

## INFORMATION ZUR VORSORGE U10 und U11

### **U10 und U11: Warum sind diese Untersuchungen wichtig?**

Zwischen der U9, die mit spätestens 6 Jahren stattfindet, und der J1 im Alter von 12 bis 14 Jahren findet keine verpflichtende Vorsorgeuntersuchung statt. Um diese langjährige Lücke, in der Ihr Kind wichtige körperliche und auch geistige Veränderungen durchlebt, zu schließen, gibt es seit 2008 mit der U10 und der U11 zwei weitere Zusatzuntersuchungen. **Sie gelten nicht als verpflichtend.**

### **U10: Vorsorge im Grundschulalter**

Im Alter von 7 bis 8 Jahren empfehlen wir, die U10 durchzuführen. Optimal wäre die U10 Ende 1. Klasse oder Anfang 2. Klasse.

In erster Linie handelt es sich dabei um eine Kontrolle der regulären körperlichen Entwicklung Ihres Kindes. Wir messen und wiegen Ihr Kind und führen – mit Ihrem Einverständnis – Untersuchungen des Urins und des Blutdrucks durch. Dazu kommen noch ein Seh- und Hörtest. Auch die Motorik des Kindes wird überprüft.

Bei der U10 achten wir verstärkt darauf, ob es Verhaltensauffälligkeiten oder Lernschwächen gibt. In diesem Zusammenhang schauen wir, ob es Hinweise gibt auf eine Lese-Rechtschreibschwäche, Dyskalkulie oder ein Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom. Dies finden wir anhand eines speziellen Fragekataloges heraus. Sollte das Ergebnis positiv sein, erarbeiten wir gemeinsam mit Ihnen eine Weiterbehandlung.

Danach widmen wir uns Problemen im kindlichen Alltag: Wie ist die soziale und emotionale Umgebung des Kindes beschaffen? Schließlich geht es bei der U10 noch um die Ernährungsberatung um den verantwortungsvollen Umgang mit Medien sowie um die Unfall- und Gewaltprävention.

### **U11: Hilfe in einer wichtigen Phase**

Wie für jeden Erwachsenen ist die Gesundheitsprävention auch für jedes Kind wichtig. Die U11 findet im Alter zwischen 9 und 10 Jahren statt, am besten Ende 4. Klasse oder Anfang 5. Klasse.

Zuerst schauen wir uns die körperliche Entwicklung Ihres Kindes an, überprüfen das Gewicht, Größe und Blutdruck und beurteilen seine allgemeine Beweglichkeit. Erneut wird der Impfstatus überprüft und Sie erhalten von uns einen Fragebogen, um frühzeitig emotionale und psychosoziale Probleme zu erkennen.

Außerdem interessieren uns die Persönlichkeit und das Sozialverhalten Ihres Kindes. Im Gespräch bekommen wir einen Eindruck davon, wie Ihr Nachwuchs mit Konflikten oder Stresssituationen umgeht. Ein weiteres wichtiges Thema der U11 ist die Mediennutzung Ihres Kindes. Wie geht es mit TV, Computer, Spielekonsole, Tablet und Smartphone um? Ist die jeweilige Nutzungsdauer in Ordnung? Die beginnende Pubertät ist ein wichtiges Thema.

**Die zusätzlichen Vorsorgeuntersuchungen werden nicht von allen Krankenkassen erstattet. Bitte klären Sie vor Terminvereinbarung die Frage der Kostenübernahme mit ihrer Krankenkasse.**

Wir hoffen, dass Ihnen die o.g. Information weitergeholfen hat. Bei weiteren Fragen zögern Sie nicht, uns anzusprechen,

**Ihr Dres. T. Geerkens und R. Weerens**