10 წლის ასაკის ბავშვის მეთვალყურეობის პროტოკოლი

მიზანი: 10 წლის ბავშვის პერიოდული მეთვალყურეობა და ჯანმრთელობის ხელშეწყობისათვის საჭირო ღონისძიებების გატარება.

რესურსები:

- ოჯახის ექიმი/პედიატრი, პრაქტიკის ექთანი/უბნის ექთანი
- გასასინჯი ოთახი
- გასასინჯი ტახტი
- სასწორი
- სიმაღლის მზომი
- სივცევის ტაბულა (მხედველობის სიმახვილისათვის)
- ელექტროგამანათებელი მოწყობილობა
- თვალის დასაფარი ფირფიტა
- სპინომანომეტრი (ბავშვის მანჟეტით)
- სტეტოსკოპი
- შპადელი
- ტესტი საერთო ქოლესტერინზე
- წამმზომი (საათი წამმზომით)
- ოფთალმოსკოპი

<u>10 წლის ჯანმრთელი ბავშვის პირადი ბარათი</u>

გვარი: სახელი: მამის სახელი:

დაბადების თარიღი: მისამართი: ტელეფონი:

სქესი: მამრობითი ☐ მდედრობითი ☐

ბარათის შევსების თარიღი

განახლებული ანამნეზი		შეფასება
მშობლის ჩივილები	• სამედიცინო • ფსიქოლოგიური • სოციალური პრობლემები	დიახ არა დიახ არა დიახ არა
ოჯახის წევრებთან დამოკიდებულება	• მშობლების და ბავშვის ურთიერთობა • ბავშვის ქცევა ნათესავებთან • ბავშვის ქცევა თანატოლებთან, კლასელებთან • ოჯახში თამბაქოს მწეველების არსებობა • ძალადობის ნიშნები • მშობელი იყენებს დასჯის ფორმებს	დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
კვება (დიეტა)	• ბალანსირებული • არაბალანსირებული • რეჟიმი (ჯერადობა) • დიეტა (სპეციფიკური)	დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
განვითარება	• აკადემიური მოსწრება სკოლაში: - ძნელად ითვისებს • აქვს სიამაყის შეგრძნება, საკუთარი თავის რწმენა • დამოუკიდებლობისა და სახლს გარეთ ინტერესების განვითარების უნარი • ამჟღავნებს საკუთარი ღირსების გრძნობას, ლიდერობის სურვილს • ამაყობს სკოლაში და სწავლაში მიღწეული წარმატებებით • ჰყავს მეგობრები • მონაწილეობს ჯგუფურ თამაშებში • გებულობს და ასრულებს დადგენილ წესებს • არის ხალისიანი • იტაცებს სპორტის რომელიმე სახეობა • გააჩნია ჰობი • მავნე ჩვევები (თამბაქოს მოწევა, ალკოჰოლი, წამლები და სხვა)	კარგი ცუდი დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
ფიზიკალური მონაცემები (გასინჯვა)	• კანი 1. სუფთა 2. გამონაყარი 3. სხვა ცვლილებები • თავი/სახე ცვლილების გარეშე • თვალები ცვლილების გარეშე • ფრჩხილები ცვლილების გარეშე • პირის ღრუ/კბილები/ღრძილები ცვლილების გარეშე • ხახის ლორწოვანი ცვლილებების გარეშე • ცხვირი, ცხვირის ღრუ ცვლილებების გარეშე • კისერი/ხერხემალი ცვლილებების გარეშე • ლიმფური კვანძები ცვლილებების გარეშე • ფილტვები ცვლილებების გარეშე • გული ცვლილებების გარეშე • გულმკერდი ცვლილებების გარეშე • მუცლის ღრუ ცვლილებების გარეშე • შარდ-სასქესო ორგანოები ცვლილებების გარეშე • შარდვა/დეფეკაცია ცვლილებების გარეშე • P ------------ წთ-ში, ავსება, რიტმი კარგი	დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა

	• R ------------- წთ-ში, რიტმი კარგი	დიახ არა დიახ არა
სკრინინგი	• წონა (კგ) • სიმაღლე (სმ • სმი (წონა/სიმაღლე კგ/სმ²) თუ მოზარდი 40 კგ-ზე მეტია 1. დაქვეითებულია – 10 – 18,5 მდე 2. ნორმა – 18,5 – 25 მდე 3. ზედმეტი – 25 –30 მდე 4. სიმსუქნე – 30 – 40 მდე 5. მკვეთრად გამოხატული სიმსუქნე – 40 – 70 მდე	
	• TA – მმ.ვწყ.სვეტი • სმენა (ჩურჩული) ნორმალური • მხედველობის სიმახვილე ნორმალური • პუბერტული განვითარება –	 დიახ არა დიახ არა დიახ არა
	<u>გოგონები</u> <u>სარძევე ჯირკვლების განვითარება</u>	
	• გულ-მკერდის ზედაპირიდან არაა ამოწეული მცირედაა ამოწეული მკვეთრადაა ამოწეული • არის მრგვალი ფორმის, დვრილი წამოწეულია დვრილის გარშემო რგოლიდან	დიახ არა დიახ არა დიახ არა
	<u>ბოქვენის თმიანობა</u> • თმა არ არის • ერთეული თმიანობა • თმა ერთეული, იშვიათი, გრძელი ბოქვენის ცენტრალურ ნაწილში • ბოქვენის სამკუთხედში თმები გრძელია და ხშირი	 დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
	<u>იღლიის ქვეშ თმიანობა</u> • არ არის თმიანობა • ერთეული თმიანობა • ერთეული, იშვიათი ცენტრალურ ნაწილში • თმები ხშირი, გავრცელებული მთელ ზედაპირზე	 დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
	<u>მენსტრუაციული ციკლი</u> • არ არის მენსტრუაცია • 1-2- ჯერ მენსტრუაცია • არარეგულარული მენსტრუაცია • რეგულარული	 დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
	<u>ბიჭები</u> <u>თმიანობა იღლიის ფოსოში</u>	
	• არაა თმიანობა • იშვიათი თმიანობა • იშვიათი, სწორი თმიანობა • ხშირი, ხუჭუჭა თმიანობა	დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
	<u>ბოქვენის თმიანობა</u>	
	• არაა თმიანობა • ერთეულის თმიანობა • იშვიათი თმიანობა • ხშირი, სწორი თმიანობა • ხშირი, ხუჭუჭა თმიანობა • ხშირი, ხუჭუჭა თმიანობა, ბარძაყის ზედაპირსა და ჭიპისაკენ	დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა

	<u>ფარისებრი ხრტილის ცვლილება</u> • ზრდის ნიშნები არაა • ხრტილის წამოზრდა • მკვეთრად გამოხატული **<u>ხმის ტემბრის ცვლილება</u>** • ბავშვის ხმა • მუტაცია (გარდატეხა) • მამაკაცის ხმა **<u>სახის თმიანობა</u>** • არაა თმიანობა • არის ზემო ტუჩზე • უხეში თმიანობა ზემო ტუჩზე და ნიკაპზე ერთეული • თმიანობის გავრცელება ზემო ტუჩსა და ნიკაპზე, ბაკენბარდების დაწყება • ზემო ტუჩის, ნიკაპის თმიანობის შეერთება, ბაკენბარდების მკვეთრი ზრდა, მთელ სხეულზე თმიანობა	დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა
დიაგნოსტიკური ტესტები	• ტუბერკულიოზის კანის სინჯი (მაღალი რისკის ჯგუფი) • ტესტი საერთო ქოლესტერინზე	დიახ არა დიახ არა
იმუნიზაცია	• გრიპის საწ. ვაქცინაცია (პაციენტთა ნება-სურვილით ან ეპიდჩვენებით, მაღალი რისკის ჯგუფები)	დიახ არა
მომდევნო ვიზიტი	• დაინიშნა ვიზიტი ოჯახის ექიმთან/პედიატრთან • დაინიშნა ვიზიტი ზოგადი პრაქტიკის ექთანთან/უბნის მედდასთან • პაციენტი გაიგზავნა საკონსულტაციოდ	დიახ არა დიახ არა დიახ არა
განათლება	• პაციენტის და მშობლის განათლება	დიახ არა
პრობლემები კომენტარები შენიშვნა	• გამოვლინდა ჯანმრთელობის პრობლემები • ბავშვის ფიზიკური და ფსიქო-სოციალური განვითარება შეესაბამება ასაკს • გამოვლინდა ფსიქო-სოციალური პრობლემები • სხვა	დიახ არა დიახ არა დიახ არა დიახ არა

მინიშნება: შემოხაზეთ „დიახ" ან „არა".
„არა"-ს შემთხვევაში მიუთითეთ პრობლემა
დაასახელეთ კონსულტირების თემა ან თემები.

კონსულტირების თემები

(პაციენტის, მშობლის განათლება)

- მოწამვლის პრევენცია
- წყლის გამაცხელებლების, გაზის, გამათბობლების უსაფრთხოება
- უსაფრთხოების ქამრები ტრანსპორტში
- ფიზიკური აქტივობა (ველოსიპედი, აქტიური დასვენება, ცურვა, ჯგუფური თამაშები თანატოლებთან)
- ჯანსაღი კვება, ვარგისიანი საკვები
- საუბარი მშობლის როლის მოდელებზე
- კალციუმის ადექვატური რაოდენობით მიღება
- ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარების, წამლების მავნებლობის შესახებ
- თამბაქოს პასიური მოწევა
- თამბაქოს მოწევის მავნებლობის შესახებ
- უსაფრთხოება ტრანსპორტში (ავტომობილი / ველოსიპედი), სახანძრო, წყალში
- დაცვა ულტრაიისფერი სხივებისგან
- ადაპტაციური უნარ-ჩვევების გამომუშავება / სტრესის შემცირება
- კბილებისა და ღრძილების დაავადებების პრევენცია (პირის ღრუს ჰიგიენა)
- ჯიბის ფული და რჩევები მისის გამოყენების თაობაზე
- სატელევიზიო პროგრამებისა და კომპიუტერით სარგებლობის ლიმიტირება.
- სოციალური ურთიერთობების ფორმები (კომუნიკაცია: მშობლებთან, თანატოლებთან, სხვა მოზარდებთან)
- სექსუალური განათლება (ასაკის შესაბამისი)
- მშობლის ინფორმირება მომდევნო ხანების განმავლობაში დაავადებების შესაძლო რისკის შესახებ

<u>მშობლებისათვის განკუთვნილი კითხვები</u>

1. როგორ ხართ? როგორ მიდის საქმეები ოჯახში?

2. რა შეკითხვები ან პრობლემები გაქვთ ბავშვებთან დაკავშირებით?

3. ჰქონდა თუ არა ბავშვს წარუმეტებლობა სკოლაში? სწავლის სირთულეები?

4. როგორია თქვენი ჯანმრთელობა? ოჯახის სხვა წევრების?

5. ამჩნევთ თუ არა დეპრესიის სიმპტომებს? რაიმე სომატურ ჩივილებს?

6. აქვს თუ არა ბავშვს კვების, ძილის პრობლემები?

7. აღენიშნება თუ არა ურჩობა, სახლიდან გაქცევის სურვილი? სკოლაში ხშირი გაცდენები?

8. ხომ არ შეგიმჩნევიათ აგრესიული მავნე ჩვევები? (ალკოჰოლის, თამბაქოს, წამლების გამოყენება)

9. ხომ არ შეგიმჩნევიათ ქალური ან ვაჟური ქცევები?

10. გქონდათ რაიმე მოულოდნელი, უჩვეულო სტრესი ოჯახში (დაავადება, სიკვდილი, განქორწინება, განმეორებითი ქორწინება, ფინანსური პრობლემები) ბოლო ვიზიტის შემდეგ?

11. თქვენი ბავშვის რა თვისებებით, საქციელით ამაყობთ?

12. როგორ მიდის სკოლის საქმეები წელს? როგორია ბავშვის მოსწრება სკოლაში?

13. როგორია ბავშვის ხასიათი და ზნე-ჩვეულება? უძნელდება თუ იოლად ამჟღავნებს თავის გრძნობებს?

14. გეწყობათ თქვენ (დედას, მამას)? და-ძმებს? თანატოლებს?

15. როგორი ურთიერთობებია ოჯახში? კარგი? სამართლიანი? შესაძლოა იგი გაუმჯობესდეს?

16. როგორ აკონტროლებთ ბავშვს (როგორია თქვენი მეთვალყურეობა) სკოლის შემდეგ ან როცა სახლში არ იმყოფებით?

17. რამდენ ხანს უყურებს ბავშვი სატელევიზიო პროგრამებს? რომელ გადაცემას უყურებს?

18. სარგებლობს ბავშვი კომპიუტერით? რამდენ ხანს?

ბავშვისთვის განკუთვნილი კითხვები

1. როგორ მიდის შენი საქმეები?

2. რითი ამაყობ? რა გინდა უკეთესად გააკეთო?

3. რა სახის სპორტი გიყვარს? დადიხარ რომელიმე სპორტის სახეობაზე?

4. რა არის შენი ჰობი?

5. რითი ერთობი? რომელია შენი საყვარელი საქმიანობა?

6. როგორ მიდის სკოლის საქმეები? როგორი მასწავლებლები გყავს? რა საგნებს სწავლობ? რომელი საგანი უფრო გიყვარს?

7. რას აკეთებ მეგობრებთან ერთად? ვინ გეხმარება სასკოლო სამუშაოს შესრულებაში, როცა დახმარება გჭირდება?

8. რას ფიქრობ სიგარეტის მოწევის, ალკოჰოლის, წამლების მიღების შესახებ?

9. თუ გყავს ოჯახში ისეთი პიროვნება, რომელიც ეწევა, სვამს ან იყენებს წამლებს და შენ მისი მოქმედება არ მოგწონს?

10. ოჯახის რომელიმე წევრის ჯანმრთელობა ხომ არ განერვიულებს?

11. რა არ მოგწონს, რა გაყენებს ცუდ ხასიათზე? ვინმესთან საუბრობ ამის შესახებ? ვისთან?

12. ხომ არ ამჩნევ რაიმე ცვლილებებს შენი სხეულის განვითარებაში?

13. შენ გინდა მკითხო რამე (რა გაინტერესებს)?

გამოყენებული ლიტერატურა

1. Constance R. Uphold, Mary Virginia Graham. 1998. „Child Health supervision'' Clinical Guidelines in Family Praqtice: Third Edition, Barmarrae Books, Gainesville, florida, US. pp. 2-13

2. Green M. (Rd). (1994). Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of infants, children and adolescents. Arlington, VA: National Center for Edication in Maternal and Child Health.

3. Preventive Services for Children and Adolescents: ICSI (institute for Clinical Systems Improvement). 2001, october. (Online)

4. Tudor M. (Ed): *Child Development,* McGraw-Hill, New York, 1981

5. Bromberg. D.I. (1997). Interviewing Children. In R. A. Hoekelman (Ed) . Pediatric Primery Care. St. Luis: Mosby.

6. Dixon, S.D. & Stain, M.T. (1992). Encounters with children: Pediatrc behavior and development. St. Luis: Mosby.

7. მ. შიხაშვილი, ე. გემაზაშვილი, ე. ფაღავა. „ჯანმრთელ ბავშვთა და მოზარდთა მეთვალყურეობა. 2001 წ

8. მ. ხერხეულიძე, თ. მანჯავიძე და სხვა. „ეს საოცარი ადრეული ასაკი", თბილისი, 2003წ.

9. ქ. ნემსაძე და სხვა. „ბავშვის ჯანსაღი კვება", თბილისი, 2003წ

10. ქ. ნემსაძე და სხვა. „ბავშვის მოვლა", თბილისი, 2003წ

11. „ბავშვის ჯანმრთელობაზე ზედამხედველობის ძირითადი პრინციპები", ამერიკის პედიატრიის აკადემიის რეკომენდაციები, ადაპტირებული ავტორთა ჯგუფის მიერ, პროფ. ქ. ნემსაძის ხელმძღვანელობით, თბილისი, 2002წ