

## 1 Monat

### Erinnern Sie sich noch?

Vor nur gerade vier Wochen hat das Leben zusammen mit Ihrem neugeborenen Kind seinen Anfang genommen. Heute können Sie sich vielleicht schon fast nicht mehr vorstellen, wie sie als Paar vorher in Zweisamkeit lebten! Viele Fragen und Ängste der ersten Stunden und Tage sind beantwortet bzw. haben sich gelegt. Neue Fragen und Unsicherheiten tauchen auf. Es ist ein ständiges Wechselbad der Gefühle. Verantwortungsvoll und voller Zuversicht möchten Sie Ihrem Kind Ihr Bestes geben. Ihr Kind lernt die Welt durch den sinnlichen Kontakt mit Ihnen und durch Sie kennen. Mit Ohren, Augen, Nase, Mund, Händen und Haut nimmt es seine Umwelt wahr. Aus dem Hören wird mit der Zeit ein Zuhören; aus dem Sehen wird ein Beobachten. Dies sind alles kleine Veränderungen, welche Aussenstehende kaum wahrnehmen, aber für Sie sind es grosse und wichtige Entwicklungsschritte. Ihr Kind macht in kürzester Zeit riesige Entwicklungsschritte und erobert sich seinen Platz in der Welt!



Überreicht von Ihrem Praxispädiater/Ihrer Praxispädiaterin

In der heutigen ersten Vorsorgeuntersuchung lernen Sie Ihren Praxispädiater kennen. Von ihm erfahren Sie, wieso es sinnvoll ist Vitamin-D zu geben. Er verabreicht das Vitamin-K und überprüft, ob der Hüftultraschall schon durchgeführt wurde und ergänzt ihn bei Bedarf. Ihre Fragen zur Ernährung und «plötzlicher Kindstod» werden diskutiert.



## 6 Jahre

Ein grosser Moment im Leben Ihres Kindes: der Schuleintritt steht bevor! Jetzt gilt es Ernst! Ihr Kind hat sich im Kindergarten die nötige Reife für die Schule angeeignet und kann es vielleicht kaum erwarten bis es das Klassenzimmer, die Lehrperson und die anderen Schüler gesehen hat. Stolz wird es, den Schulsack umgehängt, auf den Schulweg gehen und mit Eifer die ersten Hausaufgaben erledigen.

Damit dieses Ereignis ein freudiges und nachhaltiges Erlebnis für Ihr Kind wird, möchten Sie mit Ihrem Kinderarzt Fragen und Unsicherheiten rund um den Zeitpunkt der Einschulung und der Schulreife besprechen. Neben der Beurteilung der körperlichen und geistigen Entwicklung Ihres Kindes sollen auch das Gehör und die Sehschärfe geprüft werden.



## 12–15 Jahre

Durch die langjährige Bekanntschaft mit dem Kinderarzt konnte eine Vertrauensbasis aufgebaut werden, welche es erlaubt, mit dem Jugendlichen auch heikle und intime Fragen unter vier Augen zu besprechen. Viele Fragen um sein Selbstbild und sein Platz in der Erwachsenenwelt stürmen auf den Jugendlichen ein. Verlässliche Informationen und Orientierungshilfen können wichtige Bezugspersonen wie Kollegen und Kolleginnen, Lehrer und nicht zuletzt der Kinder- und Jugendarzt abgeben.



Die pädiatrischen



# Vorsorgeuntersuchungen in der Schweiz

Ihr Praxispädiater als kompetenter Begleiter  
Ihres Kindes für dessen Wachstum und Entwicklung

Prävention im Kinder- und Jugendalter von 0- bis 16-jährig

## Inhalte der Vorsorgeuntersuchungen

- Überwachung des Wachstums, der körperlichen und geistigen Entwicklung
- Frühzeitige Erfassung & Beratung bei Abweichungen des Wachstums und der Entwicklung

## Beratungen

- Ernährung, Ess- und Schlafverhalten, Erziehung, Selbstständigkeits- und Persönlichkeitsentfaltung, Verhalten, Unfallverhütung, Suchtgefahren
- Impfberatung
- Beratung und Hilfestellung bei Schulproblemen

Bei allen Vorsorgeuntersuchungen werden die Körpermasse erhoben, eine gründliche körperliche Untersuchung durchgeführt und das Kind bezüglich seines körperlichen und geistigen Entwicklungsstandes beurteilt.

## Zeitpunkt

### Schwerpunkte

#### 1 Monat

- gegenseitiges Kennenlernen
- Stillen, Ernährung
- Impfberatung
- Hüft-Ultraschall
- Vitami-D- & Vitamin K-Prophylaxe
- SIDS-Prävention (plötzlicher Kindstod)
- Herz-Kreislauf-System

- Beratung bei gestörtem Wohlbefinden und «3-Monats-Koliken»

- Erste Impfung

- evtl. Kontrolle der Hüftentwicklung

- Ernährungsberatung (Beginn Beikost?)

- Schlafverhalten

- Impfung

- Gehör (Hochtonrassel, Fragebogen)

- Beratung bzgl. «fremden»

- Zahnkariesprophylaxe

- Impfung



#### 12 Monate

- Spielverhalten (Beurteilung des geistigen und sozialen Entwicklungsstandes)

- Essverhalten

- fein- & grobmotorische Entwicklung

- Augenkontrolle (Schielen)

- Impfung

- Spielverhalten und Sprachentwicklung

- Selbstständigkeitsentwicklung, Ich-Entwicklung

- fein- & grobmotorische Entwicklung

- Ernährung, Essverhalten

- Impfung



#### 18 Monate

- Sprachentwicklung und Spielverhalten

- Persönlichkeitsentfaltung, Erziehungsfragen

- soziales Verhalten unter Kindern (Sozialkontaktabahnung)

- fein- & grobmotorische Entwicklung

- Impfkontrolle, evtl. Nachholimpfungen

- Sprache / Zeichnen

- Beurteilung des Eintritts in den Kindergarten

- Sehen

- Impfkontrolle, evtl. Nachholimpfungen



#### 6 Jahre

- Schulfreibeurteilung

- soziales Verhalten (Kindergarten)

- fein- und grobmotorische Entwicklung

- Sehen und Gehör

- Impfung

- Kontakt zum Jugendlichen vertiefen (Praxispädiater als Vertrauensperson!)

- Beratung zum Pubertätsbeginn

- Sportliche Tätigkeiten

- Bewegungsapparat: Wirbelsäule, Gelenke, Haltungssprobleme

- Zahnstellung

- Sehen und Gehör

- Grösse und Gewicht

- Prävention

- Sexuallaufklärung

- Suchtprävention (Rauchen, Alkohol, Drogen)

- AIDS, Hepatitis

- Beurteilung Pubertätsentwicklung

- Bewegungsapparat: Wirbelsäule, Gelenke, Haltungssprobleme

- Schul- und Berufsberatung

- Schlussimpfungen



#### 12–15 Jahre

