



Frühkindliche Prävention

Herausforderungen und
Perspektiven
Zukunftsdialog 2016

Dr. Thomas Kauth

Kinder- und Jugendarzt/Sportmedizin
Ausschuss Prävention/Frühtherapie BVKJ
Plattform Ernährung und Bewegung

Workshop 1:

Bündnis zum Ausbau

**präventiver Beratungen
in
Vorsorgeuntersuchungen.**

Wie geht's weiter?

in FORM
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

peb

plattform
ernährung und
bewegung e.v.

Übergewichtige Kinder



Begrenzter Interventionserfolg

Deutsches Ärzteblatt 10. Feb. 2006 Übergewichtige Kinder – Begrenzter Interventionserfolg

Weniger als 1 % der adipösen Kinder und Jugendlichen werden nach den Leitlinien behandelt. Die Therapie zeigt häufig keine langfristigen Erfolge, ist aufwändig und teuer!

Die Prävention muss verbessert werden!

...denn es wird nicht besser werden:

Lobstein und Jackson-Leach 2016:
(2016 World Obesity.Pediatric Obesity)

Planning for the worst: estimates of obesity in school-age children in 2025

Neuer Ansatz für eine Prävention von Adipositas

Frühkindliche Prägung/perinatale Programmierung

Die **Ernährungs- (und Bewegungs-) Situation** während der **Schwangerschaft** und im **frühen Säuglingsalter** haben einen dauerhaften, „prägenden“ Einfluss auf die spätere Entstehung von Übergewicht, Typ 2-Diabetes und hiermit assoziierten kardiovaskulären Erkrankungen bei Mutter und Kind.

(modifiziert durch T. Kauth)

Forschungsbereich Epigenetik

Prof. A. Plagemann/Prof. JW. Dudenhausen

Klinik für Geburtsmedizin, Charite Campus Virchow Klinikum, Berlin

<http://perinatal-programming.charite.de>

Prof. B. Koletzko

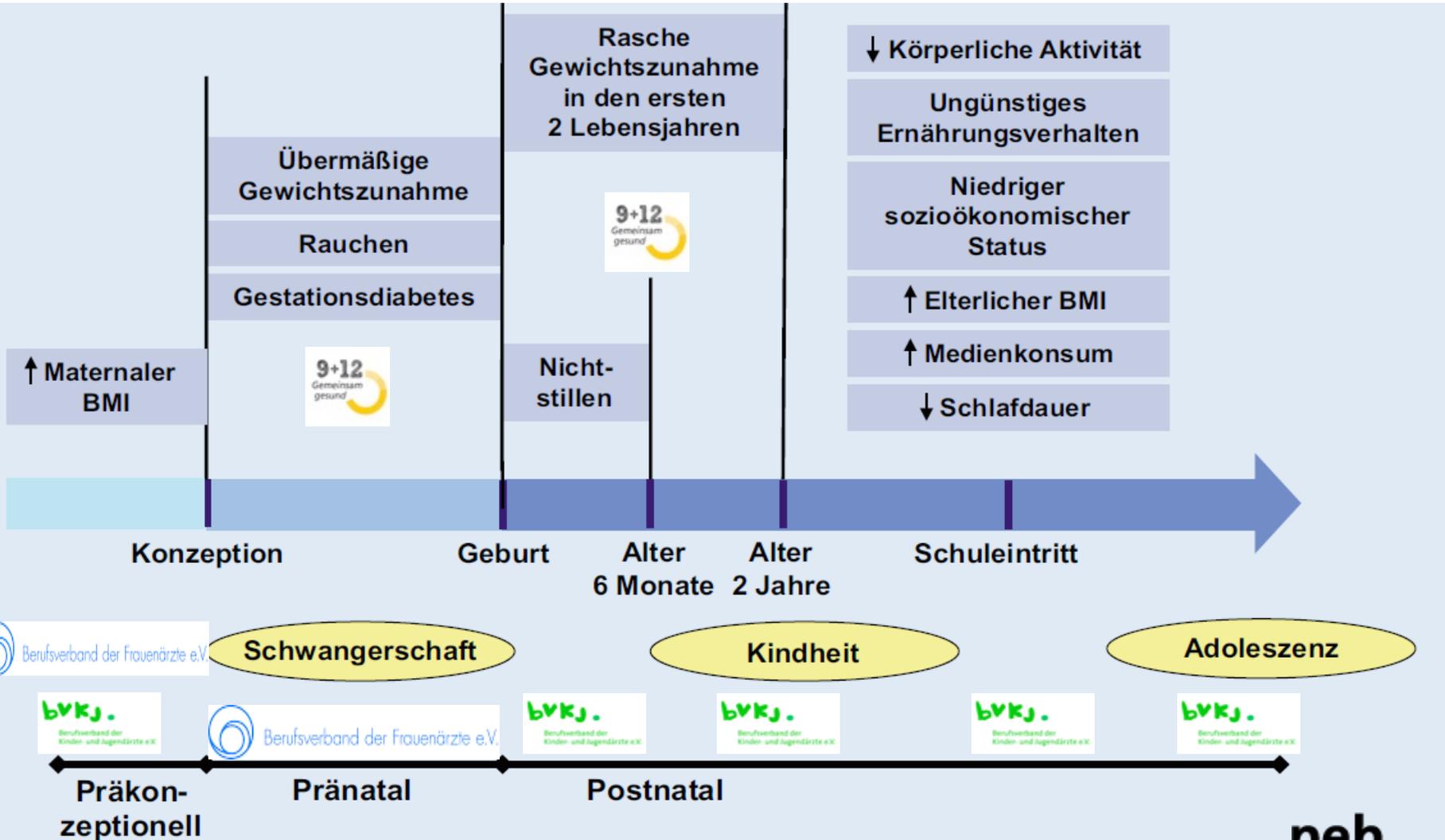
Kinderklinik und Poliklinik,

Dr. von Haunersches Kinderspital München

<http://www.project-earlynutrition.eu>



Frühe Risikofaktoren für Adipositas bei Kindern (frühkindliche Prägung – metabolische Programmierung)



Frauenärzte und Kinder- und Jugendärzte erreichen annähernd 100 % aller jungen Familien

V. Brüll, E. Hucklenbruch-Rother, R. Ensenauer

Experimentelle Pädiatrie m. S. Stoffwechselstörungen, Arbeitsgruppe Molekulare Ernährung, Klinik für Allgemeine Pädiatrie, Neonatologie und Kinderkardiologie, Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendmedizin, Universität zu Köln,

Monatsschrift Kinderheilkunde 2 - 2016



plattform
 ernährung und
 bewegung e.v.

Ernährung u. Bewegung in der Schwangerschaft u. erstem Lebensjahr

Handlungsempfehlungen

2010/2011/2013/2016

Ernährung in der Schwangerschaft
Säuglingsernährung
Ernährung der Stillenden

<http://www.gesund-ins-leben.de/fuer-fachkraefte/handlungsempfehlungen/>

Lenkungsgruppe
Die Leitung und die strategische Steuerung des Netzwerks "Gesund ins Leben" liegen in der Hand einer Lenkungsgruppe. Diese setzt sich aus Vertreterinnen und Vertretern verschiedener Institutionen zusammen.

 **Berufsverband der Frauenärzte e.V.**

Dr. med. Christian Albring (Präsident)
Dr. med. Burkhard Scheele (Hauptgeschäftsführer)

 **Berufsverband der Frauenärzte e.V.**


Deutscher Hebammenverband e.V.

Gerda Weiser (Präsidiumsmitglied)
Aleyd von Gartzten (Beauftragte für Stillen & Ernährung, Präsidiumsmitglied)

 **Deutscher Hebammenverband e.V.**


Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.

Dr. med. Wolfram Hartmann (Präsident)
Stephan Eßer (Berlin-Beauftragter)
Christel Schierbaum (Geschäftsführerin)

 **Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.**


peb

Dr. Andrea Lambeck (Geschäftsführerin)

 **Plattform Ernährung und Bewegung e.V.**


Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Ursula Horzetzky (Leiterin Referat 212: Ernährungsinformation, Ernährungsprävention)
Ingrid Bernard (Referat 212: Ernährungsinformation, Ernährungsprävention)

 **Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft**


Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung

Christina Hummel (Projektgruppe 525: Ernährungsaufklärung)

 **Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung**


a i d

Leuchtturmprojekt zur Entwicklung und Erforschung von Kooperationsstrukturen zur **Übergewichtsprävention** im Rahmen der gesetzlichen Vorsorgeuntersuchung im Landkreis Ludwigsburg (Vorbereitung 2009-2011; Start Januar 2012)



Gemeinsam gesund in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr im Landkreis Ludwigsburg
Frauenärzte – Hebammen – Kinder- und Jugendärzte
Auf Initiative der Frauenärzte, Hebammen und Kinder- und Jugendärzte im LK LB

Schirmherrschaft: Bundesministerin I. Aigner (BMELV) und Bundesminister D. Bahr (BMG)

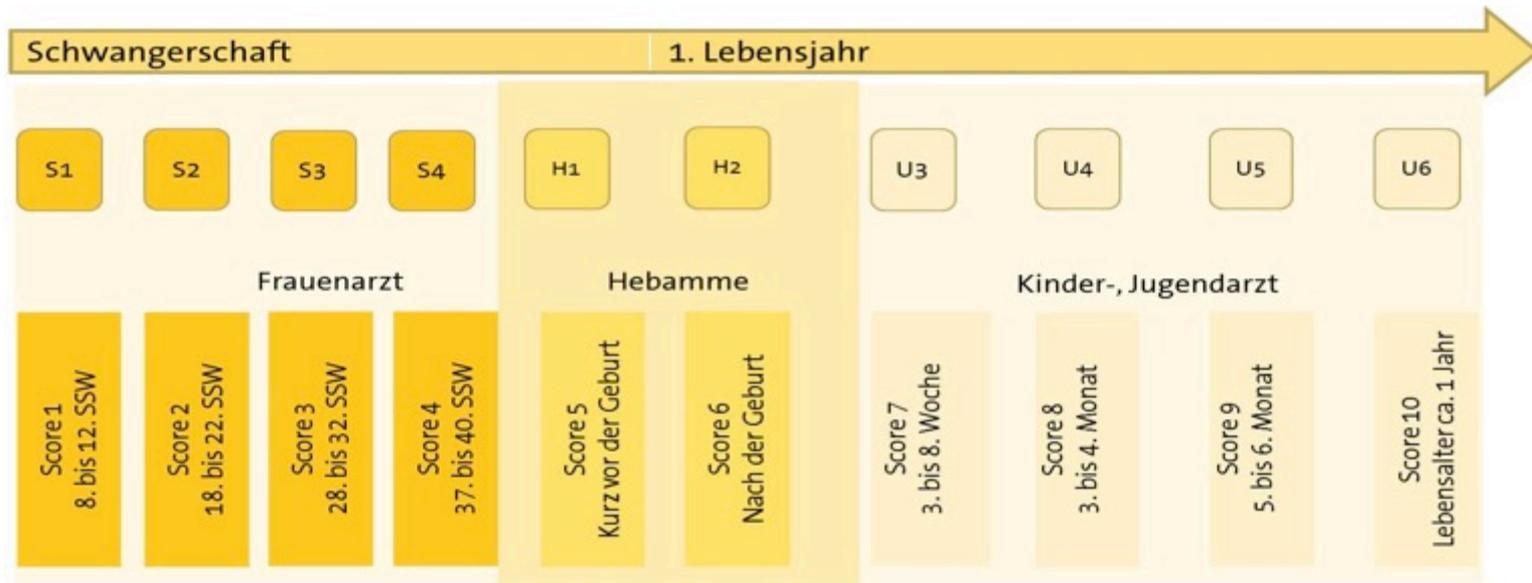


Projektbeschreibung

- Erweiterung der regulären **Vorsorgeuntersuchungen** in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr um **präventive Elemente**.
- **Individuelle, bedarfs- und zielgruppengerechte Beratungen** zu Ernährung und Bewegung.
- **Koordinierte und widerspruchsfreie Informationen** von Frauenärzten, Hebammen sowie Kinder- und Jugendärzten.
- **Übertragung** der vom „**Gesund ins Leben - Netzwerk Junge Familie**“ (NWJF) entwickelten Handlungsempfehlungen **in die Praxis**.

Projektstruktur

- Dauer der Intervention: 21 Monate pro Familie
(**9** Monate in der Schwangerschaft und **12** Monate nach der Geburt).
- Zehn Interventionszeitpunkte:



Projektziele

Ziele 1. Ebene

Prävention von **Übergewicht/Adipositas** bei Kindern.

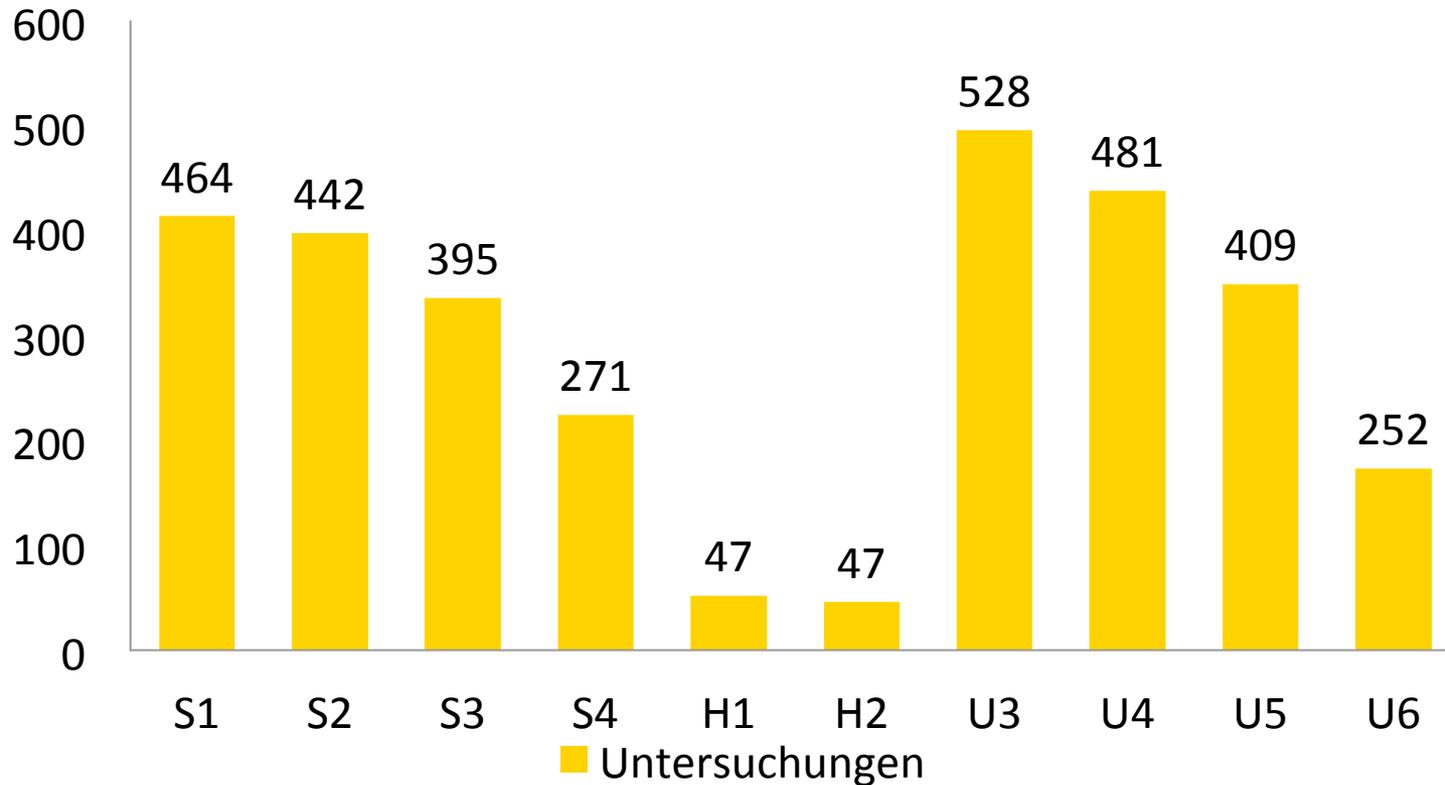
- **Systematische Verbesserung der Ernährungs- und Bewegungssituation** der werdenden/jungen Eltern und **positive frühkindliche Prägung** durch **einheitlichen** und **nicht unterbrochenen** Informationsfluss.
- Motivation zu einem **gesundheitsförderlichen Lebensstil** mit Feststellung der Schwangerschaft bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes.

Ziele 2. Ebene

- Erforschung und Entwicklung von **Kooperationsstrukturen** der Übergewichtsprävention.

Modellprojekt Ludwigsburg: Ergebnisse

- Anzahl der Teilnehmerinnen: **n=1.005** (mit ausgewerteten Evaluationsbögen)



Ergebnisse der Evaluation (ComX + Checklisten)

- 9+12 erreicht **mehr adipöse** Frauen (BMI >30; 17% vs. 8%) und Familien mit **Migrationshintergrund** (29% vs. 19,5% Bevölkerung bundesweit)
- 9+12-Akteure (Frauenärzte/Hebammen/Kinder- und Jugendärzte) haben eine **höhere Konsistenz** in den **Beratungen zu Ernährung und Bewegung** bei der gemeinsamen Betreuung der jungen Familien (gemeinsame Botschaften widerspruchsfrei).
- 9+12-Frauen (-Familien):
 - erhalten **eher bewegungsförderliche Empfehlungen** durch Frauenarzt und Hebamme und **setzen diese um**
 - Nehmen häufiger an **Rückbildungskursen** teil
 - Fördern häufiger das **Bewegungsverhalten des Kindes**
 - Setzen besser die **Ernährungsempfehlungen** in der Schwangerschaft und im ersten Lebensjahr um



Weniger Nikotin und Alkohol

- Mehr Teilnehmerinnen halten sich in der Schwangerschaft und nach der Entbindung an die Empfehlungen zum Genussmittelkonsum
 - In der Schwangerschaft geben **90%** an, **nicht oder nicht mehr zu rauchen**. 8,5% der „9+12“-Teilnehmerinnen rauchen weniger. (KIGGS: 17 % Raucherinnen)
 - **96% (S1) bzw. 97,5% (S2) der Schwangeren** und 94% (U3) der Mütter geben an, **keinen Alkohol** zu trinken. Ein regelmäßiger Alkoholkonsum wurde nur im Einzelfall (0,2%) beobachtet. Einige Frauen **trinken ab und zu Alkohol (4% S1; 6% U3)**. (KIGGS 8,5 – 20,3 % Alkoholkonsum)

Abb.2 ► Rauchen und Alkoholkonsum in der Schwangerschaft: Beziehung zum Sozialstatus

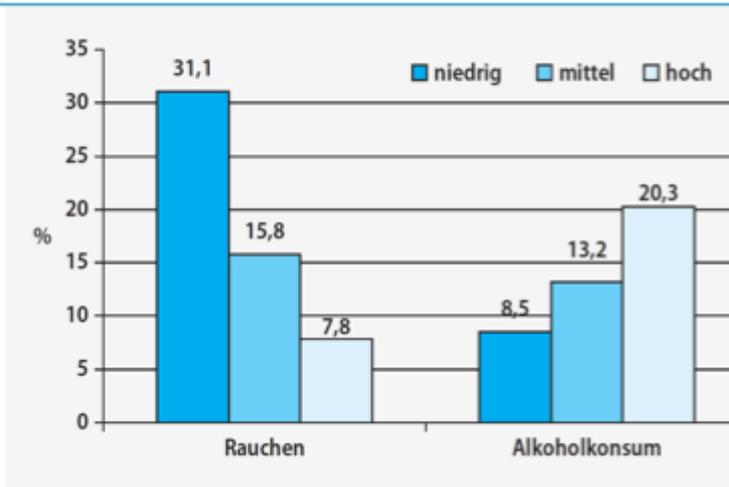


Tabelle 3

Raucherprävalenz [%] in der Schwangerschaft im Vergleich

KIGGS 2003–2006	Euro-Scip III, 2006	Kreißsaal-Befragung vs. Perinatalerhebung Berlin, 1999	Berlin, 27. Schwangerschaftswoche, 2001
17,5	16,9	19,5 vs. 13,8	23,5



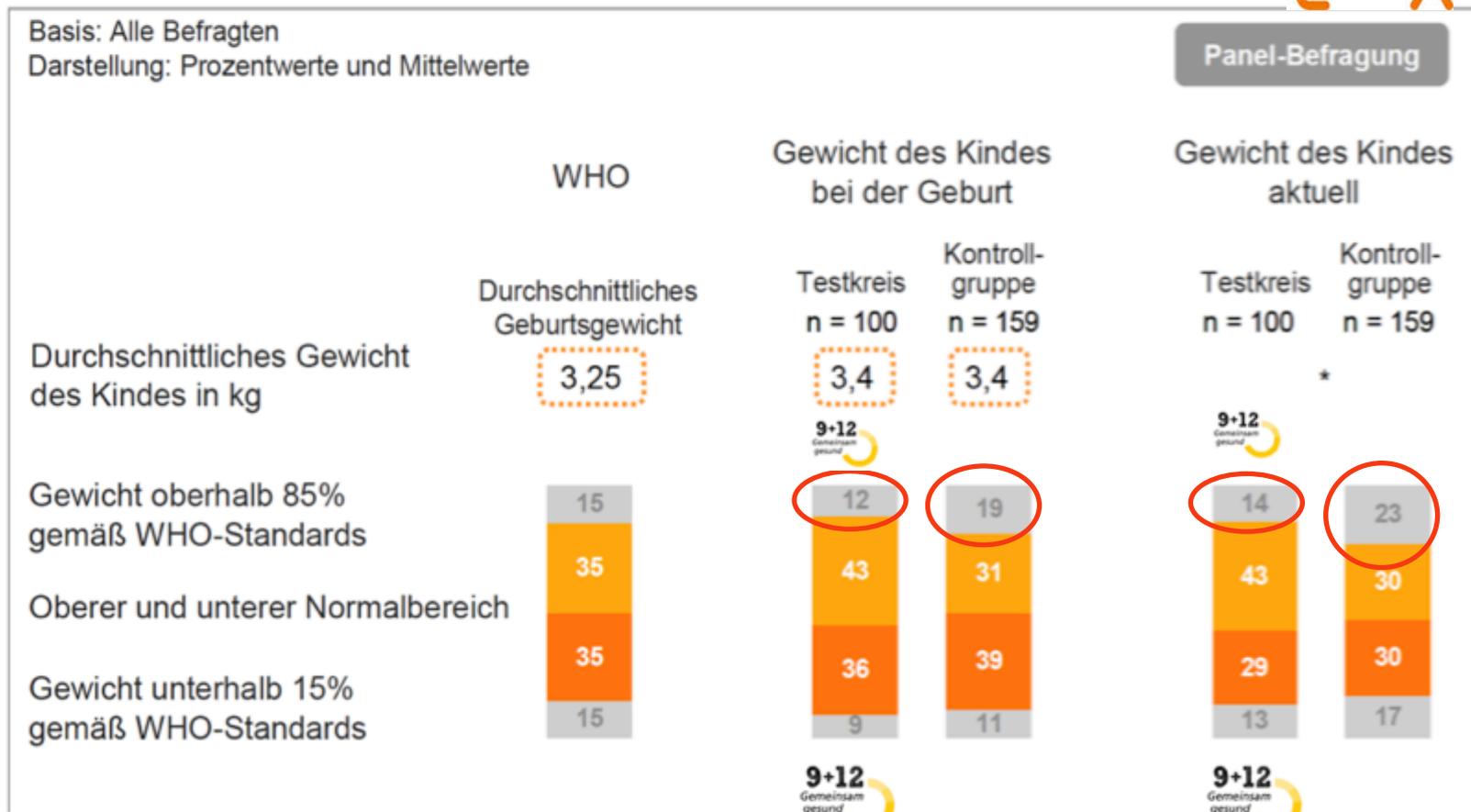
Modellprojekt Ludwigsburg: Ergebnisse

20 % weniger Kaiserschnitte

- Die Gruppe der „9+12“-Teilnehmerinnen weist eine geringere Kaiserschnitttrate als im Bundes- und Ländervergleich auf:
 - Sectiorate bei „9+12“-Teilnehmerinnen: 27%;
 - Kaiserschnitttrate in Deutschland: 31,8% (2014)
 - Sectiorate in Baden-Württemberg: 32,6% (2014).

Abb. 55: Gewicht(sentwicklung) des Kindes

Com-X



Bei der Geburt und bei Kontrollen im ersten Lebensjahr waren die 9+12 Säuglinge seltener übergewichtig/adipös (-35%).

GeliS = 3 Beratungen in der SS und 1 nach der Geburt

Teilnehmen können gesunde schwangere Frauen

- vor der 12. Schwangerschaftswoche
- im Alter von 18-43 Jahren
- die sich normal bewegen dürfen
- bei denen keine Mehrlingsschwangerschaft vorliegt

Was erwartet die Schwangeren?

Zusätzlich zur üblichen Schwangerenvorsorge:

In den Interventionsregionen

- drei kostenlose individuelle Beratungsgespräche (je ca. 30-45 min) während der Schwangerschaft zu Ernährung, Bewegung und gesunder Lebensweise in der Schwangerschaft
- ein kostenloses Beratungsgespräch (ca. 30-45 min) nach der Geburt zu Ernährung und Bewegung in der Stillzeit, zur Ernährung des Säuglings und weitere nützliche Hinweise
- viele Materialien für die Schwangere und ihr Baby

In den Vergleichsregionen

- eine Teilnehmermappe mit Informationen, Fragebögen und den wichtigsten Tipps für einen gesunden Lebensstil von Mutter und Kind

Als Dank für die Teilnahme und Unterstützung unseres Projekts erhalten alle teilnehmenden Schwangeren zudem ein kleines Überraschungspaket.

GeliS-Information

Die 2000 sind erreicht!

Dank Ihrer Unterstützung nehmen mittlerweile **2000 Schwangere** in ganz Bayern an der GeliS-Studie teil. Die Rekrutierung der Schwangeren geht somit in die letzte Phase und unser Ziel von 2500 Schwangeren rückt in greifbare Nähe.

Wir werden Ihnen rechtzeitig Bescheid geben, wenn die Rekrutierung abgeschlossen ist und wir keine weiteren Schwangeren für die Studie benötigen.

Auf zum Endspurt!

Über 1100 GeliS-Babys

1100 Studienteilnehmerinnen haben ihre Kinder bereits geboren und die Studie mit dem letzten Beratungsgespräch nach der Geburt abgeschlossen. Herzlichen Dank für die Übermittlung der Kopien von Mutterpass und Geburtenprotokoll sowie aller weiteren Unterlagen und Daten!

5 neue GeliS-Berater

Im Mai/Juni wurden fünf weitere med. Fachkräfte geschult und durften das Zertifikat zum GeliS-Berater entgegen nehmen. Wir wünschen den neuen GeliS-Beratern viel Erfolg bei der Umsetzung der GeliS-Studie.

Wie wird das Projekt durchgeführt?

Die Beratungen in den Interventionsregionen werden durch Hebammen oder Fachpersonal in der Frauenarztpraxis durchgeführt, welche eine spezielle, kostenfreie Schulung zu den Themen Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft absolviert haben. Alle Materialien zur Beratung werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

GeliS

Gesund leben in der Schwangerschaft

**Eva Rosenfeld oder
Luzia Kick**

Telefon:

Mobil: 0152/22637381;
Tel.:08161/71-2778 oder
-2790

E-Mail:

GeliS@kern.bayern.de

Adresse:

Kompetenzzentrum
für Ernährung - KERN
Am Gereuth 4
85354 Freising

Beratungen durch Hebammen und Fachpersonal in Frauenarztpraxis



Hamburger Präventionsprojekt

STOPP Übergewicht und Diabetes bei Mutter und Kind

Projekt zur langfristigen Reduzierung von Adipositas, Gestationsdiabetes und manifestem Diabetes bei Müttern und ihren Kindern



Ist nachhaltige Primärprävention und Frühe Hilfe

Ein Projekt in der gemeinnützigen
Stiftung Kind und Jugend des BVKJ
und der
Hamburger Gesellschaft für Diabetes
und
Partner von Gesund ins Leben -
Netzwerk Junge Familie



Mehr Gesundheit für die werdende Mutter und ihr Kind!

STOPP

Übergewicht und Diabetes bei Mutter und Kind

Kostenlose persönliche Beratung zu Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft und in den ersten 2 Lebensjahren des Kindes zusätzlich zur Betreuung durch Ihre Frauenärztin/Ihren Frauenarzt und Ihre Kinderärztin/Ihren Kinderarzt

Für wen?
Für schwangere Frauen mit Übergewicht, Adipositas und Schwangerschaftsdiabetes

Warum?
Um bei deren Kindern möglichem Übergewicht, Adipositas und Diabetes langfristig vorzubeugen

Wen kann ich ansprechen?
Ihre Frauenärztin/ Ihren Frauenarzt

Frauen mit den Gesundheitsrisiken Übergewicht/Adipositas oder Gestationsdiabetes

Begleitung vom Beginn der Schwangerschaft bis zum Ende 2.LJ des Kindes

Projekt nicht anstatt, sondern ergänzend zur Behandlung durch Frauen- und Kinderarzt

Projektkoordinator knüpft Netzwerk aus Familie und Behandlern u. hält aktiv Kontakt

Die Behandler wissen mehr voneinander

Gleichlautende, verständliche Empfehlungen und Schulungen für die Familie

Die Familie nimmt bestehende Behandlungsangebote besser in Anspruch

Anleitung der jungen Familie zu einer gesunden Lebensführung

Präventionspass

So erreichen Sie uns

STOPP-Projekt

Angela Falkenberg - Projektkoordinatorin
Tel.: 040-688 91 476 · Fax: 040-788 07 384

stopp.gruppe@online.de · www.hhgd.de/stopp

STOPP-1 Schwangerschaft	STOPP-2 1.-2.Lebensjahr	STOPP-3 >2.Lebensjahr
<p>BMI>25 bei Erstvorstellung in der Frauenarztpraxis bzw. Auftreten GDM im Schwangerschaftsverlauf</p>	<p>Regel Vorsorge-U Pädiater</p>	<p>Kindliche u. mütterliche Entwicklung Langzeitbeobachtung jenseits des 2.LJ</p>
<p>Regel SS-Vorsorge Frauenarzt</p>	<p>Erweiterte Vorsorge STOPP (Erährungs- u. Bewegungs-Programm 5 Termine)</p>	
<p>Erweiterte Vorsorge STOPP (Erährungs- u. Bewegungs-Programm 5 Termine)</p>	<p>Erweiterte Vorsorge STOPP (Erährungs- u. Bewegungs-Programm ganze Familie)</p>	
<p>Enge Begleitung durch Projektkoordinatorin</p>	<p>Enge Begleitung durch Projektkoordinatorin</p>	<p>Primär-, Sekundär-, Tertiär-Outcome Kind und Mutter</p>
<p>Primär-, Sekundär-, Tertiär-Outcome Mutter und NG</p>	<p>Primär-, Sekundär-, Tertiär-Outcome Kind und Mutter</p>	<p>Kind 2 Jahre alt</p>

Bündnis Frühkindliche Prävention – gemeinsam vorsorgen

- **Gründungspartner (9/2015)**
 - “9+12”
 - “Gesund ins Leben - Netzwerk Junge Familie“
 - Berufsverband der Frauenärzte e.V.
 - Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.

Gemeinsam setzen sich die Gründungspartner dafür ein,

- das **Bewusstsein** für die Bedeutung der frühkindlichen Prävention in der Fachöffentlichkeit zu steigern.
- die **gesetzlich verankerten Vorsorgeuntersuchungen** in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr um präventive **Beratungsleistungen zu Ernährung und Bewegung** zu erweitern.
- relevante **Stakeholder des Gesundheitswesens** wie **Krankenkassen, Kassenärztliche Vereinigungen**, Präventionsakteure, Fachgesellschaften u. v. m. für die Wahrnehmung und Nutzung dieses frühen Präventionspotenzials zu gewinnen.

Neues Kinderuntersuchungsheft GBA neue Kinderrichtlinien 2016



Gemeinsamer
Bundesausschuss

Name _____

Vorname _____

Geburtsdag _____

Kinderuntersuchungsheft

Bitte bringen Sie Ihr Kind zur Untersuchung:

U2 3.-10. Lebenstag vom: _____ bis: _____

U3 4.-5. Lebenswoche vom: _____ bis: _____

U4 3.-4. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

U5 6.-7. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

U6 10.-12. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

U7 21.-24. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

U7a 34.-36. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

U8 46.-48. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

U9 60.-64. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

Diese Untersuchungstermine sollten Sie im Interesse Ihres Kindes bitte genau einhalten.



9 Vorsorgen (+ J1): etwas präv. Beratung
Die ersten 1000 Tage zur Prävention werden nicht genutzt (nicht im Prävg)

Erweitertes Vorsorgeprogramm (PaedPlus)

Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte

Bitte denken Sie daran, rechtzeitig einen Termin für die nächste Vorsorgeuntersuchung mit uns zu vereinbaren!

Untersuchung	Alter
Paed.Check® Geburt (U1)	Geburt
Paed.Check® Start (U2)	1 Woche (3.-10. Lebenstag)
Paed.Check® 0.1 (U3)	1 Monat (4.-6. Lebenswoche)
Paed.Check® 0.3 (U4)	3 Monate (3.-4. Monat)
Paed.Check® 0.6 (U5)	6 Monate (6.-7. Monat)
Paed.Check® 1.0 (U6)	1 Jahr (10.-12. Monat)
Paed.Check® 2.0 (U7)	2 Jahre (21.-24. Monat)
Paed.Check® 3.0 (U7a)	3 Jahre (34.-36. Monat)
Paed.Check® 4.0 (U8)	4 Jahre (46.-48. Monat)
Paed.Check® 5.0 (U9)	5 ¼ Jahre (60.-64. Monat)
Paed.Check® 7.0 (U10)	7-8 Jahre
Paed.Check® 9.0 (U11)	9-10 Jahre
Paed.Check® 13.0 (J1)	13 Jahre (12-14 Jahre)
Paed.Check® 16.0 (J2)	16-17 Jahre

mehr Vorsorgen
—
mehr Prävention

Viele weitere Informationen auf www.kinderaerzte-im-netz.de

Dort können Sie sich auch für das kostenlose Recall-System anmelden und an alle Impf- und Vorsorgetermine erinnern lassen (Startseite/Impfen schützt/Terminerinnerung).

Dieses Heft darf (auch in Auszügen) nur mit Genehmigung des BVKJ genutzt oder kopiert werden.

Paed.Plus®

Dieses erweiterte Vorsorgeheft Paed.Plus® wurde Ihnen überreicht von Ihrer Praxis für Kinder- und Jugendmedizin



bvkj.

Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e. V.

bvkj. Service
GmbH

13 Vorsorgen (+ J1): viel präventive Beratung

Herz, Kreislauf

Auskultation:

- Herzfrequenz
- Herzrhythmus
- Herztöne
- Herznebenegeräusche
- Femoralispulse

**Bewegungsapparat
(Knochen, Muskeln, Nerven)**

Inspektion des ganzen Körpers in Rücken- und Bauchlage und aufrecht gehalten:

- Asymmetrien
- Schiefhaltung
- Spontanmotorik
- Muskeltonus
- passive Beweglichkeit der großen Gelenke
- Muskeleigenreflexe

Kopf

- Fehlhaltung
- Dysmorphiezeichen
- Schädelnähte
- Fontanellentonus

Mundhöhle, Kiefer, Nase

- Auffälligkeiten an Zähnen und Schleimhaut
- Verletzungszeichen
- behinderte Nasenatmung
- fehlender Mundschluss
- auffälliger Stimmklang (z. B. Heiserkeit und Näseln)

Augen

- Inspektion:**
- morphologische Auffälligkeiten

- Nystagmus
- Kopffehlhaltung

Brückner-Test:

- Transilluminationsunterschied (z. B. bei Trübung der brechenden Medien, Strabismus, Anisometropie)

Prüfung der Blickfolge mit einem geräuschlosen, das Kind interessierenden Objekt (z. B. Lichtquelle):

- Fixationsschwäche rechts/links

Pupillenstatus:

- Vergleich Größe, Form, Lichtreaktion rechts/links

Eltern sind unzufrieden mit der Entwicklung und dem Verhalten des Kindes, weil:

Beratung

! Bei erweitertem Beratungsbedarf bitte ankreuzen!

Beratung vor allem zu folgenden Themen:

- Unfallverhütung
- Sprachberatung: Förderung von „Muttersprache“ und deutscher Sprache (einschließlich der Laut- und Gebärdensprache)
- Ernährung
- Rachitisprophylaxe mittels Vitamin D und Kariesprophylaxe mittels Fluorid
- Sucht
- Aufklärung über Impfungen/Vorschlag eines Impftermins, Impfstatus entsprechend Schutzimpfungs-Richtlinie des G-BA überprüfen
- Hinweise zur Mundhygiene (Zahnpflege) und zahnchonende Ernährung
- Informationen zu regionalen Unterstützungsangeboten (z. B. Eltern-Kind-Hilfen, Frühe Hilfen)
- Verweis zum Zahnarzt zur Abklärung von Auffälligkeiten an Zähnen und Schleimhaut

Bemerkung:

**Was Kleinkinder brauchen – darauf sollten Eltern achten!
U6/Paed.Check 1.0**



„So schmeckt’s mir!“

Ihr Kind kann jetzt bei den Familienmahlzeiten mitessen. Am besten sind viel Gemüse, Obst und Vollkornprodukte und mäßig viele tierische Lebensmittel wie Milch, Fleisch und Fisch.



„Essenspausen bitte!“

Achten Sie auf Essenspausen. Kinder brauchen 5 Mahlzeiten am Tag und dazwischen keine weiteren Snacks. Süßes sollte es nur einmal am Tag in kleinen Mengen geben.



„Wasser marsch!“

Die besten Durstlöcher für Ihr Kind sind Wasser und ungesüßte Kräuter- und Früchtetees. Süße Getränke sind nichts für kleine Kinder. Lassen Sie Ihr Kind aus dem Becher trinken, nicht aus der Flasche.



„Volle Kraft voraus!“

Gönnen Sie Ihrem Kind so viel Bewegung wie möglich. Wenn es das Wetter zulässt, auch täglich eine Stunde draußen. Parken Sie es nicht vor dem Fernseher.



„Eine saubere Sache!“

Reinigen Sie nach jedem Frühstück und Abendessen die Zähne mit einer Kinderzahnbürste – aber ohne Zahnpasta. Denn die wird leicht verschluckt. Geben Sie weiter täglich eine Fluorid-Tablette. Ob mit oder ohne Vitamin D sagt Ihnen Ihr Kinder- und Jugendarzt.



„Drück auf die Tube!“

Zu viel Sonne schadet dem Kind, Sonnenschutz ist Pflicht. Bedecken Sie möglichst viel Haut mit Kleidung, bleiben Sie überwiegend im Schatten und meiden Sie Mittagssonne. Verwenden Sie ab dem 1. Geburtstag Sonnenmilch mit hohem Lichtschutzfaktor.



„Tu das nicht!“

Egal wie anstrengend Ihr Kind ist, schlagen Sie es niemals! Fragen Sie stattdessen Ihren Kinder- und Jugendarzt, wie sich Probleme lösen lassen.

Regionale Unterstützungsangebote für Familien (Frühe Hilfen etc.):

Mutterpass: nur 2 x in der SS präventive Beratung



Beratung der Schwangeren

- a) Ernährung (u.a. Jodzufuhr), Medikamente, Genussmittel (Alkohol, Tabak und andere Drogen)
- b) Tätigkeit/Beruf, Sport, Reisen
- c) Risikoberatung
- d) Geburtsvorbereitung/Schwangerschaftsgymnastik
- e) Krebsfrüherkennungsuntersuchung
- f) Zum HIV-Antikörpertest
• HIV-Antikörpertest durchgeführt: ja nein
- g) Zur Mundgesundheit

Vorschlag BVKJ/BVF/NWJF: mehr präventive Beratung

Aufkleber für den Mutterpass (Rückseite)

in FORM
Deutsche Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

Gesund ins Leben
Netzwerk Junge Familie

Mama, das wünsch' ich mir von dir!



„Tu uns was Gutes!“
Iss reichlich Gemüse, Obst, Vollkorn- und genug Milchprodukte.



„Wasser marsch!“
Wasser ist der beste Durstlöcher. Lass süße Getränke stehn.



„Alkohol und Qualm – Nein, danke!“
Alkohol und Tabakrauch sind pures Gift für mich. Auch kleine Mengen schaden mir.



„Runter vom Sofa!“
Bleib auch mit Bauch aktiv. Das macht uns beide fit.



„Stillprofi gesucht!“
Stillen ist für uns das Beste. Bereite dich schon jetzt drauf vor.

www.gesund-ins-leben.de
www.in-form.de

© aid Infodienst e. V. 2015
Idee: Universität Paderborn
Bestell-Nr. 3330, bestellung@aid.de

Bestell-Nr. 3330, bestellung@aid.de

Ausbau präventiver Beratungen in den Vorsorgeuntersuchungen – wie geht es weiter?

- Wer soll die präventiven Beratungen durchführen?
(Ärzte, Hebammen, MFAs, Gesundheitsberater, weitere?)
- Reichen präventionsorientierte Beratungen aus oder sollen es präventive Beratungen sein?
- Wie können diese Beratungen finanziert werden?
Was sind diese Beratungen wert?
- Welche Voraussetzungen sind notwendig, damit die Beratungen qualitätsgesichert (fachlich/methodisch) durchgeführt werden?
- Welche Rolle wird das Netzwerk „Gesund ins Leben“
- Netzwerk junge Familie spielen?
- Weitere Ideen/Impulse