

Prima, dass Du diese Jugendgesundheitsuntersuchung wahrnimmst!

Diese Untersuchung soll helfen, **Gesundheitsstörungen oder Fehlentwicklungen** bei Dir rechtzeitig zu erkennen und dann gezielt zu behandeln. Du brauchst keine Angst zu haben: untersucht wird nur, soweit Du einverstanden bist; Deine Unterwäsche musst Du nicht ausziehen! Die J1 gibt Dir die Möglichkeit, **Deine Fragen zur Gesundheit und körperlichen Entwicklung** zu stellen. Wir prüfen dabei auch Deinen **Impfschutz**, damit Du keine Krankheiten bekommst, gegen die Du Dich durch Impfungen schützen kannst.

Dein Arzt kennt Dich vielleicht schon seit frühester Kindheit und hat Deine Entwicklung begleitet. Mit Deinen Eltern und Deinen Freunden besprichst Du viele Themen – aber eben nicht alles. Für Fragen zur Gesundheit findest Du in Deiner Kinder- und Jugendarztpraxis kompetente Ansprechpartner.

Du entscheidest, ob Deine Eltern bei der Untersuchung und beim Beratungsgespräch anwesend sind oder nicht, und **was wir Deinen Eltern mitteilen dürfen** und was nicht. Du kannst sicher sein, dass wir Geheimnisse, die Du uns anvertraust, auch bewahren. Wir wissen, dass es auch einmal Schwächen und Probleme gibt. Schlimm ist es, wenn man Sorgen hat, sich aber nicht helfen lässt.

Wenn Du merkst, dass man Dich ausgrenzen oder zu Aktionen verleiten will, die Dir unangenehm sind oder Deinen Vorstellungen widersprechen, ziehe einen Schlussstrich! Wenn Du oft traurig und antriebslos bist und Dich mehr und mehr in Dein Zimmer verkriechst, dann lass Dir helfen. Wir Kinder- und Jugendärzte sind dafür gute Ansprechpartner.

Natürlich geht es nicht immer nur um Dich. **Du bist Teil der Gesellschaft** und musst Dich integrieren. Du bist mitverantwortlich für unsere Zukunft! Engagiere Dich, bring Deine Ideen ein und gestalte mit! Unsere Gesellschaft braucht Euch junge Leute und Engagement dringend, und Ihr habt heute in der ganzen Welt Chancen, die Generationen vor Euch nicht hatten. Nutze diese Chancen, **bleibe neugierig und geh sorgsam mit Deinem Körper um**. Prüfe immer kritisch, wenn Dich jemand vereinnahmen will. Suche Deine Freunde mit Bedacht aus und trenne Dich, wenn du Dich nicht mehr wohl fühlst. **Lass Dich nicht mobben, weder im Internet noch im persönlichen Umgang, und mobbe selber nicht!**

Erzähl auch Deinen Freunden von der Jugendgesundheitsuntersuchung!

Wir Kinder- und Jugendärzte wünschen Dir für Deine Zukunft alles Gute!

Bitte fülle nun noch den Fragebogen auf der Rückseite und den MJF auf den Folgeseiten aus!

Wir haben viele Fragen an Dich – Du musst aber nur das beantworten, was Du willst.

Fragen für:	am	(Datum)	Bitte ankreuzen:	
			Nein	Ja
Hast Du Fragen zu Deiner Gesundheit?				
Wenn ja: welche?				
Hast Du Probleme mit dem Hören oder Sehen?				
			Nein	Ja
Was sind Deine Lieblingsfächer in der Schule?				
Was hast Du für eine Note in Sport?		Und in Kunst?		
Gibt es für Dich Probleme in der Schule?				
			Nein	Ja
Welche?				
Weißt Du schon, was Du mal werden willst?				
Bist Du im Sportverein?				
			Ja	Nein
Sportart:				
Bewegst Du Dich täglich mehr als eine Stunde? (einschließlich Schulweg etc.)				
			Ja	Nein
Schaffst Du täglich 12.000 Schritte (sieh auf dem Smartphone nach!)				
			Ja	Nein
Nutzt Du TV/PC/Tablet täglich mehr als zwei Stunden?				
			Nein	Ja
Hast Du Hobbys?				
			Ja	Nein
Welche:				
Nimmst Du Drogen?				
			Nein	Ja
Für Mädchen: wann hattest Du Deine erste Regel?				
Für Jungen: wann hattest Du Deinen ersten Samenerguss?				
Hast Du Fragen zu Sexualität/Verhütung/Schutz vor AIDS?				
			Nein	Ja
Wenn ja: welche?				
Hast Du andere Fragen an uns?				
			Nein	Ja
Wenn ja: welche?				

J1 Paed.Check® J1

Ihr Kind ist inzwischen zum Jugendlichen herangewachsen und wird immer selbständiger.

Gleichaltrige Freunde und die „Clique“, die Gruppe von Jugendlichen, werden langsam immer wichtiger als die Familie. **„Null Bock“** besonders auf Schule, **erste Liebe und Kontakte mit Nikotin, Alkohol oder gar Drogen** führen häufig zu **Konflikten mit den Eltern**. Selbstzweifel sind normal, können sich aber auch zu **Verhaltensstörungen und seelischen Störungen** auswachsen.

Das Ziel von **Paed.Check® J1** liegt in der Erfassung solcher Störungen und der **Überprüfung der altersgemäßen körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung**, insbesondere auch der normalen Pubertätsentwicklung.

Für die J1 müssen Sie als **Eltern nur einen Fragebogen** ausfüllen. Dieser dient uns dazu, den familiären Hintergrund und Ihre Sicht auf die Entwicklung des Jugendlichen zu erfahren. Mit dem zweiten Fragebogen, in dem es wieder um Krankheiten, Ängste, Verhaltensauffälligkeiten, Ernährungsstörungen, Schulprobleme und gesundheitsgefährdenden Faktoren geht, wenden wir uns nun das erste Mal direkt an die Jugendlichen. Auch bei den Jugendvorsorgen wird der Impfpass auf Vollständigkeit nach der Schutzimpfungs-Richtlinie des G-BA geprüft. In diesem Alter ist eine **Auffrischung des Impfschutzes gegen Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten und Kinderlähmung** vorgesehen, und **spätestens jetzt sollen alle Jugendlichen gegen Gebärmutterhalskrebs geimpft werden**. Jede Vorsorge ist auch eine Gelegenheit, die **Impfpässe der ganzen Familie auf Vollständigkeit zu prüfen**. Bringen Sie sie also gerne mit!

Zu den Untersuchungen gehört wie bei den letzten Vorsorgen eine **Urinprobe, ein Hör- und Sehtest sowie die Messung von Größe, Gewicht und Blutdruck**. Ihr Arzt wird sich die Fragebögen und die Test- und Messergebnisse ansehen und Ihren Jugendlichen von Kopf bis Fuß untersuchen. Sie sind nur dabei, wenn Ihr Jugendlicher das wünscht. Eine **Blutentnahme** gehört nur dazu, **wenn es in der Familie frühzeitige Herzinfarkte oder Fettstoffwechselstörungen (z.B. erhöhtes Cholesterin) oder bestimmte Schilddrüsenkrankheiten gibt**. Die Ergebnisse der Untersuchung werden mit dem Jugendlichen und Ihnen besprochen und bei Bedarf weiterführende Maßnahmen erörtert. Sie werden über fehlende Impfungen aufgeklärt; mit Ihrem Einverständnis können diese sofort oder später durchgeführt werden.

Die abschließende **Beratung zu Gesundheitsthemen** wie Ernährung, Kariesprophylaxe, Bewegung, Unfallvorbeugung, Sonnenschutz, Umgang mit Medien (Fernsehen, Computer, Internet), Alltags- und anderen Drogen sowie zur Sexualität **richtet sich direkt an den Jugendlichen**.

Ihre Kinder- und Jugendarzt-Praxis

Bitte füllen Sie den Fragebogen auf der Rückseite aus!

Sie entscheiden, was Sie beantworten wollen.

Name der/des Jugendlichen:

Geburtsdatum:

Gab es seit der U11 bei ihr/ihm:

Bitte ankreuzen:

Ernste Erkrankungen?	Nein	Ja
Krankenhausaufenthalte?	Nein	Ja
Operationen?	Nein	Ja
Schwere oder häufige Infekte?	Nein	Ja
Allergien?	Nein	Ja
Hört Ihr Kind manchmal schlecht?	Nein	Ja
Hat Ihr Kind Probleme mit dem Sehen?	Nein	Ja

Welche Schule besucht sie/er?

Welche Klasse?		
Gibt es in der Schule Probleme?	Nein	Ja
Fördermaßnahmen? (Förderunterricht, Nachhilfe, Nachteilsausgleich)	Nein	Ja
Sportbefreiung/Teilbefreiung?	Nein	Ja
Bewegt sie/er sich täglich mind. 1 Stunde? (einschließlich Schulweg etc.)	Ja	Nein
Macht sie/er zusätzlich mind. 1/2 Stunde Sport am Tag? (im Durchschnitt)	Ja	Nein
Welche Sportart(en) betreibt sie/er?		
Welche Hobbys hat sie/er?		
Nutzt sie/er TV/PC/Tablet täglich mehr als zwei Stunden?	Nein	Ja
Sind Sie mit der Entwicklung Ihrer/s Jugendlichen insgesamt zufrieden?	Ja	Nein

Wie viele Personen leben in Ihrem Haushalt?

Welche?		
Verwenden Sie im Haushalt Salz mit Jod? <input type="checkbox"/> mit Fluorid? <input type="checkbox"/> mit Folsäure? <input type="checkbox"/>		

Gibt es besondere Belastungen in Ihrer Familie?

Wenn ja: welche?	Nein	Ja
Gibt es in der Familie Cholesterinprobleme? Herzinfarkte unter 50 Jahren?	Nein	Ja

Ausgefüllt von Mutter Vater oder _____ am _____ (Datum)