

Der erste Vorsorgetermin – die U3

Wenn Ihr Baby einige Wochen alt ist, steht der erste Besuch in unserer Praxis an – in der Regel handelt es sich dabei um die U3-Vorsorgeuntersuchung im Alter von 4 bis 6 Wochen. Die Kinderarztpraxis befindet sich im Erdgeschoß. Hier erklären wir, wie der Termin abläuft und welche Unterlagen Sie mitbringen sollten.

Was Sie mitbringen sollten

Die U1- und U2-Untersuchungen wurden in der Regel im Krankenhaus oder von Ihrer Hebamme durchgeführt. Dafür haben Sie das gelbe Untersuchungsheft erhalten, das Sie zu uns mitbringen sollten. Ab der U3 übernehmen wir als Ihre Kinderarztpraxis alle weiteren Untersuchungen. Wichtig ist:

- **Gelbes Untersuchungsheft:** Geben Sie es bei Ankunft am Empfang ab.
- **Entlassungsbrief aus dem Krankenhaus (falls vorhanden):** Reichen Sie diesen entweder vor Ort oder bereits vorab über Ihren Doctolib-Zugang ein.
- **Krankenversicherungskarte Ihres Babys (falls vorhanden):** Sollte die Karte noch fehlen, können Sie diese später nachreichen.
- **Ihre eigene Krankenversicherungskarte:** Diese benötigen wir ebenfalls.
- **Frische Windeln:** Falls Ihr Baby mit Windel gewogen wird, vermeiden frische Windeln ungenaue Messwerte.
- **Nahrung und Getränke:** Wartezeiten können vorkommen – bringen Sie deshalb etwas für Ihr Baby und sich selbst mit.

Der Ablauf der Untersuchung

Nach Ihrer Anmeldung am Empfang folgt der eigentliche Termin, der von unseren medizinischen Fachangestellten und einer/m unserer Ärzt*innen durchgeführt wird. Der Ablauf sieht typischerweise so aus:

- **Vorbereitung:** Ihr Baby wird entkleidet und, falls noch nicht geschehen, von der medizinischen Fachangestellten gewogen und gemessen.
- **Gespräch mit dem Arzt:** Der Arzt bespricht mit Ihnen die Ergebnisse der U1 und U2 und fragt nach der Geburt sowie den ersten Wochen zu Hause. Themen wie Schlaf-, Essverhalten und mögliche Auffälligkeiten werden ebenfalls angesprochen. Nutzen Sie die Gelegenheit, eigene Fragen zu stellen.
- **Körperliche Untersuchung:** Der Arzt prüft Herz- und Lungentöne, Reflexe, Beweglichkeit und das Hörvermögen Ihres Babys. Falls nötig, wird ein Ultraschall durchgeführt, um z. B. Hüftfehlstellungen auszuschließen.
- **Beratung:** Sie erhalten Tipps zu Stillen und Ernährung. Auch die Gabe von Vitamin D und Fluorid wird besprochen. Impfungen stehen bei der U3 noch nicht an, aber der Arzt wird die kommenden Impfungen mit Ihnen planen.
- **Hinweise für Eltern:** Es ist völlig normal, dass Ihr Baby weint oder unruhig ist – die fremde Umgebung kann es stressen. Bleiben Sie selbst ruhig, das hilft auch Ihrem Kind. Wir tun alles, damit Sie und Ihr Baby sich bei uns wohlfühlen. Die Räume sind warm, das Team freundlich und bunt gekleidet, und fehlende Hilfsmittel stellen wir gerne zur Verfügung.
- Ihr Baby wird entkleidet und, falls noch nicht geschehen, von der medizinischen Fachangestellten gewogen und gemessen.
- Der Arzt bespricht mit Ihnen die Ergebnisse der U1 und U2 und fragt nach der Geburt sowie den ersten Wochen zu Hause. Themen wie Schlaf-, Essverhalten und mögliche Auffälligkeiten werden ebenfalls angesprochen.
- Nutzen Sie die Gelegenheit, eigene Fragen zu stellen.

- Der Arzt prüft Herz- und Lungentöne, Reflexe, Beweglichkeit und das Hörvermögen Ihres Babys.
- Falls nötig, wird ein Ultraschall durchgeführt, um z. B. Hüftfehlstellungen auszuschließen.
- Sie erhalten Tipps zu Stillen und Ernährung. Auch die Gabe von Vitamin D und Fluorid wird besprochen.
- Impfungen stehen bei der U3 noch nicht an, aber der Arzt wird die kommenden Impfungen mit Ihnen planen.
- Es ist völlig normal, dass Ihr Baby weint oder unruhig ist – die fremde Umgebung kann es stressen. Bleiben Sie selbst ruhig, das hilft auch Ihrem Kind.
- Wir tun alles, damit Sie und Ihr Baby sich bei uns wohlfühlen. Die Räume sind warm, das Team freundlich und bunt gekleidet, und fehlende Hilfsmittel stellen wir gerne zur Verfügung.

Wichtige Fragen, die der Arzt stellen könnte

Um gut vorbereitet zu sein, können Sie sich bereits im Vorfeld Gedanken zu den folgenden Themen machen:

- Wie verliefen Geburt und die ersten Wochen mit Ihrem Baby?
- Gibt es gesundheitliche Probleme oder Auffälligkeiten?
- Wie ist der Schlaf- und Essrhythmus Ihres Babys?
- Stillen: Klappt es problemlos?
- Reagiert Ihr Baby auf Stimmen und Geräusche?
- Nehmen Sie Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel?

Tipps für einen reibungslosen Ablauf

Damit alles entspannt abläuft, hier ein paar praktische Tipps:

- Wählen Sie Kleidung für Ihr Baby, die sich leicht an- und ausziehen lässt.
- Packen Sie ein Kuscheltier, einen Schnuller und eine warme Decke ein.
- Notieren Sie Fragen im Vorfeld und machen Sie sich bei Bedarf während des Gesprächs Notizen.
- Scheuen Sie sich nicht, den Arzt bei Unsicherheiten anzusprechen – Ihre Fragen sind willkommen.

Nach der U3 folgt der nächste wichtige Meilenstein: die ersten Impfungen. Mehr über Impfungen im ersten Lebensjahr bekommen sie hier.