

Prima, dass Du die zweite 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 J2 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. Sicher denkst Du auch schon darüber nach, was Du später beruflich machen willst. Da ist es natürlich wichtig, dass **Deine Berufswahl auch zu Deiner Konstitution und Deiner Gesundheit passt** – besonders wenn Du chronische Krankheiten wie **Allergien, Hautprobleme oder Asthma** hast. Auch dazu soll diese Untersuchung helfen.

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 zweiten Jugendgesundheitsuntersuchung!

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

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

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

Fragen für:	am	(Datum)
Bitte ankreuzen:		
Hast Du Fragen zu Deiner Gesundheit?	Nein	Ja
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/Ausbildung?	Nein	Ja
Welche?		
Hast Du Hobbys?	Ja	Nein
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 schon mal Drogen probiert?	Nein	Ja
Für Mädchen: bekommst Du Deine Periode regelmäßig?	Ja	Nein
Für Jungen: ist mit Deinem Penis und Deinen Hoden alles in Ordnung?	Ja	Nein
Hast Du Fragen zu Sexualität/Verhütung/Schutz vor AIDS?	Nein	Ja
Hast Du andere Fragen an uns?	Nein	Ja

J2 Paed.Check® J2

Liebe Eltern,

Ihre Tochter/Ihr Sohn ist nun schon fast erwachsen und wird weiter selbständiger. Sie/er muss über seine Zukunft nachdenken und ein Berufsziel finden. Vielleicht hat sie/er sogar schon die Schule verlassen und eine Ausbildung begonnen. Für all dies braucht sie/er natürlich Ihre Unterstützung.

Die nötige Stabilität für einen guten Umgang mit **Medien, Alkohol, Nikotin oder gar Drogen** haben Sie Ihrer Tochter/Ihrem Sohn in den vergangenen Jahren mitgegeben; jetzt haben Sie nur noch wenig Einfluss darauf. Ähnlich ist es mit **Liebe und Sexualität** – sie sind ein ganz wesentlicher Bestandteil unseres Lebens, den die Jugendlichen in ihr Leben integrieren müssen. Unterstützen Sie Ihre Tochter/Ihren Sohn auch hier, damit sie/er seinen Weg ohne Erkrankungen und ohne zu viele seelische Verletzungen finden kann.

Auch in diesem Alter gibt es Probleme und Konflikte, die sich zu **Verhaltensstörungen und seelischen Störungen** auswachsen können. Das Ziel von **Paed.Check® J2** liegt in der Erfassung solcher Störungen und der **Überprüfung der altersgemäßen körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung**.

Für die J2 bitten wir Sie als **Eltern** erneut, **einen Fragebogen** ausfüllen. Dieser dient uns dazu, den familiären Hintergrund und Ihre Sicht auf die Entwicklung des Jugendlichen zu erfahren. Mit dem zweiten Fragebogen wenden wir uns wieder direkt an die Jugendlichen. Auch bei den Jugendvorsorgen wird der Impfpass auf Vollständigkeit nach der Schutzimpfungs-Richtlinie des G-BA geprüft. In diesem Alter sollten die **Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten und Kinderlähmung** sowie **gegen HPV (die z.B. Gebärmutterhalskrebs und Peniskarzinome verursachen)** schon komplett sein. Bei Bedarf können sie aber jetzt noch **nachgeholt** werden.

Zur J2 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 Ihre/n Jugendliche/n untersuchen. Sie sind nur dabei, wenn Ihr/e Jugendliche/r das wünscht. Eine **Blutentnahme** gehört nur dazu, wenn es **Hinweise auf Fettstoffwechselstörungen (z.B. erhöhtes Cholesterin), Schilddrüsenkrankheiten oder Mangelernährung** gibt. Die Ergebnisse der Untersuchung werden mit Ihrer Tochter/Ihrem Sohn und Ihnen besprochen und bei Bedarf weiterführende Maßnahmen erörtert. Sie werden über fehlende Impfungen aufgeklärt; mit 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 die/den Jugendliche/n**.

Bitte füllen Sie den Fragebogen auf der Rückseite aus!

Ihre Kinder- und Jugendarztpraxis

**Wir haben einige Fragen an Sie –
Sie entscheiden, was Sie beantworten wollen.**

Name des Jugendlichen:

Geburtsdatum:

Gab es seit der J1 bei ihr/ihm:

Bitte ankreuzen:

Erste Erkrankungen?	Nein	Ja
Krankenhausaufenthalte?	Nein	Ja
Operationen?	Nein	Ja
Schwere oder häufige Infekte?	Nein	Ja
Allergien?	Nein	Ja
Hört sie/er manchmal schlecht?	Nein	Ja
Hat sie/er Probleme mit dem Sehen?	Nein	Ja

Welche Schule/Ausbildungsstätte besucht sie/er?

Welche Klasse/welches Ausbildungsjahr?

Gibt es in der Schule/Ausbildung Probleme?	Nein	Ja
Fördermaßnahmen? (Förderunterricht, Nachhilfe, Nachteilsausgleich)	Nein	Ja
Sportbefreiung/Teilbefreiung?	Nein	Ja
Bewegt sie/er sich täglich mind. eine Stunde? (einschließlich Schulweg etc.)	Ja	Nein
Macht sie/er zusätzlich mind. eine halbe Stunde Sport am Tag? (i.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 Jugendliche/n insgesamt zufrieden?	Ja	Nein

Wie viele Personen leben in Ihrem Haushalt?

Welche?

Verwenden Sie im Haushalt Salz mit Jod? mit Fluorid? mit Folsäure?

Gibt es besondere Belastungen in Ihrer Familie? Nein Ja

Wenn ja: welche?

Gibt es in der Familie Cholesterinprobleme? Herzinfarkte unter 50 Jahren? Nein Ja

Ausgefüllt von Mutter Vater oder _____ am _____ (Datum)