



Zum Check-up gehört auch das Abhören und Abtasten der inneren Organe.



Die Vorsorgeuntersuchungen

In den ersten fünf Lebensjahren sollte jedes Kind neunmal kinderärztlich untersucht werden. Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen.



AUCH wenn ein Kind gesund zu sein scheint, sollten seine Eltern die von der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen nicht weglassen. Bei diesen Check-ups untersucht die Kinderärztin oder der Kinderarzt das Kind nicht nur körperlich, sondern kontrolliert auch, ob es sich altersentsprechend entwickelt. Je früher eine Fehlentwicklung oder Störung festgestellt werden kann, desto früher können Massnahmen ergriffen werden, was sich positiv auf den Behandlungserfolg auswirkt. Viele Störungen fallen den Eltern nicht auf. Der Kinderarzt Sepp Holtz aus

Zürich vergleicht seine Aufgabe deshalb auch mit der Suche nach der Stecknadel im Heuhaufen: «Der grosse Teil der Kinder, die zur Vorsorgeuntersuchung zu mir kommen, entwickelt sich bestens.

Dennoch muss ich bei jedem Kind genau hinschauen, um zum Beispiel eine Wachstumsstörung oder eine Sehschwäche auf einem Auge nicht zu übersehen.»

KÖRPERLICHE UNTERSUCHUNG

Die Kinderärztin oder der Kinderarzt untersucht das Kind von Kopf bis Fuss. Durch Abtasten und Abhören werden die inneren Organe kontrolliert. Zu jeder Untersuchung gehören auch das Messen der Grösse und das Wiegen des Kindes.

Michael Steigert, Kinderendokrinologe am Kantonsspital Graubünden, erklärt, weshalb es so wichtig ist, für jedes Kind eine Wachstumskurve zu führen und den Wachstumsverlauf zu verfolgen: «Das Wachstum ist ein Indikator für den Gesundheitszustand eines Kindes. Eine Abweichung vom normalen Wachstum kann ein Hinweis auf eine chronische Erkrankung oder auch auf ein Ernährungsproblem, zum Beispiel eine Gluten-Unverträglichkeit, sein.» In den ersten zwei Lebensjahren ist es nicht ungewöhnlich, wenn Kinder die Perzentilen durchkreuzen. Ab dem dritten Lebensjahr bis zum Beginn der Pubertät wächst ein Kind normalerweise regelmässig entlang den Wachstumskurven innerhalb eines Perzentilenkanals.

ENTWICKLUNG UND PRÄVENTION

Bereits bei der 1-Monats-Kontrolle überprüft die Kinderärztin oder →



zum Besuch beim Kinderarzt

- Beobachten Sie Ihr Kind gut.
- Damit Sie nicht vergessen, in der Praxis Ihre Fragen zu stellen, notieren Sie diese am besten immer gleich dann, wenn sie auftreten. Bringen Sie die Liste zum nächsten Termin mit.
- Nehmen Sie immer das Gesundheitsbüchlein sowie den Impfausweis Ihres Kindes mit.
- Ziehen Sie Ihr Kind praktisch an, so dass Sie es schnell ausziehen können.



der Kinderarzt neben dem körperlichen Zustand die Entwicklung der Motorik und der Kommunikationsfähigkeit. Es wird zum Beispiel kontrolliert, ob die Haltung des Kindes symmetrisch ist, es dem Blick des Untersuchers folgen kann und ob es sich leicht beruhigen lässt. Ebenfalls wichtige Themen sind die Vitamin-D-Prophylaxe, die Prävention des plötzlichen Kindstodes und Tipps zur Unfallverhütung (z.B. die Gefahr durch Halskettchen oder der Transport im Auto).

VORAUSSCHAUEND BERATEN

Im Rahmen der Vorsorgeuntersuchungen geht Sepp Holtz immer auch auf Themen ein, die die Eltern

im Moment vielleicht noch nicht beschäftigen, mit denen sie sich aber in Bälde konfrontiert sehen. Dazu gehören zum Beispiel die frühzeitige Kariesprophylaxe, bevor der erste Zahn durchbricht, oder die Sauberkeitsentwicklung, auch wenn das Kind noch Windeln trägt. «Durch die vorausschauende Beratung trage ich dazu bei, Kinder frühzeitig vor Problemen zu schützen und Eltern in ihrer Kompetenz zu stärken.»

IMPFUNGEN

Anlässlich der Vorsorgeuntersuchungen bespricht Sepp Holtz auch das Thema Impfen mit den Eltern. Die ersten Impfungen gegen Diph-

therie, Tetanus, Keuchhusten, Haemophilus influenzae Typ b, Polio und Pneumokokken werden vom Bundesamt für Gesundheit bereits mit zwei Monaten empfohlen. Weshalb so früh, fragen sich viele Eltern. Die Antwort ist einfach: Diese Krankheiten können bei ganz kleinen Babys einen schweren Verlauf nehmen. Deshalb sind sie auf einen Schutz angewiesen. Bis sich der Schutz gegen Tetanus voll aufgebaut hat, braucht es drei Impfdosen. Wird das Kind erstmals mit zwei Monaten gegen Tetanus geimpft, verfügt es über den maximalen Schutz, wenn es mit etwa sechs Monaten kriechen kann. Bereits während der Schwangerschaft wurde das Immunsystem des Kindes so weit aufgebaut, dass es im Alter von zwei Monaten mit der Impfung umgehen kann. Gegen Krankheiten wie Masern, Mumps und Röteln wird das Kind erst mit einem Jahr geimpft. Bis dahin ist es durch die von der Mutter mitbekommenen Antikörper vor diesen Krankheiten geschützt.

OFFENES OHR FÜR PROBLEME

Die Vorsorgeuntersuchungen bieten Eltern auch die Möglichkeit, sich bei verschiedenen Problemen mit ihrem Kind fachkundig beraten zu lassen. Zu den häufigsten Problemen in den ersten Lebensmonaten des Kindes gehören sein Schlaf- und Schreiverhalten, ab dem vierten Monat kommen Fragen rund um die Ernährung dazu, ab dem ersten Geburtstag stellen Eltern auch Fragen zur Erziehung. Neben der Kinderärztin oder dem Kinderarzt helfen hier auch die Mütterberaterinnen kompetent weiter. ☺



Empfohlene Vorsorgeuntersuchungen bis 5 Jahre

- ☼ 1. Woche (im Wochenbett)
- ☼ 1. Monat
- ☼ 2. Monat
- ☼ 4. Monat
- ☼ 6. Monat
- ☼ 9. oder 12. Monat
- ☼ 18. Monat
- ☼ 24. Monat
- ☼ 4 Jahre

Webtipp

15 interessante Podcasts von Sepp Holtz zu verschiedenen Themen rund um die Gesundheit und die Entwicklung von Babys finden Sie auf: www.kinderspitalzuerich.ch/familienbande