

Was passiert bei der J1?




Die J1 wird von Kinder- und Jugendärzt:innen und Hausärzt:innen durchgeführt. Neben der körperlichen Untersuchung gehört zur J1 ein vertrauliches Gespräch. Du kannst unter dem Schutz der ärztlichen Schweigepflicht deine Fragen zu deiner Gesundheit, zur Verhütung, zu Drogenkonsum und Ernährung stellen. Außerdem

kannst du über deine Probleme zum Beispiel in der Schule oder mit deinen Eltern sprechen.

Wichtig zu wissen: Du kannst entscheiden, ob du allein, mit deinen Eltern oder mit Freund:innen zum J1-Gesundheitscheck kommst.



Ablauf der J1

1.  Terminabsprache
2.  Ausfüllen der Fragebögen durch dich und deine Eltern
3.  Überprüfen deines Impfausweises

Körperliche Untersuchung:

- Messen von Blutdruck und Puls
- Feststellen des Gewichts, der Körpergröße und der körperlichen Entwicklung
- Abhören der Lunge, Überprüfung der Atmung
- Kontrolle der Schilddrüse
- Untersuchung des Skelettsystems und der Muskulatur
- Untersuchung der Haut
- Blut- und Urinuntersuchung
- Hör- und Sehtest



Mit deiner:deinem Ärzt:in kannst du ein vertrauliches Gespräch über deine Fragen, Sorgen und Probleme führen.

Das Beratungsgespräch unterliegt der Schweigepflicht, auch wenn du noch nicht 18 Jahre alt bist. Es liegt an dir, zu entscheiden, ob du ein abschließendes Ärzt:in-Gespräch allein, gemeinsam mit deinen Eltern oder mit einem Elternteil führen möchtest.

Sprich mit

deiner:deinem Ärzt:in darüber!

Diese Impfungen sind wichtig für dich

Es gibt zwei Gründe, warum Impfungen für dich sinnvoll sind: Zum einen schützt du dich selbst vor oft schweren Infektionserkrankungen. Zum anderen kannst du mit deinen Impfungen zusätzlich dein Umfeld schützen – deine Freund:innen, deine Familie einschließlich deiner Großeltern und zum Beispiel auch Babys und Kleinkinder, mit denen du vielleicht Kontakt hast. Denn manche Menschen können sich nicht impfen lassen, weil sie zu krank, zu jung oder zu alt sind. Mit deinen Impfungen kannst du verhindern, dass sich Krankheitserreger auf sie ausbreiten.

Deshalb prüft dein:e Ärzt:in bei der J1, ob dein Impfschutz aus deiner Kindheit vollständig ist. Bei der J1 kannst du zusätzliche Impfungen erhalten. Wichtig und empfohlen für dich in deinem Alter sind diese Impfungen:

- **Gegen Meningokokken der Serogruppen A, C, W und Y (MenACWY).** Die Ständige Impfkommission (STIKO)¹ empfiehlt die MenACWY-Impfungen allen Jugendlichen im Alter von 12 bis 14 Jahren egal, ob du als kleines Kind schon einmal gegen Meningokokken geimpft wurdest. Diese Bakterien können die „Invasive Meningokokken-Erkrankung“ (IME) verursachen, die tödlich verlaufen oder zu sehr schwerwiegenden Spätfolgen führen kann.
- **Gegen Humane Papillomviren (HPV).** Diese Viren können verschiedene Krebserkrankungen verursachen, vor denen du dich mit der Impfung schützen kannst. Am besten lässt du dich gegen HPV impfen, bevor du mit den Viren, zum Beispiel beim Sex, in Kontakt kommst. Die STIKO empfiehlt die HPV-Impfung allen Jugendlichen im Alter von 9 bis 14 Jahren.
- **Gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Pertussis.** Im Alter von 9 bis 16 Jahren ist eine Kombinations-Auffrischungsimpfung gegen diese Krankheiten empfohlen, gegen die Du bereits als Säugling sowie im Vorschulalter geimpft worden sein solltest.



Klick doch mal rein!

www.kinderaerzte-im-netz.de

¹ Die Ständige Impfkommission (STIKO) ist ein unabhängiges Expertengremium am Robert Koch-Institut in Berlin, das auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse Impfempfehlungen erarbeitet.