Hepatitis B (HB) und Humane Papillomviren (HPV)

Beide Infektionen werden durch Viren verursacht und sind sexuell übertragbar. HB auch durch Blutkontakt. Gegen beide Infektionen kann man sich aber impfen lassen! Die HPV-Impfung wird allen Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 14 Jahren empfohlen. Spätestens bis zum 18. Geburtstag sollen versäumte Impfungen nachgeholt werden.
So seid ihr sicher vor Genitalwarzen und Krebsarten geschützt, die durch HP-Viren verursacht werden können.



»Die J1 ist der ideale Zeitpunkt, den Impfschutz zu überprüfen und zu ergänzen.«

Bei der J1 …

- … handelt es sich um eine **kostenlose Vorsorgeuntersuchung**, die dir sagt, ob alles okay ist.
- … wird dein Körper auf eventuelle **Störungen** und **Erkrankungen** untersucht.
- … wird deine **körperliche Entwicklung** und dein Wachstum überprüft.
- … wird dein **Impfstatus** überprüft und, wenn notwendig aktualisiert, damit du auch weiterhin fit bleibst.
- … kannst du alle deine **Fragen** loswerden.
- … unterliegt alles, was besprochen wird, der **ärztlichen Schweigepflicht**.

Für die J1 brauchst du …

- … einen Termin bei deinem Arzt/deiner Ärztin.
- … deine Krankenversichertenkarte.
- … deinen Impfpass.
- … das gelbe Untersuchungsheft, wenn vorhanden.

Fotos: AdobeStock.com

LAGuS
Landesamt für Gesundheit und Soziales M-V

MV
Mecklenburg-Vorpommern
Ministerium für Soziales, Gesundheit und Sport

Landesamt für Gesundheit und Soziales – Abteilung Gesundheit
Blücherstraße 1 · 18055 Rostock · Mail: servicestelle@lagus.mv-regierung.de
Web: www.lagus.mv-regierung.de · www.mv-impft.de

J1



J1 – Check für deine Gesundheit

Schon von der J1 gehört?

Für alle Jugendlichen zwischen 12 und 14 Jahren gibt es eine wichtige kostenlose Vorsorgeuntersuchung – die J1. Die meisten von euch kennen sie vermutlich noch nicht. Hier einige Infos für euch, denn ihr habt einen Anspruch darauf, eure Gesundheit checken zu lassen. Nutzt ihn!



J1 – Jugendgesundheitsuntersuchung

Auch wenn du dich fit und gesund fühlst – die J1 gibt dir die Gewissheit, dass alles okay ist. Der Vorsorge-Check ist für Mädchen und Jungen zwischen 12 und 14 Jahren gedacht und wird von deiner Ärztin/deinem Arzt völlig kostenlos durchgeführt.

Du befindest dich zurzeit in einem Alter, in dem sich viel an deinem Körper sowie auch in deiner Gefühlswelt verändert. Bei der J1 geht es nicht nur um eine allgemeine ärztliche Untersuchung, auch persönliche Dinge und vielleicht Probleme, die dich beschäftigen, können (müssen aber nicht!) angesprochen werden.

An der Untersuchung kannst du allein – also ohne deine Eltern – teilnehmen. Du kannst sie aber auch mitbringen oder, wenn dir das lieber ist, eine Freundin oder einen Freund bitten, dich zu begleiten.

Und wenn du (noch) nicht möchtest, dass deine Eltern von deinen Sorgen erfahren, schweigt die Ärztin/der Arzt darüber. Das macht es für dich einfacher, auch über schwierige Themen offen zu reden.

Was passiert bei der J1?

Zunächst gibt es eine körperliche Untersuchung: Größe, Gewicht und Blutdruck werden gemessen, Herz und Lunge abgehört, der Bauchraum abgetastet. Dazu gehört auch die Untersuchung der Wirbelsäule und der großen Gelenke sowie der Sinnesorgane (Augen und Ohren). Urin und eventuell auch das Blut werden zum Ausschluss von Erkrankungen untersucht.



Im Gespräch befragt deine Ärztin/dein Arzt dich zu deiner Gesundheit und deinem allgemeinen Befinden. Es wird geklärt, ob du unter chronischen Erkrankungen leidest oder aktuelle Beschwerden hast. Deine Ärztin/dein Arzt fragt beispielsweise nach Stress in der Schule oder zu Hause.
Auch Fragen zur Sexualität und Verhütung können besprochen werden, wenn du das möchtest. Wenn du nicht möchtest, brauchst du keine der Fragen zu beantworten.

In einem Abschlussgespräch werden alle Befunde ausgewertet und mit dir besprochen.

Was ist mit den Impfungen?

Ein ganz wichtiger Punkt ist die Überprüfung deines Impfpasses. Daher unbedingt deinen Impfpass mitbringen! Da gibt es oft Lücken, die geschlossen werden sollten, um einen sicheren Schutz vor schweren Infektionen zu erhalten.

Gegen folgende Krankheiten solltest du geimpft sein:

Wundstarrkrampf (Tetanus), Diphtherie, Keuchhusten (Pertussis), Kinderlähmung (Poliomyelitis)

Gegen diese vier Krankheiten kann man sich mit einer einzigen Spritze eine wirksame Auffrischung holen, die für 10 Jahre schützt.

Masern, Mumps, Röteln: drei, die zusammen gehören

Gegen diese drei gibt es einen Kombi-Impfstoff, den MMR-Impstoff: ein Piks = dreifacher Schutz. Zwei Impfungen davon sollten in deinem Impfbuch stehen.

Windpocken (Varizellen)

Wer die Windpocken noch nicht hatte oder noch nicht geimpft ist, sollte spätestens jetzt die beiden Impfungen erhalten.

Meningokokken ACWY

Diese einmalige Impfung schützt gleich gegen 4 Typen der Meningokokken und wird für Jugendliche im Alter von 12 bis 14 Jahren empfohlen.



www.mv-impft.de