Kinder-Vorsorge-Untersuchungen (U1-J2)

Patienten-Ratgeber

InfectoPharm
Wissen wirkt.

pädia

Die Familienunternehmen InfectoPharm und Pädia gehören zu den führenden Herstellern von Medikamenten und Gesundheitsprodukten, insbesondere für Kinder. Für Groß und Klein entwickeln wir qualitativ hochwertige und innovative Präparate, um Ihnen die Therapie zu erleichtern und damit den Therapieerfolg zu verbessern.

Ärzte, Hebammen und Apotheker vertrauen auf die Qualität und Wirksamkeit unserer Präparate und schätzen unsere langjährige Erfahrung. Darum wird auch das umfangreiche Angebot unserer leicht verständlichen Service- und Informationsmaterialien für Patienten gerne genutzt.

Wir freuen uns sehr, wenn wir auch Sie und Ihre Familie mit diesem Ratgeber in der gegenwärtigen Situation unterstützen können und wünschen gute Besserung!

Ihre

Familie Zöller

Familie Zöller

Liebe Eltern,

die Gesundheit Ihres Kindes ist Ihnen und uns ein ganz besonderes Anliegen. In Deutschland werden in festgelegten Zeitabständen Untersuchungen durch den Kinder- und Jugendarzt empfohlen, bei denen der Entwicklungsstand Ihres Kindes vorsorglich überprüft wird.

Gerne möchten wir Ihnen mit diesem Ratgeber den Sinn und Zweck der Vorsorgeuntersuchungen U1 bis J2 näherbringen und Sie über die Vorgaben und den Ablauf genauer informieren. Mit dieser Broschüre können Sie sich in Ruhe zu Hause vorbereiten: Sie erfahren, was auf Sie und Ihr Kind zukommt und worauf der Kinder- und Jugendarzt bei den jeweiligen Untersuchungen besonders achtet.

Ihr Team von

InfectoPharm
Wissen wirkt.

pädia
Gesundheit – von Anfang an

Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern

Vom Neugeborenen bis zum Jugendlichen durchläuft Ihr Kind eine enorme Entwicklung. Gerade in den ersten Lebensmonaten und als Kleinkind erwirbt Ihr Kind in kürzester Zeit zahlreiche körperliche, geistige und auch soziale Fähigkeiten. Um diese Entwicklungsfortschritte im Blick zu behalten, wird in Deutschland eine Reihe von Vorsorgeuntersuchungen empfohlen. Sie dienen der möglichst frühzeitigen Erkennung von Entwicklungsstörungen und Krankheiten. Dabei legt der Arzt einen besonderen Fokus auf das Sehvermögen, die Zahngesundheit und den Impfstatus Ihres Kindes. Außerdem werden Sie zu den unterschiedlichsten Themen beraten, die für die jeweilige Lebensphase besonders wichtig sind.

Die Untersuchungen finden – angepasst an die Entwicklungsgeschwindigkeit – in festgelegten, immer größer werdenden Zeitabständen statt. Bis zur Vollendung des sechsten Lebensjahres hat Ihr Kind einen gesetzlichen Anspruch auf Untersuchungen zur Früherkennung von Krankheiten, die die körperliche und geistige Entwicklung gefährden.

Vom Neugeborenen bis zum Schulkind

Die Vorsorgeuntersuchungen heißen auch U-Untersuchungen. Davon gibt es insgesamt zehn, nämlich die U1 bis U9 und die U7a. Die Kosten dafür müssen von den gesetzlichen und privaten Krankenkassen oder dem Sozialamt getragen werden, sofern sie im vorgegeben Zeitrahmen stattfinden.

Nutzen Sie diese Chance!

Im Schulalter kann Ihr Kind zwei weitere Vorsorgetermine wahrnehmen, die U10 und die U11. Diese Untersuchungen werden allerdings nicht von allen Krankenkassen erstattet. Ergänzend zu den U-Untersuchungen besteht in der Pubertät erneut ein Anspruch auf eine kostenlose Vorsorgeuntersuchung, die sogenannte Jugendgesundheitsuntersuchung J1. Für Teenager von 16 bis 17 Jahren gibt es zusätzlich die J2, die allerdings genau wie die U10 und die U11 nur von bestimmten Krankenkassen bezahlt wird.

Hinweis für Eltern: Halten Sie daher mit Ihrem betreuenden Arzt zum Thema Erstattung Rücksprache.

Wie läuft eine U-Untersuchung ab?

Jede U-Untersuchung beginnt mit einer **Anamnese**. Darunter versteht man ein fachliches Gespräch, bei dem Informationen erfragt werden, die aus medizinischer Sicht wichtig sind oder werden können. Die Fragen können Ihr Kind und Sie selbst, Ihre Familie, Schwangerschaft und Geburt, aber auch das soziale Umfeld betreffen.

Danach untersucht der Kinder- und Jugendarzt Ihr Kind körperlich durch Betrachtung (Inspektion), Abhören (Auskultation) und/oder Abtasten (Palpation) und führt gegebenenfalls weitere spezielle Untersuchungen durch. Besonders achtet der Arzt auf die Augen (ab U2) und Zähne (ab U5) Ihres Kindes. Auch das Körpergewicht und die -größe werden bei jeder Untersuchung bestimmt und alle Ergebnisse und Befunde dokumentiert.

Abschließend erfolgt eine ärztliche **Beratung** zu Themen, die im jeweiligen Lebensalter Ihres Kindes wichtig sind, zum Beispiel:

> Ernährungs- und Verhaltenstipps,
> Hinweise zur Vermeidung des plötzlichen Kindstods,
> Empfehlungen zu medizinischen Vorbeugungsmaßnahmen,
> die Impfberatung (ab U3)
> und die Zahnpflege (ab U5).

Bei Bedarf erhalten Sie in der Arztpraxis zusätzliche Informationen zu weiteren Themen und haben immer auch die Möglichkeit, Ihre ganz persönlichen Sorgen und Probleme anzusprechen.

Das Gelbe Checkheft

Kurz nach der Entbindung erhalten Sie in der Geburtsklinik bzw. von Ihrer Hebamme das gelbe Kinderuntersuchungsheft, kurz das „Gelbe Checkheft". Es ist wichtig, dass Sie das Heft zu jeder U-Untersuchung mitbringen. So kann sich Ihr Kinderarzt schnell einen Überblick über die Entwicklung Ihres Kindes verschaffen und den Fortschritt besser beurteilen.

Das Gelbe Checkheft dokumentiert alle Ergebnisse und Befunde der Vorsorgeuntersuchungen.

Außerdem enthält das Gelbe Checkheft eine **Teilnahmekarte**. Darauf bestätigt Ihnen der Kinder- und Jugendarzt die Teilnahme an der jeweiligen U-Untersuchung durch Datum, Unterschrift und Stempel. Die Karte ist herausnehmbar und kann bei Bedarf bei Behörden, Kindertagesstätten, Schulen und Jugendämtern als Teilnahmebeleg genutzt werden. Zukünftig soll die Vorlage der Teilnahmekarte außerdem genügen, um die vom Infektionsschutzgesetz geforderte ärztliche Beratung zu einem vollständigen und altersgemäßen Impfschutz nachzuweisen. Diese Beratung findet im Rahmen der U-Untersuchungen U3 bis U9 statt.

Sie haben keinerlei Verpflichtung, Anderen eine genauere Einsicht in das Kinderuntersuchungsheft zu gewähren. Somit werden die vertraulichen Gesundheitsdaten aus den Untersuchungen geschützt.

Alt

Neu

Was ist neu? Neben der Teilnahmekarte enthält das umstrukturierte Gelbe Heft seit 1. September 2016 noch einige andere Neuerungen. Die U-Untersuchungen wurden durch ein Expertenteam inhaltlich überprüft, teilweise verändert und erweitert. Beispielsweise werden nun einleitend jede der U-Untersuchungen und ihre Schwerpunkte kurz beschrieben. Außerdem bietet ein Bemerkungsfeld Platz für individuelle ärztliche Empfehlungen. Für Beobachtungen, die Sie im Vorfeld zu Hause machen, oder Fragen, die Sie gerne bei der nächsten Untersuchung stellen möchten, ist in einem Notizfeld genügend Platz vorgesehen.

Neu ist zudem die erweiterte Beratung durch Ihren Kinder- und Jugendarzt zu bestimmten Gesundheitsthemen wie Zahnpflege und Impfschutz. Außerdem erhalten Sie bei den ersten U-Untersuchungen Informationen über regionale Unterstützungsange-

bote wie Eltern-Kind-Hilfen und Frühe Hilfen. Die Möglichkeit der Untersuchung Ihres Neugeborenen auf Mukoviszidose ist ebenfalls neu.

Zwei Hefte? Falls bei Ihrem Kind bereits U-Untersuchungen durchgeführt und im alten Gelben Checkheft eingetragen wurden, bekommen Sie bis zur U6 dennoch das neue Gelbe Checkheft. Sie sollten dann zu jedem weiteren Vorsorgetermin **beide** Hefte mitbringen, da die Daten nicht übertragen werden. Ab der U7 erfolgt die Dokumentation auf separaten Einlegeblättern, die in das bestehende Kinderuntersuchungsheft eingeklebt werden.

Das grüne Checkheft

Zusätzlich zum Gelben Kinderuntersuchungsheft können Sie als Eltern auch ein grünes Checkheft von Ihrem Kinder- und Jugendarzt erhalten. Dieses Gesundheits-Checkheft des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) dient der Dokumentation von Vorsorgeuntersuchungen, die über die vom Gemeinsamen Bundesausschuss vorgesehenen (U1–U9, J1) hinausgehen und daher nicht von allen Krankenkassen unterstützt werden. Es handelt sich um die Früherkennungsuntersuchungen U10, U11 und J2. Wie auch für das Gelbe Checkheft gilt, dass Sie niemandem die vertraulichen medizinischen Inhalte zeigen müssen.

Das grüne Checkheft dokumentiert die zusätzlichen Untersuchungen U10, U11 und J2.

Rechtliche Grundlagen und Richtlinien

Die rechtlichen Grundlagen zu Früherkennungsuntersuchungen bei Kindern und Jugendlichen bildet der §26 des SGB V im Sozialgesetzbuch. Der Inhalt des Kinderuntersuchungsheftes (U1 bis U9) richtet sich genau nach der „Richtlinie über die Früherkennung von Krankheiten bei Kindern", kurz Kinder-Richtlinie, die vom Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) beschlossen wurde. Sie beinhaltet neben der Anspruchsberechtigung für Kinder bis sechs Jahre auch Vorgaben zum Untersuchungszeitraum, -aufbau, -umfang sowie den Untersuchungsmethoden. Im ambulanten Bereich sollen diese seit 1. Januar 2017 für alle gesetzlich Versicherten umgesetzt werden.

Die rechtliche Grundlage für die Früherkennungsuntersuchungen von Krankheiten bei Jugendlichen nach Vollendung des zehnten Lebensjahres stellt die „Richtlinie zur Jugendgesundheitsuntersuchung" des G-BA dar. Sie regelt die Bestandteile der J1. Nur die Vorsorgeuntersuchungen U1 bis U9 und J1 werden bisher vom Gesetzgeber empfohlen und müssen daher von allen Krankenkassen erstattet werden.

Regelungen in den Bundesländern

Bislang sind nur in Hessen, Bayern und Baden-Württemberg die U-Untersuchungen U1 bis U9 verpflichtend. Die übrigen Bundesländer schreiben die Teilnahme zwar nicht vor, versenden aber schriftliche Einladungen und informieren die Jugend- und Gesundheitsämter spätestens nach vier Wochen bei nicht erfolgter Teilnahme. Diese Kontrollmaßnahme dient dem Kindeswohl und soll neben der Früherkennung von Krankheiten zur Aufdeckung von Vernachlässigung und Kindesmissbrauch beitragen.

Die Kinder-Vorsorgeuntersuchungen im Überblick

Baby

- U1: direkt nach der Geburt
- U2: 3.–10. Lebenstag
- U3: 4.–5. Lebenswoche
- U4: 3.–4. Lebensmonat
- U5: 6.–7. Lebensmonat
- U6: 10.–12. Lebensmonat

Kleinkind

- U7: 21.–24. Lebensmonat
- U7a: 34.–36. Lebensmonat
- U8: 46.–48. Lebensmonat
- U9: 60.–64. Lebensmonat

Schulkind

- U10: 7.–8. Lebensjahr
- U11: 9.–10. Lebensjahr

Jugendlicher

- J1: 12.–14. Lebensjahr
- J2: 16.–17. Lebensjahr

U1 bis U6 – Untersuchungen für Ihr Baby

Im ersten Lebensjahr entwickelt sich Ihr Baby schnell und lernt ständig Neues. Es sieht, hört und versteht immer mehr, beginnt zu lachen, zu krabbeln und steht irgendwann. Vielleicht spricht es erste Worte und probiert womöglich sogar schon einige Schritte. Mit Zuneigung, Liebe und reichlich Zeit hat ein gefördertes Kind die Möglichkeit, die Umgebung mit allen Sinnen zu entdecken und sich zu entwickeln.
Zu hohe Erwartungen könnten ein Kind eher überfordern.

Eine Norm oder exakte Zeitpunkte, wann Ihr Kind welche Fähigkeiten besitzen muss, gibt es nicht.

Von der Geburt bis zum ersten Geburtstag stehen insgesamt sechs U-Untersuchungen an, in denen die Gesundheit und die Entwicklung Ihres Babys durch Ihren Kinderarzt überprüft werden sollten. Durch diese Untersuchungen erhalten Eltern Informationen und auch Sicherheit zum zeitgerechten Entwicklungsstand ihrer Babys.

> U1: direkt nach der Geburt

Die allererste U-Untersuchung ist das Neugeborenen-Screening, das unmittelbar nach der Geburt von Arzt oder Hebamme durchgeführt wird. Vorrangige Ziele sind, sicherzugehen, dass Ihr Neugeborenes die Geburt gut überstanden hat sowie behandlungsbedürftige Zustände und äußere Fehlbildungen sofort zu erkennen. Über die Sauerstoffversorgung des Neugeborenen während der Geburt gibt der pH-Wert des Blutes aus der Nabelschnur Auskunft. Fünf und nochmals zehn Minuten nach der Geburt wird der sogenannte *Apgar*-Wert bestimmt. Dieser ermöglicht eine Aussage über die Funktion der wichtigsten Organe und den allgemeinen Gesundheitszustand. Dazu werden die Atmung (Lungenfunktion), der Puls (Herzfrequenz), der Grundtonus (Muskulatur), das Aussehen (Hautfarbe, Durchblutung) und wichtige Reflexe überprüft. Außerdem wird Ihr Neugeborenes gewogen und gemessen und mit Vitamin K,

das für die Blutgerinnung wichtig ist, versorgt. Die Vitamin K-Prophylaxe wird in der U2 und der U3 fortgesetzt.

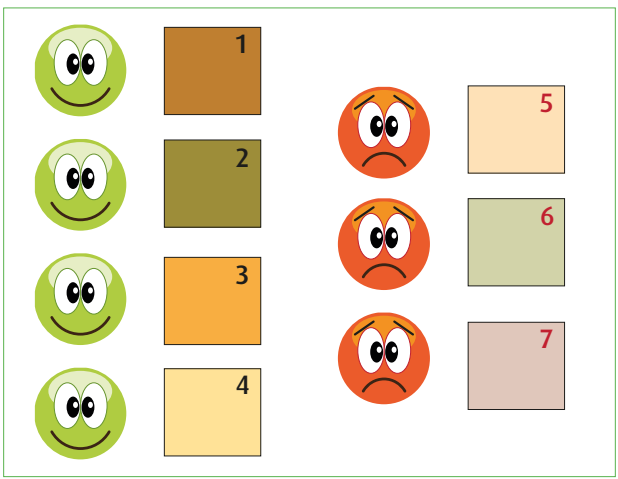
Innerhalb der nächsten drei Tage haben Sie darüber hinaus die Möglichkeit, drei weitere wichtige und für Sie völlig kostenfreie Tests bei Ihrem Kind durchführen zu lassen. Das erweiterte Neugeborenen-Screening untersucht auf angeborene Stoffwechseldefekte und hormonelle Störungen. Dazu genügen einige Tropfen Blut, die gleichzeitig für das vom Robert-Koch-Institut empfohlene Screening auf Mukoviszidose verwendet werden können. Mukoviszidose ist eine Erbkrankheit, in deren Verlauf sich in den Atemwegen zäher Schleim bildet. Weiterhin können Sie sich für einen völlig schmerzfreien Hörtest entscheiden, bei dem Ihr Kind sogar schlafen kann. Zu jeder dieser drei Untersuchungen erhalten Sie ausführliche Informationsblätter.

> U2: 3.–10. Lebenstag

Auf die Neugeborenen-Erstuntersuchung folgt die Neugeborenen-Basisuntersuchung – die U2. Sie kann noch in der Geburtsklinik stattfinden oder so bald wie möglich nach der Entlassung beim Kinderarzt. Das Neugeborene wird von Kopf bis Fuß gründlich untersucht. Dabei werden sämtliche Organe, das Skelett und das Nervensystem in Augenschein genommen. Angeborene Erkrankungen und Fehlbildungen wie z. B. Herzfehler können bereits jetzt erkannt und lebensbedrohliche Komplikationen somit vermieden werden. Mit der U2 beginnen auch die Augenuntersuchungen, die bis zur U9 in zunehmendem Umfang durchgeführt werden. Bei U2 und U3 beschränken sie sich auf Tests zur Erkennung von Augenzittern (Nystagmus) und strukturellen Auffälligkeiten wie weiß

erscheinenden Pupillen (Leukokorie) sowie die Prüfung im durchfallenden Licht, bei der ein Grauer Star (Katarakt) durch eine Trübung auffällt. Bei manchen Augenerkrankungen ist die frühzeitige Diagnose und Therapie wichtig, um langfristige Schäden zu vermeiden. Weiterhin wird Sie der Kinderarzt zur Vorbeugung von Knochenerkrankung mit Vitamin D und zur Flourid-Prophylaxe für die Zahnhärtung beraten.

Von der U2 bis zur U4 wird außerdem mithilfe einer Farbkarte die Stuhlfarbe Ihres Neugeborenen erfragt. Entfärbter Stuhl kann ein Hinweis auf Störungen der Leber und der Gallenwege sein. Achten Sie als Eltern besonders innerhalb des ersten Lebensmonats auf die Stuhlfarbe, unangenehm riechenden, stark gelben Urin und eine Gelbfärbung der Haut (Gelbsucht).



> U3: 4.–5. Lebenswoche

Ihr Baby ist inzwischen etwa einen Monat alt, hat schon die erste Phase seines Lebens als Neugeborenes überstanden und Sie können erste Entwicklungsschritte beobachten. Grob- und Feinmotorik sind jetzt soweit ausgeprägt, dass Ihr Baby sein Köpfchen in Bauchlage kurz anheben kann und schon manchmal spontan die Hände öffnet. Der Kinderarzt wird Ihren Säugling auch wieder körperlich untersuchen und diesmal die Hüftgelenke mit Ultraschall prüfen, damit eventuelle Fehlstellungen rechtzeitlich behandelt werden können. In der Beratung geht es vor allem darum, wie Sie das Risiko eines plötzlichen Kindstods minimieren, Unfälle vermeiden und mit einem Schreibaby umgehen können.

Zudem wird in der U3 zum ersten Mal das Thema Impfen angesprochen. Wann welche Impfung stattfinden sollte, können Sie dem Impfkalender der Ständigen Impfkommission (STIKO) entnehmen. Bei Impfungen, die parallel zu Vorsorgeuntersuchungen stattfinden können, ist die jeweilige U-Untersuchung in der Übersicht vermerkt. Die Kombination von U-Untersuchung und Impfung erspart Babys und Eltern einen zusätzlichen Arzt-Termin und wird daher angestrebt.

> U4: 3.–4. Lebensmonat

Zum Zeitpunkt der U4 ist Ihr Baby wahrscheinlich schon deutlich aktiver und mobiler als zuvor. Es lernt allmählich zu greifen, lächelt und reagiert auf Sie. Außerdem gibt es eigene Laute von sich und beginnt zu brabbeln. Durch häufiges Sprechen und Singen können Sie Ihr Kind in der Sprachentwicklung fördern. Der Kinderarzt beurteilt die körperliche und geistige Entwicklung und untersucht, ob

die Knochenlücke am Kopf Ihres Babys (Fontanelle) groß genug für das weitere Schädelwachstum ist. Auch das Hör- und Sehvermögen wird erneut überprüft. Der Arzt wird Sie darauf hinweisen, dass spätestens jetzt die erste Impfung erfolgen sollte.

> U5: 6.–7. Lebensmonat

Im Vordergrund der U5 stehen Beweglichkeit und Körperbeherrschung Ihres Babys. Grob- und feinmotorische Fähigkeiten sind nun soweit ausgeprägt, dass Ihr Baby sich in Bauchlage auf seinen Armen abstützen und gezielt nach Gegenständen greifen kann. In diesem Alter brechen nach und nach die ersten Milchzähne durch. Bei der Zahnung können Schmerzen auftreten, welche die Kinder durch das Herumbeißen auf Gegenständen zu lindern versuchen. Der Kinderarzt berät Sie zum Thema Zahnpflege, Fluorid-Prophylaxe und Mundhygiene.

Neben der körperlichen schreitet auch die sprachliche Entwicklung voran. Aus einzelnen Lauten können jetzt mehrsilbige Lautketten wie „dei-dei-dei“ werden. Manche Kinder beginnen in diesem Alter mit dem Fremdeln und verhalten sich unterschiedlich, wenn bekannte oder aber unbekannte Personen in ihrer Nähe sind. Auf die Eltern-Kind-Beziehung wird der Kinderarzt ab jetzt bei jeder U-Untersuchung achten. Wie immer legt der Arzt auch Wert auf das Sehvermögen und überprüft im Rahmen der U5 mithilfe eines Augenspiegels, ob das Baby schielt. Außerdem kommt das Thema UV-Schutz zur Sprache.

> U6: 10.–12. Lebensmonat

Die U6 wird auch als Einjahresuntersuchung bezeichnet. Ihr Baby ist nun etwa ein Jahr alt und hat viele Fortschritte gemacht. Es kann inzwischen sitzen, sich in den Stand hochziehen, robben oder krabbeln. Vielleicht kann Ihr Baby auch schon selbstständig aus einem Becher trinken, Laute nachahmen und doppelsilbige Wörter wie „da-da“ oder „Mama“ bilden. Sie sollten die Sprachentwicklung unbedingt fördern.

Weiterhin ist die Zahnung sowie die Mundhygiene ein Thema. Außerdem sollte im Rahmen der U6 der Impfstatus überprüft und Wiederholungsimpfungen durchgeführt werden. Nach der U6 dauert es fast ein Jahr, bis die nächste U-Untersuchung ansteht.

U7 bis U9 – Untersuchungen für Ihr Kleinkind

Seit der letzten U-Untersuchung ist viel Zeit vergangen, in der sich Ihr Kind vom Baby zum Kleinkind weiterentwickelt hat. Die Zahnung ist vermutlich vorangeschritten. Schon bald wird sich das Milchzahngebiss vervollständigen. Nachdem der erste Schritt getan war, hat Ihr Kind schon bald das Laufen gelernt. Im Laufe der nächsten knapp vier Jahre wird sich der Wortschatz Ihres Kleinkindes deutlich erweitern und sein soziales Verhalten, z. B. beim Spielen im Kindergarten, entwickeln. Die Fortschritte verlaufen ab der U7 insgesamt langsamer, sodass die Vorsorgeuntersuchungen nicht mehr so häufig stattfinden müssen.

> U7: 21.–24. Lebensmonat

Nach fast einem Jahr Pause wird es Zeit für die Zweijahresuntersuchung. Die Entwicklungsfortschritte, die Ihr Kind seit der letzten Untersuchung gemacht hat, werden nun durch den Kinderarzt überprüft. Ihr Kind sollte jetzt in der Lage sein, mindestens zehn Wörter zu sprechen, zu laufen und auch Treppenstufen hinunterzugehen. Spielerisch wird der Arzt auch die feinmotorischen, sozialen, geistigen und kognitiven Fähigkeiten untersuchen.

Impfen

Die Grundimmunisierung durch das Impfen gemäß STIKO ist normalerweise nach der U7 abgeschlossen. Sollte Ihr Kind zu diesem Zeitpunkt noch keinen vollständigen Impfschutz haben, besteht die Möglichkeit, die noch fehlenden Impfungen nachzuholen.

> U7a: 34.–36. Lebensmonat

Die U7a ist noch nicht lange Teil der kostenlosen U-Untersuchungsreihe. Sie sollten diese Chance nutzen und Ihr Kind auch **mit knapp drei Jahren** vorsorglich untersuchen lassen. Kleinkinder in diesem Alter sollten von sich in der Ich-Form sprechen, Freude daran haben mit anderen Kindern zu spielen und sich viel bewegen. Die körperliche Untersuchung findet wie gewohnt statt. Ausführlicher als sonst werden diesmal aber die Augen unter die Lupe genommen. Durch mehrere **Sehtests** überprüft der Kinderarzt das räumliche Sehvermögen sowie das beidseitige und Rechts-Links-Sehen. Die Beschaffenheit

von Zähnen und Kiefer werden ebenfalls erneut untersucht. Zusätzlich erfolgt im Rahmen dieser U-Untersuchung eine Beratung über die Rolle der Medien wie Fernseher, Internet und Spielekonsolen.

> U8: 46.–48. Lebensmonat

Zum Zeitpunkt der U8 ist Ihr Kind fast vier. Kleinkinder in diesem Alter spielen viel mit anderen Kindern, z. B. im Kindergarten. Sie malen, erzählen Geschichten und stellen viele Fragen. Wenn Ihr Kind **Verhaltensauffälligkeiten** beim Umgang mit anderen Kindern oder gegenüber Erzieherinnen oder Ihnen zeigt, sprechen Sie dies ruhig einmal bei Ihrem Kinderarzt an.

Neben vielen bekannten Untersuchungen findet bei der U8 auch ein **Hörtest** statt. Außerdem wird eine Urinprobe unter anderem auf Blutbestandteile, Eiweiß, Zucker und Bakterien

untersucht und häufig wird der Blutdruck gemessen.

Im Rahmen der U-Untersuchungsreihe wird auch auf Risikofaktoren für einen Diabetes Typ 2, wie Bewegungsmangel und Übergewicht, geachtet. Diabetes mellitus bedeutet wörtlich „honigsüßer Durchfluss", weil im Urin der Patienten krankhaft erhöhte Zuckermengen nachweisbar sind. Die Stoffwechselkrankheit Diabetes kann durch gesunde Ernährung und körperliche Bewegung positiv beeinflusst werden und ist heute gut behandelbar. Ein nicht erkannter oder nicht behandelter Diabetes kann dagegen ernsthafte Folgen bis hin zum Tod haben.

> U9: 60.–64. Lebensmonat

Die U9 ist die letzte U-Untersuchung, bei der die Ergebnisse und Befunde im Gelben Checkheft dokumentiert werden. Ihr Kind ist nun fast sechs Jahre alt und steht kurz vor der Einschulung. Im letzten Kindergartenjahr lernen die Kinder noch einmal viel dazu. Sie entwickeln viel Fantasie und eigene Interessen und haben ihre ganz persönlichen Freuden und Ängste.

Der Kinderarzt achtet bei dieser sehr umfangreichen Untersuchung auf Fähigkeiten, die in der Grundschule wichtig werden, wie Beweglichkeit und Geschick, z. B. beim Malen oder Basteln, aber auch soziales Verhalten, Denk- und Wahrnehmungsvermögen. Anhand seiner den Entwicklungsstatus betreffenden Beobachtungen kann er eine unverbindliche Empfehlung für oder gegen die Einschulung Ihres Kindes aussprechen. Eine verständliche Aussprache ist im Schulalltag wichtig und Sprachstörungen wie Stottern sollten logopädisch behandelt werden.

Um den vollständigen Impfschutz aufrechtzuhalten, können bei der U9 auch Auffrischimpfungen durchgeführt werden.

U10 bis U11 – Untersuchungen für Schulkinder

Nach der U9 ist nur noch eine weitere Früherkennungsuntersuchung für alle gesetzlich Versicherten vorgesehen, nämlich die Jugendgesundheitsuntersuchung J1.

Zwischen der U9 und der J1 liegen allerdings über sechs Jahre.

Dem Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) ist das zu lange. Daher empfiehlt der BVKJ mit der U10 und der U11 zwei zusätzliche U-Untersuchungen im Schulalter, auch wenn diese nicht von allen Kassen bezahlt werden.

Kinder wachsen schnell – und Eltern mit ihren Aufgaben.

> U10: 7.–8. Lebensjahr

Ihr Kind ist zum Zeitpunkt der U10 bereits in der Schule. Mit der Schulzeit beginnt eine entscheidende Entwicklungsphase im Leben Ihres Kindes. Beim Kinder- und Jugendarzt im Rahmen der U10 einen sogenannten **Grundschulcheck** durchführen zu lassen ist daher besonders sinnvoll. Die Schwerpunkte dieser Vorsorgeuntersuchung liegen in der Erkennung von Entwicklungsstörungen, die häufig erst nach dem Schuleintritt deutlich werden, wie z. B. einer Lese-Rechtschreib- oder Rechenstörung.

Außerdem wird die motorische Entwicklung betrachtet und bewertet und auf Verhaltensstörungen wie z. B. ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Syndrom) geachtet. Ein weiterer Bestandteil der U10 ist der sogenannte Mannheimer Elternfragebogen (MEF). Er enthält zwischen 60 und 70 Aussagen, die Sie mit „stimmt" oder „stimmt nicht" beantworten können und die dem Arzt einen umfassenden Überblick über den seelischen Zustand und das Verhalten Ihres Kindes liefern.

Bei der körperlichen Untersuchung wird unter anderem auf Zahn-, Mund- und Kieferanomalien geachtet. Auch Routineuntersuchungen wie Wiegen, Messen von Körpergröße und Blutdruck, Hör- und Sehtests sowie Urinuntersuchungen können stattfinden. Neu in dieser Untersuchung ist die Beurteilung der Geschlechtsreife anhand von Kriterien wie Körperbehaarung, Entwicklung der weiblichen Brust und der Genitalien.

Wie immer sollte der Kinder- und Jugendarzt außerdem den Impfstatus Ihres Kindes überprüfen und bei Bedarf auch auf Ihre persönlichen Fragen und Sorgen eingehen. Auch eine

Medienberatung könnte in diesem Alter für Ihr Kind sinnvoll sein.

Das Problem bei dieser U-Untersuchung ist, dass sie bisher nicht von allen Krankenkassen erstattet wird. Erkundigen Sie sich daher rechtzeitig, wie es in Ihrem Fall aussieht.

> U11: 9.–10. Lebensjahr

Der Schülercheck soll gegen Ende der Grundschulzeit, also zeitnah zum Schulwechsel stattfinden. Er verläuft ähnlich wie der Grundschulcheck. Die einzelnen Schwerpunkte kann der Arzt individuell setzen. Normalerweise wird nach Schulleistungs-, Sozialisations- und Verhaltensstörungen gefragt. Außerdem kann, je nach Bedarf, eine Beratung zum Thema Ernährung, Bewegung, Stressabbau, Sucht und/oder Medien erfolgen. Diese U-Untersuchung wird nicht von allen Krankenkassen erstattet.

J1 bis J2 – Untersuchungen für Jugendliche

Seit der letzten U-Untersuchung hat sich Ihr Kind zum Jugendlichen entwickelt. Alle Vorsorgeuntersuchungen, die nach Vollendung des 10. Lebensjahres stattfinden, werden daher mit dem Buchstaben „J" bezeichnet und neu nummeriert. Das oberste Ziel dieser Jugendgesundheitsuntersuchungen ist es, durch die Früherkennung von psychischen und psychosozialen Risikofaktoren sowie gesundheitsgefährdenden Verhaltensweisen eine Fehlentwicklung in der Pubertät zu verhindern.

Eine wichtige Neuerung ist, dass die Jugendlichen bei diesen Vorsorgeuntersuchungen die Möglichkeit haben, alleine, das heißt in Abwesenheit ihrer Eltern, vertrauensvoll mit dem Kinder- und Jugendarzt zu sprechen.

> J1: 12.–14. Lebensjahr

Die J1 ergänzt die zehn U-Untersuchungen, die vom Gesetzgeber empfohlen werden und daher allen Versicherten kostenlos zur Verfügung stehen. Teenager haben oft ähnliche gesundheitliche Probleme wie Erwachsene, nämlich Bewegungsmangel, falsche Ernährung und seelischen Stress. Mit einigen Themen beschäftigen sie sich aber ganz besonders. Viele davon betreffen die Pubertät und Sexualität. Die Aufklärung, insbesondere zum Thema Verhütung von Schwangerschaften und sexuell übertragbaren Erkrankungen z. B. HIV oder Syphilis, ist wichtig. Bei Jungen setzt in diesem Alter der Stimmbruch ein, bei Mädchen die Monatsblutung und das Brustwachstum. Teenager kommen in Kontakt mit Alkohol, Zigaretten oder Drogen und haben oft unreine Haut sowie individuelle, soziale

Probleme. Für Jugendliche kann der Arzt auch bei diesen Themen ein guter Ansprechpartner sein.

Impfen

Im Rahmen der J1 können außerdem Auffrischimpfungen durchgeführt werden. Für Mädchen im Alter von 9 bis 14 Jahren empfiehlt die STIKO zur Senkung des Risikos für Gebärmutterhalskrebs die Impfung gegen HPV (humane Papilloma-Viren). Wichtig ist, dass die beiden Impfdosen im Abstand von 5 Monaten verabreicht werden und dass die Impfserie noch vor dem ersten Geschlechtsverkehr abgeschlossen ist. Auch für Jungen wird die HPV-Impfung seit neustem von der STIKO empfohlen.

> J2: 16.–17. Lebensjahr

Im späten Jugendalter kann eine letzte Früherkennungsuntersuchung dieser Art stattfinden, die Jugendgesundheitsuntersuchung J2. Der Fokus der J2 liegt auf der Erkennung und Behandlungseinleitung von Pubertäts- und Sexualitäts- sowie Sozialisations- und Verhaltensstörungen. Weiterhin führt der Kinder- und Jugendarzt körperliche Untersuchungen im Hinblick auf Haltungsstörungen, Schilddrüsenerkrankungen (Kropfbildung) und Diabetes durch. Bei der Beratung können Themen wie Sucht, Gewalt, Ernährung, HIV- und UV-Schutz, aber auch Partnerschaft und Familie und die Berufswahl zur Sprache kommen. Die J2 ist eine gute Möglichkeit für einen letzten Gesundheits-Check-Up vor der Volljährigkeit, wird jedoch nicht von allen Krankenkassen erstattet.

Für Erwachsene besteht dann erst ab dem vollendeten 35. Lebensjahr wieder alle zwei Jahre ein Anspruch auf eine ganzheitliche Gesundheitsuntersuchung.

Wir empfehlen Ihnen, zumindest alle kostenfreien Kinder-Vorsorgeuntersuchungen wahrzunehmen, damit Entwicklungsstörungen und Erkrankungen bei Ihrem Kind frühestmöglich erkannt und behandelt werden können.

Fazit – Wissen auf den Punkt gebracht

> Sinn und Zweck von Vorsorgeuntersuchungen

Das Ziel der Kinder-Vorsorgeuntersuchungen U1 bis J2 ist das frühzeitige Erkennen von Krankheiten und Entwicklungsstörungen Ihres Kindes. Durch frühe Diagnose ergeben sich bessere Behandlungsmöglichkeiten.

> Rechtlicher Anspruch und Erstattung

Bis zum sechsten Lebensjahr hat jedes Kind den Anspruch auf Früherkennungsuntersuchungen. Neben den Untersuchungen U1 bis U9 sieht der Gemeinsame Bundesausschuss auch die Jugendgesundheitsuntersuchung J1, eine Untersuchung im Jugendalter vor. Weitere Vorsorgeuntersuchungen wie die U10, U11 und J2 werden vom Bundesverband der Kinder- und Jugendärzte empfohlen, müssen aber nicht zwingend von den Krankenkassen finanziert werden.

> Ablauf und Dokumentation

Jede U-Untersuchung beginnt mit einer Befragung, durch die der Arzt medizinisch bedeutsame Informationen erhält. Darauf folgen die körperliche Untersuchung des Kindes z. B. mit Fokus auf Augenerkrankungen, sowie die Dokumentation aller Ergebnisse und Befunde (im gelben Kinderuntersuchungs- oder grünen Gesundheits-Checkheft). Je nach Bedarf berät Sie der Kinder- und Jugendarzt abschließend zu Themen wie Zahnpflege, Impfschutz oder auch Sexualität.

Unsere Tipps für Sie – das Wichtigste zum Schluss

> Nutzen Sie die Chance und nehmen Sie alle kostenlosen U-Untersuchungstermine (U1 bis U9 und J1) wahr.

> Halten Sie unbedingt die dafür vorgesehenen Zeiträume ein, damit es keine Probleme bei der Erstattung gibt.

> Erkundigen Sie sich darüber hinaus bei Ihrer Krankenkasse über die Erstattung von weiteren Früherkennungsuntersuchungen (U10, U11 und J2).

> Bereiten Sie sich in Ruhe auf die Termine vor und notieren Sie ungewöhnliche Beobachtungen bei Ihrem Kind.

> Bringen Sie das gelbe bzw. grüne Heft zu jeder Vorsorgeuntersuchung Ihres Kindes mit.

> Achten Sie auf die Zahngesundheit Ihres Kindes und lassen Sie Ihr Kind durch Impfungen effektiv vor Infektionen schützen.

> Wenden Sie sich mit Sorgen und Problemen, die Ihr Kind betreffen, an Ihren Kinder- und Jugendarzt.

Mein Merkzettel für die Apotheke

Weitere Ratgeber

Für die unterschiedlichsten Themenbereiche bieten wir Ihnen weitere Ratgeber an. Fragen Sie Ihre Hebamme, Ihren Arzt oder Apotheker.

Zusätzlich haben wir im Angebot auch einige fremdsprachigen Ratgeber:

Kopfläuse (englisch, türkisch, russisch, französisch, arabisch, persisch); Krupp (türkisch); Madenwürmer (englisch, türkisch, französisch, persisch, arabisch); Säuglingskoliken (türkisch)

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Broschüre hilfreiche Informationen über die verschiedenen Früherkennungsuntersuchungen vom Babyalter bis zur Pubertät geben konnten.

Falls Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihren Kinder- und Jugendarzt.

Diese Broschüre wurde überreicht durch:

Praxis-/Apothekenstempel

P6501722-02-0719

Hinweis: Der Inhalt dieser Broschüre dient ausschließlich der Information und kann keinesfalls die ärztliche Beratung ersetzen. Bei speziellen Fragen suchen Sie bitte den Arzt auf.

InfectoPharm Arzneimittel und Consilium GmbH · Pädia GmbH
Von-Humboldt-Str. 1 · 64646 Heppenheim · www.infectopharm.com · www.pädia.de

InfectoPharm Wissen wirkt. pädia