

Warum sollte Ihr Kind zur J1 gehen?

Glücklicherweise sind die meisten Jugendlichen körperlich gesund. Allerdings können einige Erkrankungen bereits im Jugendalter auftreten – zum Beispiel Allergien, Haltungsschäden und Störungen der Pubertätsentwicklung sowie Schilddrüsen- und Hauterkrankungen. Zudem können sich gerade in diesem Lebensabschnitt psychische Erkrankungen entwickeln – darunter Essstörungen (Magersucht, Übergewicht), Angststörungen und

Depression sowie Suchterkrankungen. Diese Beschwerden können das weitere Leben Ihres Kindes erheblich beeinflussen. Im Rahmen der J1-Jugenduntersuchung können körperliche und psychische Erkrankungen frühzeitig erkannt und rechtzeitig behandelt werden.

Die J1-Jugenduntersuchung ist ein wichtiger, kostenloser Gesundheitscheck für alle Jugendlichen im Alter von 12 bis 14 Jahren.




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. Dabei können die Jugendlichen unter dem Schutz der ärztlichen Schweigepflicht ihre Fragen zu ihrer Gesundheit, zur Verhütung, zu Drogenkonsum

und Ernährung stellen. Außerdem können sie über ihre Probleme, zum Beispiel in der Schule oder mit ihren Eltern sprechen. Die Jugendlichen können allein, mit ihren Eltern oder auch mit Freund:innen kommen.

J1

Ablauf der J1

1.  Terminabsprache
2.  Ausfüllen der Fragebögen durch Ihr Kind und die Eltern
3.  Überprüfen des Impfausweises Ihres Kindes

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



Gespräch/Beratung für die Jugendlichen und die Eltern, ggf. auch getrennt

- Besprechung chronischer Erkrankungen
- Impfberatung; Aufklärung zu empfohlenen Impfungen und Nachimpfungen, zum Beispiel gegen Pertussis (Keuchhusten), Meningokokken A, C, W und Y sowie gegen HPV (Gebärmutterhalskrebs).
- Beratung zur Jodprophylaxe (Schilddrüse, Kropfbildung)
- Abklärung von Problemen in der Schule, Familie, im Freund:innen-Kreis
- Fragen zur Pubertätsentwicklung, wenn gewünscht auch zur Sexualaufklärung und Verhütung
- Fragen zu Medikamenteneinnahme, Alkohol-, Nikotin- und Drogenkonsum
- Fragen zum Medienkonsum
- Fragen zu Ernährung und Essgewohnheiten
- Besprechung psychischer Probleme

Was sollten Sie und Ihr Kind zum J1-Gesundheitscheck mitbringen?

Ihre Checkliste



Chipkarte der Krankenkasse



Gelbes Vorsorgeuntersuchungsheft (falls vorhanden)



Impfausweis Ihres Kindes



Fragebogen (kann evtl. auch in der Praxis ausgefüllt werden)

Wichtig zu wissen für Eltern

Es ist durchaus möglich, dass Ihr Kind **allein zur J1** gehen möchte, um sich mit der:dem Ärzt:in über Fragen und Sorgen auszutauschen.

Ein Gespräch mit einer Vertrauensperson außerhalb des Familien- und Freund:innen-Kreis kann sehr wichtig sein.

Die:Der Ärzt:in unterliegt bei diesem Gespräch der Schweigepflicht.

Sie selbst können selbstverständlich ein separates Gespräch mit der:dem Ärzt:in führen und mit Ihrem Kind die nächsten Schritte aufgrund der Untersuchungsergebnisse besprechen.