

J1 – профилактическое обследование для подростков



С календарем здоровья и советами по вакцинации для подростков от 12 до 17 лет

Пройди обследование!

Даже если ты себя отлично чувствуешь:

Пройди профилактическое обследование – для девушек и юношей в возрасте от 12 до 14. В ходе данного обследования для подростков с сокращенным названием J1 врач определит, все ли у тебя в порядке. Это позволит ему своевременно обнаружить и устранить возможные проблемы со здоровьем, чтобы у тебя было все хорошо. Кроме того, ты сможешь поговорить с ним на такие темы, как первая любовь, алкоголь или проблемы в школе – только если захочешь! Врач даст тебе также консультацию по вопросам вакцинации.



ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ J1

БОЯТЬСЯ НЕЧЕГО

Процедура J1

Ты давно не был/не была у врача? Ничего страшного. Обследование пройдет без всякого напряжения. Врач объяснит тебе, что он будет делать. Ты скажешь, хочешь ли, чтобы сопровождающее тебя лицо находилось во время обследования рядом или ожидало в приемной.

Сначала будет сделан анамнез (это слово по-гречески означает «воспоминание»). Врач задаст тебе вопросы по поводу твоего здоровья и общего самочувствия. Болееешь ли ты чем-нибудь, принимаешь ли медикаменты? Ты сможешь поговорить о вещах, которые обычно не упоминают: секс, противозачаточные средства, наркотики, алкоголь и проблемы с весом. А также о стрессовых ситуациях дома, в школе или с твоими друзьями.

Врач обследует тебя с головы до ног, измерит твой вес и рост, твое кровяное давление. Он прослушает твое сердце, пальпирует шею, грудь и живот, проверит позвоночник.

даже если тебе еще нет 18-ти

Будь откровеннее: если ты чего-то не понимаешь, задавай вопросы. Врач тебе все объяснит.

НАКОНЕЦ, ЧТО НЕ МЕНЕЕ ВАЖНО

Вакцинация и заключительная беседа

Дифтерия и полиомиелит на сегодняшний день уже почти забыты. Поэтому многие не делают себе прививок. Это ошибка, так как тяжелые инфекционные заболевания могут угрожать твоей жизни. Поэтому в рамках J1 проводится контроль вакцинации. Врач на основе твоего паспорта прививок определит, нужно ли возобновить или сделать необходимые прививки либо закончить начатую серию.

Время для твоих вопросов

Ты сможешь поговорить обо всем

По окончании профилактического обследования врач скажет тебе, в хорошей ли ты в форме. Он даст тебе советы о том, как оставаться здоровым. Например, больше занимаясь спортом. Если что-нибудь не в порядке, врач проведет дополнительные обследования. В рамках заключительной беседы ты сможешь задать вопросы, в том числе о противозачаточных средствах и наркотиках. Врач даст тебе советы по поводу проблем с кожей

Что для этого нужно

- ✦ дата визита к педиатру или терапевту
- ✦ твоя карта медицинского страхования
- ✦ твой паспорт прививок
- ✦ журнал обследований (желтого цвета), если имеется
- ✦ ты сам
если нужно - как сопровождение: твои родители, друг или подруга

Все будет проходить с глазу на глаз –

СОВЕТ: найди врача через интернет

Чтобы найти педиатра или терапевта неподалеку от твоего места жительства, зайти на сайт KBV по адресу www.kbv.de. Оттуда ты сможешь перейти к региональному поиску членов Ассоциации врачей больничных касс. Так ты узнаешь, кто из врачей находится неподалеку и когда у него приемные часы. Если у тебя есть смартфон, просто воспользуйся приложением BundesArztsuche.

ПРОВЕРКА ВАКЦИНАЦИИ



или излишнего веса. Главное, не стесняться.

К ЧЕМУ НЕПРИЯТНОСТИ?

Прививки помогут избежать болезней

Все меньше людей делают себе прививки. Все чаще имеют место опасные инфекционные заболевания, в том числе корь и коклюш. Поэтому проверь свою вакцинацию.

Как раз в возрасте от 12 до 17 рекомендуется делать прививки от дифтерии, столбняка, коклюша и полиомиелита. Если ты еще недостаточно защищен/защищена от некоторых болезней, сейчас самое время для прививок. К таким болезням относятся гепатит В, менингококковый менингит, корь, свинка, краснуха и ветрянка. Врач скажет, каких прививок тебе не хватает.

Краткий обзор

Твой календарь здоровья Дата профилактики

ОБСЛЕДОВАНИЕ J 1 ДЛЯ ПОДРОСТКОВ В ВОЗРАСТЕ ОТ 12 ДО 14		
Важные сроки вакцинации в возрасте от 12 до 17 лет.		
Прививка	Тип прививки	Дата прививки
Дифтерия	A	
Столбняк	A	
Коклюш	A	
Полиомиелит	A	
Гепатит В	N	
Корь	N	
Свинка	N	
Краснуха	N	
Ветрянка	N	
Менингит	N	
Только для девочек: Вирус папилломы человека (ВПЧ)	SM	

A: возобновление
N: упущенные прививки (если прививки не были сделаны или были сделаны неполностью)
SM: стандартная прививка для девочек
(Указанные прививки соответствуют стандартным рекомендациям постоянной комиссии по вакцинации (STIKO) института им. Роберта Коха.)

Важные прививки перед первым сексом

Для юношей и девушек:

Гепатит В - это воспаление печени, которое во многих случаях полностью не излечивается. В этом случае вирусы остаются в теле человека и могут наносить постоянный вред печени. Инфицирование вирусом происходит через кровь и другие биологические жидкости. Это означает, что при сексуальном контакте и отсутствии прививки может произойти заражение.

Для девочек:

Девушки, информация для вас. Вирусы папилломы человека (ВПЧ) могут стать причиной рака шейки матки. Они передаются при половом контакте. Поэтому перед первым сексом вам нужно сделать прививку от этих вирусов.



Быть в курсе поможет KBV

Дополнительную информацию об обследовании J1 и вакцинации, а также видеofilm для подростков ты найдешь на сайте Федеральной ассоциации врачей больничных касс (KBV) по адресу www.kbv.de.

по фэйсбуку:

www.facebook.com/CheckupJ1



ПРОФИЛАКТИКА

Профилактическая инициатива KVen и KBV

Штемпель врачебного кабинета



KBV - это головная организация 17 ассоциаций врачей больничных касс (KVen), которая представляет интересы 150 000 врачей и психотерапевтов, имеющих частную практику. KBV и KVen обеспечивают пациентам амбулаторное лечение.



Kassenärztliche
Bundesvereinigung

Дополнительная информация в Интернете на сайте www.kbv.de