



Elterninformation zur Vorsorgeuntersuchung U8

Liebe Eltern!

Sie haben einen Termin zur U8-Vorsorgeuntersuchung Ihres Kindes vereinbart. Um Sie bestmöglich auf diesen Termin vorzubereiten, haben wir auf den folgenden Seiten wichtige Informationen rund um diese Vorsorge zusammengestellt.

Dazu gehören unter anderem Fragebögen, die uns dabei helfen, Sie genauer kennenzulernen und die Entwicklung Ihres Kindes bestmöglich zu beurteilen. Die Beantwortung dieser Fragen ist freiwillig und unterliegt der ärztlichen Schweigepflicht.

Darüber hinaus finden Sie Informationen zur Unfallverhütung und seelischen Gesundheit.

Ein grundsätzlicher Hinweis zu Kommunikation und Termin-Buchung:

Vielen Fragen lassen sich durch einen Blick auf unsere Homepage www.kindundherz.de beantworten. Wir haben hier für Sie viele wertvolle Informationen und eine umfangreiche Ratgeberseite zusammengestellt.

Bei Fragen oder dringlichen Anliegen, bitten wir vorzugsweise um **Anfragen per E-Mail** oder über das Patientenkonto auf **Doctolib**.

Wir empfehlen Ihnen alle notwendigen Terminbuchungen online über unser **Doctolib**-Konto durchzuführen.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die folgenden Dokumente:

- **Fragebogen zur Vorsorge-Untersuchung U8**
- Hinweise zur Unfallverhütung
- Hinweise zur seelischen Gesundheit

Alle Formulare haben wir zusätzlich in einem separaten ***U8-Formularpaket** zusammengefasst – dies erleichtert das Ausdrucken und spart Papier.

Bitte nehmen Sie sich **vor Ihrem Termin** etwas Zeit, um die Unterlagen in Ruhe durchzusehen und die Dokumente möglichst gemeinsam auszufüllen.

Diese Unterlagen liefern uns wichtige Informationen und dienen als Grundlage für das Gespräch während der Untersuchung.

Gerne können Sie uns die ausgefüllten Unterlagen vor dem Termin elektronisch zukommen lassen. Ansonsten **bringen Sie diese bitte ausgefüllt zum Termin mit**.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Ihr Praxisteam Kind & Herz

Online-
Termine
Doctolib



Fragebogen zur Vorsorge-Untersuchung U8

Name _____

Geburtsdatum _____

Liebe Eltern,

zur Vorbereitung auf die heutige Vorsorgeuntersuchung bitten wir Sie, den folgenden Fragebogen auszufüllen, damit wir die Entwicklung Ihres Kindes besser beurteilen können. Alle Angaben sind freiwillig und unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht.

Mein Kind kann im Wechselschritt Treppen steigen	☐ ja	☐ nein
Mein Kind hüpfte sicher mit beiden Beinen gleichzeitig eine kurze Strecke (30-50 cm) nach vorne,	☐ ja	☐ nein
es kann dabei das Gleichgewicht gut halten	☐ ja	☐ nein
Mein Kind fährt mit dem Dreirad oder Laufrad (oder einem ähnlichen Fahrzeug) um Hindernisse herum,	☐ ja	☐ nein
es tritt und lenkt gleichzeitig	☐ ja	☐ nein
Mein Kind hält den Stift richtig zwischen den ersten 3 Fingern	☐ ja	☐ nein
Mein Kind zieht sich alleine an	☐ ja	☐ nein
Mein Kind verwendet das Wort „Ich“ richtig	☐ ja	☐ nein
Mein Kind fragt „Warum – Wie – Wo – Wieso – Woher“	☐ ja	☐ nein
Mein Kind möchte im Haushalt mithelfen	☐ ja	☐ nein
und ahmt die Tätigkeiten Erwachsener im Rollenspiel mit anderen Kindern nach	☐ ja	☐ nein
Mein Kind hört beim Vorlesen genau zu	☐ ja	☐ nein
Mein Kind spielt intensive „Als-ob-Spiele“ (z.B. Stock wird zum Schwert, Puppen werden gefüttert)	☐ ja	☐ nein
Mein Kind versteht Spielregeln und dass beim Spielen auch andere an der Reihe sind	☐ ja	☐ nein
Mein Kind ist bereit zu teilen	☐ ja	☐ nein

Cutoff ≥ 13 ☐ ja ☐ nein

Summe „ja“ _____

Bei **Zweisprachigkeit oder einer anderen Landessprache** können Sie einen passenden Fragebogen (**Alter 4 Jahre**) unter diesem Link herunterladen:

https://www.lgl.bayern.de/gesundheitspraevention/kindergesundheit/kindliche_entwicklung.htm oder **QR-Code scannen**.



Kreuzen Sie bitte an, ob die unten aufgeführten Probleme bei Ihrem Kind in den letzten 6 Monaten aufgetreten sind. Machen Sie bitte **nur ein Kreuz in jeder Zeile**, setzen Sie die Kreuze nur auf die Kreise, nicht in die Zwischenräume und **lassen Sie bitte keine Frage aus**. Sollte Ihr Kind zurzeit Medikamente erhalten, die sein Verhalten verändern, beantworten Sie bitte die Fragen so, wie sich Ihr Kind verhält, wenn es keine Medikamente erhält.

Mein Kind...	stimmt nicht	stimmt
1. kann mindestens dreimal pro Woche schlecht einschlafen (liegt mindestens 1 Stunde wach)	☐	☐
2. wacht mindestens einmal pro Nacht auf und liegt mindestens eine Stunde wach	☐	☐
3. schläft nachts mit im Elternbett, obwohl wir das nicht gern sehen	☐	☐
4. hat meistens nur wenig Appetit	☐	☐
5. ist untergewichtig	☐	☐
6. ist extrem wählerisch beim Essen	☐	☐
7. klagt bei Aufregungen häufig über Bauchschmerzen	☐	☐
8. kann wegen dieser Bauchschmerzen nicht wie sonst spielen oder seine Freunde besuchen	☐	☐
9. klagt mehrmals pro Woche über Kopfschmerzen	☐	☐
10. kann wegen seiner Kopfschmerzen nicht wie sonst spielen oder seine Freunde besuchen	☐	☐
11. hat Migräne	☐	☐
12. hat Asthma	☐	☐
13. hat Heuschnupfen	☐	☐
14. stottert	☐	☐
15. kotet mindestens einmal pro Monat ein	☐	☐
16. zerstört häufig Gegenstände	☐	☐
17. hat manchmal nervöse Zuckungen (z.B. Blinzel-Tic, Zwinker-Tic, Räusper-Tic)	☐	☐
18. kaut Fingernägel	☐	☐
19. dabei kommt es häufig zu blutenden Verletzungen	☐	☐
20. kann sich sehr schlecht von der Mutter trennen	☐	☐
21. deswegen kommt es auch im Kindergarten zu Problemen	☐	☐
22. hat panische Angst • vor Spinnen, Mäusen, Hunden oder Ratten • vor fremden Menschen • vor Blitz, Donner, Dunkel	☐	☐
23. ist mehrmals im Monat traurig, weinerlich	☐	☐
24. diese Stimmung steht meist in keinem Verhältnis zum auslösenden Ereignis	☐	☐
25. ist nur schwer auf andere Gedanken zu bringen, wenn es traurig ist	☐	☐

26. ist zu Hause beim Spielen leicht ablenkbar und unkonzentriert	☐	☐
27. ist im Kindergarten sehr leicht ablenkbar und unkonzentriert	☐	☐
28. ist zu Hause (z.B. beim Essen) sehr unruhig, zappelig, kann nicht stillsitzen	☐	☐
29. ist im Kindergarten sehr unruhig, zappelig, kann nicht stillsitzen	☐	☐
30. ist beim Spielen sehr unvorsichtig und riskant in seine stillsitzen	☐	☐
31. rennt ohne zu schauen auf die Straße	☐	☐
32. scheint bei gefährlichen Aktivitäten keine Angst zu kennen	☐	☐
33. hat täglich einen Wutanfall	☐	☐
34. ist zu Hause ständig ungehorsam	☐	☐
35. ist im Kindergarten häufig ungehorsam	☐	☐
36. hat Spaß daran, Dinge, die ihm nicht gehören, zu zerstören	☐	☐
37. quält manchmal Tiere	☐	☐
38. prügelt sich häufig mit anderen Kindern	☐	☐
39. dabei kommt es häufig zu blauen Flecken und kleineren Verletzungen	☐	☐
40. hat Angst vor fremden Erwachsenen	☐	☐
41. hat Angst vor fremden gleichaltrigen Kindern	☐	☐
42. nimmt auf dem Spielplatz zu fremden Kindern keinen Kontakt auf	☐	☐
43. spricht fast jede fremde Person an	☐	☐
44. geht schon nach kurzer Zeit mit fremden Personen überall hin mit	☐	☐
45. weigert sich oft, mit fremden Erwachsenen zu sprechen, auch wenn es etwas gefragt wird	☐	☐
46. sucht bei seinen Eltern keinen Trost, wenn es sich wehgetan hat	☐	☐
47. kommt nicht zu seinen Eltern, wenn es Angst hat	☐	☐
48. ist noch sehr unselbständig, kann sich schlecht selbst beschäftigen	☐	☐
49. hängt am Rockzipfel der Mutter, will nichts allein machen	☐	☐
50. wehrt sich meistens gegen Zärtlichkeiten, will nicht schmusen	☐	☐
51. reagiert mit panischer Angst, wenn in seinem Zimmer etwas verändert wird	☐	☐
52. ist häufiger ohne Kontakt in seiner Umgebung (blickt ins Leere, reagiert nicht)	☐	☐
53. ist gegenüber Schmerz sehr unempfindlich	☐	☐
54. streitet sich jeden Tag mit seinen Geschwistern	☐	☐
55. kann mit seinen Geschwistern nicht friedlich zusammen spielen	☐	☐
56. ist in höchstem Maße eifersüchtig auf seine Geschwister	☐	☐

(Mannheimer Elternfragebogen MEF (Günter Esser & Manfred Laucht))

Ausgefüllt von: ☐ Mutter ☐ Vater ☐ _____ Datum: _____



Spitzenverband der
landwirtschaftlichen
Sozialversicherung



Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

- BARMER GEK
- Techniker Krankenkasse
- DAK-Gesundheit
- KKH-Allianz
- HEK-Hanseatische Krankenkasse
- hkk



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Kassenärztliche
Bundesvereinigung
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Liebe Eltern,

Ihr Kind ist stolz auf alles, was es selber kann. Es spielt immer häufiger allein und außerhalb des Hauses. Ihr Kind ist aber in diesem Alter noch leicht ablenkbar und lässt sich durch Gefühle steuern. Kinder lernen durch Nachahmen, deshalb sollten Sie ein Vorbild sein, beispielsweise im Straßenverkehr, gegenüber Tieren oder im Umgang mit Feuer.

Unfälle sind die größte Gefahr für Leben und Gesundheit Ihres Kindes. Durch einfache Maßnahmen lassen sich die meisten Unfälle vermeiden. Unfallschwerpunkte in diesem Alter sind:

- Fahrradunfälle • Ertrinken • Verletzungen durch Tiere • Stürze

Üben Sie mit Ihrem Kind das Fahrradfahren, das Schwimmen und den Umgang mit Werkzeugen. Wiederholen Sie mit Ihrem Kind immer wieder die Regeln im Straßenverkehr. Machen Sie das Kind auf Verkehrsgefahren in der Nachbarschaft aufmerksam! Warten Sie nie auf der gegenüberliegenden Straßenseite auf Ihr Kind! Loben Sie Ihr Kind, wenn es sich vorsichtig und angemessen verhält.

Bei allen Fragen und Unsicherheiten in der Betreuung Ihres Kindes wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre(n) Kinder- und Jugendärztin oder -arzt.

Mit freundlicher Empfehlung



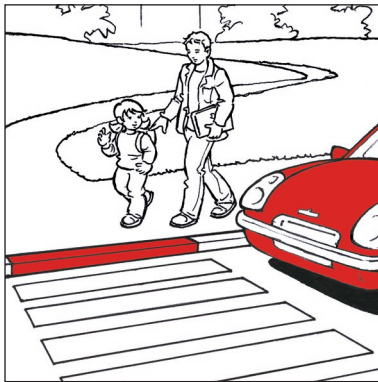
Fahrradunfälle



Vorbeugung

Üben Sie mit Ihrem Kind das Fahrradfahren auf verkehrsfreien Flächen! Das Fahrrad muss der Körpergröße des Kindes und der Sicherheitsnorm entsprechen (DIN EN 1645). Stets Fahrradhelm tragen. Auf reflektierende Kleidung achten. Kinder unter acht Jahren müssen soweit vorhanden auf dem Gehweg fahren und beim Überqueren der Straße absteigen.

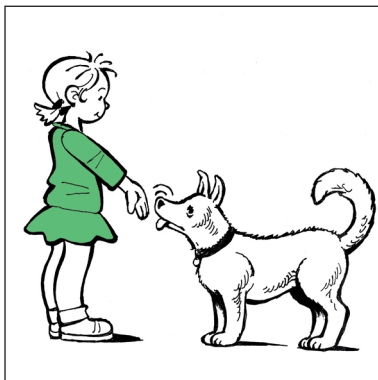
Verkehrsunfälle



Vorbeugung

Seien Sie Vorbild und üben Sie das richtige Verhalten im Straßenverkehr! Merksatz: „Anhalten – Schauen – zügig Gehen“. Vorgesehene Überwege nutzen! Kinder sollen auf dem Gehweg immer auf der dem Verkehr abgewandten Seite gehen.

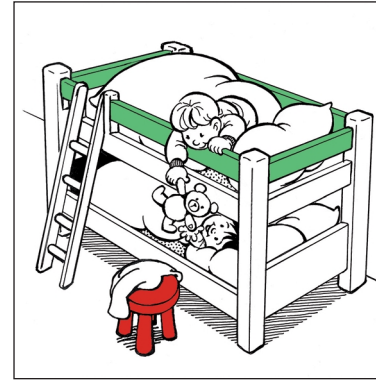
Tierbisse



Vorbeugung

Richtigen, respektvollen Umgang mit Tieren üben. Verhaltensregeln aufstellen: gegenüber fremden Hunden zurückhaltend sein, erst schnuppern lassen, nicht von oben anfassen, nicht weglaufen. Kinder nicht mit Hunden allein lassen.

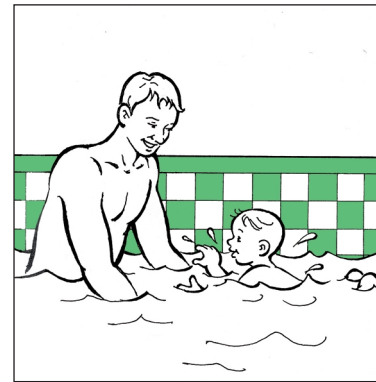
Sturz vom Hochbett



Vorbeugung

Hochbetten sind unfallgefährlich. Achten Sie auf das GS-Zeichen und Seitenschutz. Leiter fest mit Bett verbinden. Das ältere Kind sollte oben schlafen. Keine Gegenstände (z.B. Stuhl, Spielzeug) vor das Bett stellen.

Ertrinken



Vorbeugung

Gewöhnen Sie Ihr Kind frühzeitig an Bewegung im Wasser. Kind im und am Wasser immer in Reichweite beaufsichtigen. Schwimmhilfen sind nicht ertrinkungssicher. Schwimmen lernen ist ab 4 Jahren möglich.

Verletzungen durch Geräte



Vorbeugung

Zeigen Sie Ihrem Kind den richtigen Gebrauch von Geräten und Werkzeugen (z.B. Messer, Schere, Streichhölzer) und lassen Sie es üben! Stecker von elektrischen Geräten direkt nach Gebrauch herausziehen. Fernhalten von Bohrmaschine, Sägen, Rasenmäher.

U8

Seelisch gesund aufwachsen

• • • 46.-48. Lebensmonat



Liebe Eltern,

Ihr Kind liebt Geschichten und möchte seiner Fantasie freien Lauf lassen. Es ist kreativ und probiert viel aus. Dabei entdeckt es seine Fähigkeiten.

Hier geht's
zum Film



Beim Erzählen und Vorlesen teilen Sie mit Ihrem Kind Erlebnisse und Erfahrungen. Es versetzt sich in die Figuren hinein und erfindet eigene Geschichten. Dabei entwickelt es Fantasie und Kreativität.

• • • • •
Kinder brauchen Geschichten und Raum für Fantasie. Beim Erfinden von Geschichten drücken sie ihre Gefühle, Wünsche und Gedanken aus. In Rollenspielen probieren sie unterschiedliche Situationen aus und nehmen verschiedene Perspektiven ein. Allmählich lernen sie Fantasie und Realität zu unterscheiden.



„Erzähle und erfinde mit mir Geschichten.“



„Ich möchte viel ausprobieren.“



Ihr Kind freut sich über vielseitige Angebote. Das hilft ihm, seine Vorlieben herauszufinden. Neben geplanten Aktivitäten ist viel freie Zeit zum Spielen mit anderen Kindern wichtig.

• • • • •
Jedes Kind hat besondere Begabungen, die es zu entdecken und zu fördern gilt. Wenn Kinder ein Ziel erreicht oder eine Herausforderung bewältigt haben, sind sie stolz und glücklich. Kinder lernen besonders gut, wenn sie mit anderen Kindern zusammen sind.



„Handy, Tablet und Fernseher interessieren mich.“

Medien sind Teil des Alltags. Es ist wichtig, dass Sie für den Umgang mit Medien klare Regeln vereinbaren. Der Fernseher gehört nicht ins Kinderzimmer. Filme und Spiele müssen altersgerecht sein. Suchen Sie diese mit Ihrem Kind gemeinsam aus und stehen Sie als Ansprechpartner zur Verfügung.

Ein angemessener Umgang mit Medien gehört zur frühen Bildung und Erziehung. Wichtig ist, Kinder vor schädigenden Einflüssen von Medien zu schützen. Als Richtwert für den Konsum von Bildschirmmedien gilt eine halbe Stunde am Tag. Wenn Kinder über Medien mit Themen in Kontakt kommen, die sie nicht verstehen oder die sie überfordern, benötigen sie Erklärungen und Unterstützung.

Für Wohlbefinden und eine gesunde Entwicklung benötigt Ihr Kind täglich Bewegung. Spielen, Toben und sportliche Aktivitäten mit anderen Kindern tun ihm gut.

Kinder, die sich viel bewegen, lernen ihre Fähigkeiten kennen und stärken ihr Selbstvertrauen. Bei Aktivitäten mit anderen erwerben sie soziale Kompetenzen.

„Ich brauche Bewegung. Das macht mich glücklich.“



Sie helfen Ihrem Kind seine Gefühle besser zu verstehen, wenn Sie mit ihm darüber sprechen. Ihr Kind fühlt sich dann respektiert und verstanden. Es fällt ihm leichter, sich Ihnen anzuvertrauen. Wenn Sie die Gefühle Ihres Kindes nicht ernst nehmen, beeinträchtigt dies sein Selbstwertgefühl.

Damit Kinder sich selbst verstehen, brauchen sie Erwachsene, die gemeinsam mit ihnen herausfinden, was sie bewegt. Kinder können andere Menschen besser verstehen, wenn sie selbst Verständnis und Mitgefühl erfahren.



„Ich will, dass meine Gefühle verstanden werden.“



„Manchmal streite ich mit dir.“



Konflikte mit Ihrem Kind gehören zum Alltag. Im Streit sind Sie ein wichtiges Vorbild. Sie können Kritik an seinem Verhalten üben, Ihren Ärger angemessen ausdrücken und klare Grenzen setzen. Zeigen Sie, wenn der Streit beendet ist, und vertragen Sie sich wieder. Dadurch spürt Ihr Kind, dass Sie es trotz unterschiedlicher Auffassungen lieben. Körperliche Bestrafungen und seelische Verletzungen schaden Ihrem Kind und sind nicht erlaubt.

Streiten bedeutet, unterschiedliche Meinungen und Interessen zu äußern. Entscheidend ist ein fairer und wertschätzender Umgang. Rücksicht nehmen und Kompromisse schließen zu können, ist wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder. Kinder reifen an Konflikten, wenn diese gut gelöst werden.

bvkJ.Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.Mo–Fr: 9–11 Uhr
Di+Do: 17–19 Uhr

**Ansprechpartner für Ihre Fragen sind Ihre
Ärztinnen und Ärzte für Kinderheilkunde und
Jugendmedizin vor Ort. Informationen unter
www.kinderaerzte-im-netz.de**

Beratungsangebote für Eltern:
Anonym und kostenlos!
Bei kleinen Sorgen.
In schwierigen Situationen.



kindergesundheit-info.de

**Das Elternportal der Bundeszentrale für gesundheitliche
Aufklärung (BZgA) zum gesunden Aufwachsen von Kindern
mit vielen Tipps für den Alltag**



**Alle Filme zu den Elterninformationen
Seelisch gesund aufwachsen
finden Sie hier:**

<https://seelisch-gesund-aufwachsen.de>

**Die Filme stehen auf der Website
auch in den folgenden Sprachen
zur Verfügung:**

- Arabisch
- Englisch
- Französisch
- Russisch
- Türkisch

Hier geht's
zum Film

Diese Elterninformationen sind ein Gemeinschaftsprojekt von:



Techniker Krankenkasse (TK)
DAK-Gesundheit
hkk – Handelskrankenkasse
BARMER
KKH Kaufmännische Krankenkasse
HEK – Hanseatische Krankenkasse



**KASSENÄRZTLICHE
BUNDESVEREINIGUNG**



Impressum

Herausgeber:
Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

Anschrift:
Verband der Ersatzkassen e. V.
Askaniischer Platz 1
10963 Berlin

info@vdek.com
www.vdek.com

Idee & Konzeption:
Deutsche Liga für das Kind

Finanzierung durch:
- vdek
- AOK-Bundesverband
- BKK
- IKK e. V.
- KNAPPSCHAFT
- SVLFG

Design & Illustration:
Kai Herse & Anke am Berg

Fotos:
Eva Radünzel, Darja Pilz, Anja Hansmann

Druck:
KERN GmbH
In der Kolling 7
66450 Bexbach

Mit freundlicher Empfehlung

Hier geht's
zum Film