

Die Jugendgesundheitsuntersuchung J1 steht an!

Liebe Eltern,

Ihr Kind ist zwischen 12 und 14 Jahre alt und ein Jugendlicher bzw. eine Jugendliche geworden. Eine gute Gelegenheit, in den nächsten Monaten den allgemeinen Gesundheitszustand, den Impfstatus und die körperliche und geistige Entwicklung bei der kostenlosen Früherkennungsuntersuchung J1 zu überprüfen. Die meisten Jugendlichen gehen mit 13 Jahren zur J1 und werden von ihren Eltern zum Termin begleitet. Zu dieser Gesundheitsuntersuchung kann Ihr Kind aber auch alleine gehen.

Termin schon vereinbart?

Termin für die J1
im Alter zwischen 12 und 14 Jahren



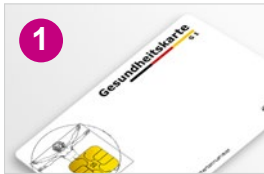
Was wird bei der J1 untersucht und besprochen?

- der körperliche Zustand (Größe, Gewicht etc.),
- der Impfstatus,
- das allgemeine Befinden und eventuelle Erkrankungen (z. B. Hautprobleme, Entwicklungsauffälligkeiten),
- die psychische Situation (z. B. Stress in der Schule oder im Freundeskreis),
- alle Fragen und Sorgen, die Ihr Kind hat (z. B. zum eigenen Körper und sexueller Entwicklung, zum Umgang mit Medien oder Suchtmitteln ...) und ansprechen möchte.



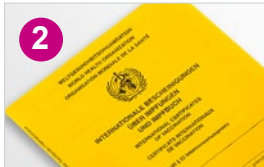
» Informationen zur [U1](#) | [U2](#) | [U3](#) | [U4](#) | [U5](#) | [U6](#) | [U7](#) | [U7a](#) | [U8](#) | [U9](#) | [J1](#)

Zu der J1-Untersuchung bitte mitnehmen!



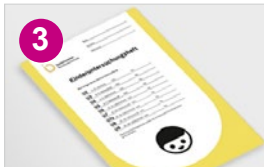
Gesundheitskarte/Krankenversicherungskarte des/der Jugendlichen

Die Versicherungskarte der Krankenkasse des/der Jugendlichen ist notwendig, damit der Arzt bzw. die Ärztin die Untersuchung durchführen kann.



Impfpass

In den Früherkennungsuntersuchungen wird regelmäßig der Impfstatus überprüft. Deshalb ist es wichtig, den Impfpass dabei zu haben.



Gelbes Kinderuntersuchungsheft

Im Gelben Untersuchungsheft wurden die Ergebnisse der Us eingetragen, die Ergebnisse der J1 werden hier eingelegt bzw. von der Praxis eingetragen. Falls es Unterlagen zu früheren Erkrankungen oder Besonderheiten im gesundheitlichen Zustand des/der Jugendlichen gibt, die der untersuchende Arzt bzw. die Ärztin noch nicht kennt, sollten diese mit zur Untersuchung gebracht werden.

Warum zur Jugendgesundheitsuntersuchung J1?

Viele Erkrankungen oder Entwicklungsauffälligkeiten lassen sich gut behandeln bzw. durch Förderung verbessern, wenn sie rechtzeitig entdeckt werden. Dafür sind die Früherkennungsuntersuchungen vor allem da. Zudem können alle Fragen, die Jugendliche vielleicht zum eigenen Körper, zu seelischen Problemen oder Sorgen haben, in aller Ruhe angesprochen werden. Der Impfstatus wird festgestellt und besprochen.

Mehr Hintergrundinformationen und praktische Hinweise halten wir für Sie und Ihr Kind auf www.kindergesundheit-info.de bereit:



» Informationen zur J1 mit vielen Links zu weitergehenden Informationen für Jugendliche
www.kindergesundheit-info.de/themen/frueherkennung-u1-u9-und-j1/j1-untersuchung/



www.j1-info.de informiert Jugendliche über den kostenlosen Gesundheits-Check J1:

- VIDEO ZUR J1-UNTERSUCHUNG
- CHAT MIT FRAGEN UND ANTWORTEN ZUR J1
- BEQUEME SUCHE NACH ÄRZTLICHEN PRAXEN
- ERINNERUNGSSERVICE AN DIE J1-TERMINVEREINBARUNG

FÜR JUGENDLICHE
J1-INFO.DE



Diese Themen sind für Jugendliche jetzt besonders wichtig!

**ins-netz-gehen.de**

Interaktives Internetportal für Jugendliche zum medienkompetenten Umgang mit Computer, Smartphone, Videospielen und Internet. Mit Selbstchecks und Angeboten, sich online beraten und helfen zu lassen, wenn's Probleme gibt.

www.ins-netz-gehen.de/

**loveline.de**

Mit loveline.de stellt die BZgA ein Internetportal mit seriösen Informationen für Jugendliche zu Liebe, Freundschaft, Aussehen, Sexualität und Verhütung bereit.

www.loveline.de/

**impfen-info.de**

Ist der Impfschutz vollständig? Stehen noch Auffrischungen von Impfungen an? Infos rund um den empfohlenen Impfschutz für Jugendliche

www.impfen-info.de/impfempfehlungen/fuer-jugendliche-12-17-jahre/

**null-alkohol-voll-power.de**

informiert Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren über die Risiken von Alkoholkonsum und regt sie zu einer Lebensgestaltung ohne Alkohol an.

www.null-alkohol-voll-power.de/

**bzga-essstoerungen.de**

Informationen über Essstörungen wie Magersucht oder Bulimie für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte.

www.bzga-essstoerungen.de/

**uebergewicht-vorbeugen.de**

BZgA-Themenportal zu Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen.

www.uebergewicht-vorbeugen.de/

**rauch-frei.info**

Infos für Jugendliche über Wirkungen, Risiken und gesundheitliche Folgeschäden von Zigarettenrauchen, Tabakerhitzern und Shishas.

rauch-frei.info/

**Infektionsschutz.de**

Alles Wissenswerte rund um Infektionskrankheiten, Übertragungswege, Erkrankungen und welche Schutzmöglichkeiten es gibt.

www.infektionsschutz.de/