

11 წლის ასაკის ბავშვის მეთვალყურეობის პროტოკოლი

მიზანი: 11 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 მანუეტით)
- სტეტოსკოპი
- შპადელი
- ტესტი საერთო ქოლესტერინზე
- წამმზომი (საათი წამმზომით)
- ოფთალმოსკოპი

11 წლის ჯანმრთელი მოზარდის პირადი ბარათი

გვარი: _____ სახელი: _____ მამის სახელი: _____
 დაბადების თარიღი: _____ მისამართი: _____ ტელეფონი: _____
 სქესი: მამრობითი მდედრობითი
 ბარათის შევსების თარიღი _____

განახლებული ანამნეზი		შეფასება	
მშობლის ან მოზარდის ჩივილები	<ul style="list-style-type: none"> • სამედიცინო • ფსიქოლოგიური • სოციალური პრობლემები 	დიახ	არა
ოჯახის წევრების და მოზარდის ურთიერთობა	<ul style="list-style-type: none"> • მოზარდის ურთიერთობა მშობლებთან • მოზარდის ქცევა ნათესავებთან • მოზარდის ქცევა თანატოლებთან • ოჯახში თამბაქოს მწვეველთა არსებობა • ძალადობის ნიშნები • მშობელი იყენებს დასჯის ფორმებს 	დიახ	არა
კვება (დიეტა)	<ul style="list-style-type: none"> • ბალანსირებული • არაბალანსირებული • რეჟიმი (ჯერადობა) • დიეტა (სპეციფიკური) 	დიახ	არა

განვითარება	<ul style="list-style-type: none"> • 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, კომუნიკაბელური • იტაცებს სპორტის რომელიმე სახეობა • გააჩნია ჰობი • მავნე ჩვევები (თამბაქოს მოწევა, ალკოჰოლი, წამლები და სხვა) 	კარგი	ცუდი
ფიზიკალური მონაცემები (გასინჯვა)	<ul style="list-style-type: none"> • კანი 1. სუფთა 2. გამონაყარი 3. სხვა ცვლილებები 	დიახ	არა
	<ul style="list-style-type: none"> • თავი/სახე ცვლილების გარეშე • თავის თმის ნაწილი ცვლილებების გარეშე • თვალები ცვლილების გარეშე • ფრჩხილები ცვლილების გარეშე • პირის ღრუ/კბილები/ღრძილები ცვლილების გარეშე • ხახის ლორწოვანი ცვლილებების გარეშე • ცხვირი, ცხვირის ღრუ ცვლილებების გარეშე • ყურის ნიჟარა ცვლილებების გარეშე • კისერი/ხერხემალი ცვლილებების გარეშე 	დიახ	არა

	<ul style="list-style-type: none"> • ხშირი, ხუჭუჭა თმიანობა <p><u>ბლქვენის თმიანობა</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • არაა თმიანობა • ერთეულის თმიანობა • იშვიათი თმიანობა • ხშირი, სწორი თმიანობა • ხშირი, ხუჭუჭა თმიანობა • ხშირი, ხუჭუჭა თმიანობა, ბარძაყის ზედაპირსა და ჭიპისაკენ <p><u>ფარისებრი ხრტილის ცვლილება</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ზრდის ნიშნები არაა • ხრტილის წამოზრდა • მკვეთრად გამოსატყული <p><u>ხმის ტემბრის ცვლილება</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ბავშვის ხმა • მუტაცია (გარდატეხა) • მამაკაცის ხმა <p><u>სახის თმიანობა</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • არაა თმიანობა • არის ზემო ტუნზე • უხეში თმიანობა ზემო ტუნზე და ნიკაპზე ერთეული • თმიანობის გაგრძელება ზემო ტუნსა და ნიკაპზე, ბაკენბარდების დაწყება • ზემო ტუნის, ნიკაპის თმიანობის შეერთება, ბაკენბარდების მკვეთრი ზრდა, მთელ სხეულზე თმიანობა 	<p>ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა</p> <p>ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა</p> <p>ღიახ არა</p> <p>ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა</p> <p>ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა</p> <p>ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა</p>
ღიაგნოსტიკური ტესტები	<ul style="list-style-type: none"> • ტუბერკულოზის კანის სინჯი (მაღალი რისკის ჯგუფი) • ტესტი საერთო ქოლესტერინზე 	<p>ღიახ არა ღიახ არა</p>
იმუნიზაცია	<ul style="list-style-type: none"> • გრიპის საწ. ვაქცინაცია (პაციენტთა ნება-სურვილით ან ეპიდემიებით, მაღალი რისკის ჯგუფები) 	<p>ღიახ არა</p>
მომდევნო ვიზიტი	<ul style="list-style-type: none"> • დაინიშნა ვიზიტი ოჯახის ექიმთან/პედიატრთან • დაინიშნა ვიზიტი ზოგადი პრაქტიკის ექთანთან/უბნის მედდასთან • პაციენტი გაიგზავნა საკონსულტაციოდ 	<p>ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა</p>
განათლება	<ul style="list-style-type: none"> • პაციენტის და მშობლის განათლება 	<p>ღიახ არა</p>
პრობლემები კომენტარები შენიშვნა	<ul style="list-style-type: none"> • გამოვლინდა ჯანმრთელობის პრობლემები • ბავშვის ფიზიკური და ფსიქო-სოციალური განვითარება შეესაბამება ასაკს • გამოვლინდა ფსიქო-სოციალური პრობლემები • სხვა 	<p>ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა ღიახ არა</p>

მინიშნება: შემოსაზეთ „ღიახ“ ან „არა“.
 „არა“-ს შემთხვევაში მიუთითეთ პრობლემა დაასახელეთ კონსულტირების თემა ან თემები.

კონსულტირების თემები (პაციენტის, მშობლის განათლება)

- ბავშვის უფლებათა კონვენცია – ძირითადი პრინციპების გაცნობა (არჩევანის გაკეთება, ასაკის შესაფერისი გადაწყვეტილებების მიღება)
- მოწამვლის პრევენცია
- წყლის გამაცხელებლების, გაზის გამათბობლების უსაფრთხოება
- ფიზიკური აქტივობა (ველოსიპედი, აქტიური დასვენება, ცურვა, ჯგუფური თამაშები თანატოლებთან)
- უსაფრთხოების წესების დაცვა (ტრანსპორტში ქამრები, სახანძრო, წყალში, ჩაფხუტების ტარება ველოსიპედისა და მოტოციკლეტის ტარებისას, ნასვამ მდგომარეობაში საჭესთან ნურასოდეს დაჯდება, ნუ ჩაუჯდება ნასვამს, ცურვის დროს არ მიიღოს ალკოჰოლი ან ნარკოტიკები)
- ჯანსაღი კვება, ვარგისიანი საკვები
- საუბარი მშობლის როლის მოდელზე
- მშობლების ინფორმირება, მეთვალყურეობა გაუწიონ პოტენციურად აზარტულ მოქმედებებს, ცეცხლისმიერი ინსტრუმენტების, ცეცხლსასროლი იარაღის გამოყენებას და ა. შ.

- ალკოჰოლის ჭარბი მოხმარების, წამლების მავნებლობის შესახებ
- თამბაქოს პასიური მოწევა
- თამბაქოს მოწევის მავნებლობის შესახებ
- დაცვა დამწვრობისა და ულტრაიისფერი სხივებისაგან
- ადაპტაციური უნარ-ჩვევების გამომუშავება, სტრესის შემცირება
- კბილების, ღრძილების დაავადებათა პრევენცია (პირის ღრუს ჰიგიენა)
- ჯიბის ფული და რჩევები მისი გამოყენების თაობაზე
- სატელევიზიო პროგრამების და კომპიუტერთი სარგებლობის ლიმიტირება
- სოციალური ურთიერთობების ფორმები (კომუნიკაცია მშობლებთან თანატოლებთან, სხვა მოზარდებთან)
- საუბარი სქესობრივი საკითხების შესახებ (მოზაედის სხეულის ცვლილებები)
- მშობლების ინფორმირება მომდევნო ხნის განმავლობაში დაავადების შესაძლო რისკის შესახებ.

მშობლებისათვის განკუთვნილი კითხვები

1. როგორ ხართ? როგორ მიდის საქმეები ოჯახში? როგორ გრძნობთ თავს მოზარდის მშობლის როლში?
2. რა შეკითხვები ან პრობლემები გაქვთ მოზარდთან დაკავშირებით?
3. ჰქონდა თუ არა ბავშვს წარუმატებლობა 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 შეგიძინევიათ აგრესიული მავნე ჩვევები? (ალკოჰოლის, თამბაქოს, წამლების გამოყენება)?
9. ხომ არ შეგიძინევიათ 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, საქციელთა 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. გეწეობათ 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 გადაცემებს?
18. სარგებლობს ბავშვი კომპიუტერით? რამდენ ხანს?

მოზარდისათვის 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? რას ფიქრობ? რას გრძნობ? რისი გწამს?
5. რითი ერთობი? რომელია შენი საყვარელი საქამიანობა?
6. როგორ მიდის სკოლის საქმეები? როგორი მასწავლებლები გყავს? რა საგნებს სწავლობ? რომელი საგანი უფრო გიყვარს? როგორი მოსწრება გაქვს?
7. რას აკეთებ მეგობრებთან ერთად? ვინ გეხმარება სასკოლო სამუშაოს შესრულებაში, როცა დახმარება გჭირდება? ვინ არიან შენი მეგობრები?
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 ამხნევ რაიმე ცვლილებებს შენი სხეულის განვითარებაში? ხომ არავის უთქვამს რაიმე, რა ცვლილებები მოჰყვება სხეულის განვითარებას?
13. ხომ არ წაგიკითხავს ორგანიზმში მიმდინარე ცვლილებების შესახებ?
14. როგორ ფიქრობ, შენ ისევე ვითარდები, როგორც შენი მეგობრები?
15. მოგწონს, როგორ გამოიყურები?
16. შენ ვინდა მკითხო რამე (რა გაინტერესებს)?

გამოყენებული ლიტერატურა

1. Constance R. Uphold, Mary Virginia Graham. 1998. „Child Health supervision” Clinical Guidelines in Family Practice: 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 Education 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: Pediatric behavior and development. St. Luis: Mosby.

7. მ. შიხაშვილი, ე. გემაზაშვილი, ე. ფალავა. „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