivo di misure preventive. Per ulteriori informazioni parlatene con il vostro medico primario o con un altro operatore di cure primarie.
Pap test ed esame pelvico (compresa la palpazione del seno)	Questi esami e test di laboratorio permettono di individuare eventuali indizi di cancro cervicale e vaginale. Medicare copre questi test ed esami ogni 24 mesi per le donne in generale, e una volta ogni 12 mesi per le donne ad alto rischio.
Vaccinazione antipneumococco	Questa vaccinazione aiuta a prevenire le infezioni da pneumococco (responsabile, ad esempio, di determinati tipi di polmonite). Medicare copre questa vaccinazione per tutti i propri iscritti. La maggior parte delle persone ha bisogno di questa vaccinazione una volta sola nella vita. Parlatene con il vostro medico curante.

Sapevate che Medicare copre...

<p>Visite preventive</p>	<p>La visita preventiva di “Benvenuto a Medicare” – Medicare copre la consulenza sanitaria e consultiva generale sui servizi preventivi tra cui alcuni screening e test, vaccinazioni e richieste di visite specialistiche, ove necessario.</p> <p>Medicare copre questa visita soltanto durante i primi 12 mesi di copertura Medicare Part B.</p> <p>Visita annuale “Benessere” – Se siete iscritti a Part B da più di 12 mesi, potete usufruire della visita annuale di benessere per sviluppare o aggiornare un piano personalizzato preventivo basato sul vostro stato attuale di salute e sui vostri fattori di rischio.</p> <p>Medicare copre questa visita una volta ogni 12 mesi.</p>
<p>Screening del tumore alla prostata</p>	<p>Questi test aiutano a individuare eventuali indizi di tumore alla prostata.</p> <p>Medicare copre una esplorazione rettale digitale e un test di laboratorio PSA (antigene specifico della prostata) ogni 12 mesi per tutti gli uomini di età superiore ai 50 anni iscritti a Medicare (la copertura inizia il giorno dopo il 50esimo compleanno).</p>
<p>Screening per infezioni sessualmente trasmissibili e counseling</p>	<p>Medicare copre gli screening per le infezioni trasmissibili sessualmente (STI), ovvero clamidia, gonorrea, sifilide ed epatite B. Questi screening sono coperti per le donne iscritte a Medicare in stato gravido e/o gli iscritti Medicare che sono a maggior rischio di contrarre una STI, a condizione che i test siano prescritti da un operatore sanitario primario. Medicare copre questi test una volta ogni 12 mesi o durante determinate fasi della gravidanza.</p> <p>Inoltre, Medicare copre fino a 2 sessioni di counseling individuali comportamentali intense all'anno, viso a viso, da 20 a 30 minuti per gli adulti sessualmente attivi e a rischio maggiore di contrazione di una STI. Medicare copre queste sessioni di counseling soltanto se sono prestate da un operatore sanitario primario e se vengono tenute presso una struttura sanitaria di cure primarie come, ad esempio, l'ambulatorio di un medico. Il counseling svolto in strutture di ricovero come, ad esempio, case di riposo con personale qualificato, non è coperto come servizio preventivo.</p>
<p>Tabacco – counseling per cessare l'uso del tabacco</p>	<p>Il counseling per cessare l'uso del tabacco è coperto per coloro che fumano o fanno uso di altri prodotti contenenti tabacco e non sono stati diagnosticati affetti da una malattia causata o complicata dall'uso del tabacco. Medicare copre fino ad un massimo di 8 visite, viso a viso, nell'arco di 12 mesi. Queste visite devono essere prestate da medici qualificati od altri operatori sanitari riconosciuti da Medicare.</p>

Che cosa pagate

Per un gran numero di servizi preventivi non pagherete nulla se essi vengono prestati da medici qualificati o da altri operatori sanitari che si occupano di questi tipi di incarichi. Per alcuni servizi preventivi è possibile che dobbiate pagare il deductible (franchigia), la co-insurance (una parte o percentuale del costo), e/o il copayment (un importo fisso). Gli importi da pagare variano a seconda del tipo di servizio desiderato e del tipo di programma sanitario Medicare a cui siete iscritti.

Per maggiori informazioni

Per maggiori informazioni sulla copertura Medicare di questi servizi preventivi, compresi i costi a vostro carico con Original Medicare, visitate il sito www.medicare.gov/publications e consultate o stampate il libretto intitolato “Your Guide to Medicare’s Preventive Services” (Guida ai servizi preventivi Medicare). Come alternativa potete telefonare al numero gratuito 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) e chiedere che vi venga inoltrata una copia del libretto. I non udenti possono usufruire del servizio TTY telefonando al numero gratuito 1-877-486-2048.

Se lo desiderate potete leggere le informazioni che vi riguardano, in merito alla prevenzione, sul sito www.MyMedicare.gov – questo servizio è attivo 24 ore su 24, 7 giorni su 7. Su questo sito potete seguire i vostri servizi preventivi, e potete controllare il calendario di 2 anni relativo ai test e agli screening coperti da Medicare di cui potete usufruire. Su questo sito potete, inoltre, stampare il vostro rapporto personalizzato “tascabile” che potrete portare con voi al prossimo appuntamento medico. Quindi, visitate il sito e iscrivetevi. Medicare provvederà ad inviarvi la password che vi permette di accedere ai vostri dati personali Medicare.