

12 წლის ასაკის ბავშვის მეთვალყურეობის პროტოკოლი

მიზანი: 12 წლის ბავშვის პერიოდული მეთვალყურეობა და ჯანმრთელობის ხელშეწყობისათვის საჭირო ღონისძიებების გატარება.

რესურსები:

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

12 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 მწვევლთა 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: <ul style="list-style-type: none"> - ძნელად ითვისებს საგნებს - შენელებული რეაქციები და სიზარმაცე • აქვს სიამაყის შეგრძნება, საკუთარი თავის რწმენა, კომპეტენტურობის გრძნობა • სჯერა, რომ საქმეს გააკეთებს კარგად • სიამოვნებს თანატოლებთან სიარული • სიამოვნებს გასართობი ვარჯიშები • მოსწონს სამართლიანი, გასართობი ვარჯიშები • არის ენერგიული, სიცოცხლით სავსე • იღებს პასუხისმგებლობას თავის ჯანმრთელობაზე • აქვს დამოუკიდებლობისა და სახლს გარეთ ინტერესების განვითარების უნარი • ამჟღავნებს საკუთარი ღირსების გრძნობას, ლიდერობის სურვილს • ამაყობს სკოლაში და სწავლაში მიღწეული წარმატებებით • ჰყავს მეგობრები • მონაწილეობს ჯგუფურ თამაშებში • არის კომუნიკაბელური • იტაცებს სპორტის რომელიმე სახეობა • გააჩნია ჰობი • აქვს მანერე ჩვევები (თამბაქოს მოწვევა, ალკოჰოლი, წამლები და სხვა) | კარგი | ცუდი |
| ფიზიკალური მონაცემები (გასინჯვა) | <ul style="list-style-type: none"> • კანი <ol style="list-style-type: none"> 1. სუფთა 2. გამონაყარი 3. სხვა ცვლილებები • თავი/სახე ცვლილების გარეშე • თავის თმის ნაწილი ცვლილებების გარეშე • თვალები ცვლილების გარეშე | დიახ | არა |

| | | |
|-----------|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> 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 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 R ----- წთ-ში, რიტმი კარგი | <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> |
| სკრინინგი | <ul style="list-style-type: none"> წონა (კგ) სიმაღლე (სმ) სმი (წონა/სიმაღლე კგ/სმ²) თუ მოზარდი 40 კგ-ზე მეტია <ol style="list-style-type: none"> დაქვეითებულია – 10 – 18,5 მდე ნორმა – 18,5 – 25 მდე ზედმეტი – 25 –30 მდე სიმსუქნე – 30 – 40 მდე მკვეთრად გამოსატყული სიმსუქნე – 40 – 70 მდე TA – მმ.ვწყ.სვეტი სმენა (ჩურჩული) ნორმალური მხედველობის სიმახვილე ნორმალური პუბერტული განვითარება – <p align="center">გულფუნები</p> <p align="center">სარძევე ჯირკვლების განვითარება</p> <ul style="list-style-type: none"> გულ-მკერდის ზედაპირიდან არაა ამოწეული მცირედაა ამოწეული მკვეთრადაა ამოწეული არის მრგვალი ფორმის, დერილი წამოწეულია დერილის გარშემო რგოლიდან <p align="center">ბოქვენის თმიანობა</p> <ul style="list-style-type: none"> თმა არ არის ერთეული თმიანობა თმა ერთეული, იშვიათი, გრძელი ბოქვენის ცენტრალურ ნაწილში ბოქვენის სამკუთხედში თმები გრძელია და ხშირი <p align="center">ივლის ქვეშ თმიანობა</p> <ul style="list-style-type: none"> არ არის თმიანობა ერთეული თმიანობა ერთეული, იშვიათი ცენტრალურ ნაწილში თმები ხშირი, გავრცელებული მთელ ზედაპირზე <p align="center">მენსტრუაციული ციკლი</p> <ul style="list-style-type: none"> არ არის მენსტრუაცია 1-2- ჯერ მენსტრუაცია არარეგულარული მენსტრუაცია რეგულარული | <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> |

| | | |
|---------------------------------|--|---|
| | <p style="text-align: center;">ბიჭები</p> <p style="text-align: center;">თმიანობა იღლიის ფოსოში</p> <ul style="list-style-type: none"> • არაა თმიანობა • იშვიათი თმიანობა • იშვიათი, სწორი თმიანობა • ხშირი, ხუჭუჭა თმიანობა <p style="text-align: center;">ბლჰვენის თმიანობა</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 style="text-align: center;">ფარისებრი ხრტილის ცვლილება</p> <ul style="list-style-type: none"> • ზრდის ნიშნები არაა • ხრტილის წამოზრდა • მკვეთრად გამოხატული <p style="text-align: center;">ხმის ტემბრის ცვლილება</p> <ul style="list-style-type: none"> • ბავშვის ხმა • მუტაცია (გარდატეხა) • მამაკაცის ხმა <p style="text-align: center;">სახის თმიანობა</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>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> |
| დიაგნოსტიკური ტესტები | <ul style="list-style-type: none"> • ტუბერკულოზის კანის სინჯი (მაღალი რისკის ჯგუფი) • ტესტი საერთო ქოლესტერინზე | <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> |
| იმუნიზაცია | <ul style="list-style-type: none"> • გრიპის საწ. ვაქცინაცია (პაციენტთა ნება-სურვილით ან ეპიდემიებით, მაღალი რისკის ჯგუფებში) | <p>დიახ 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>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> |
| განათლება | <ul style="list-style-type: none"> • პაციენტის და მშობლის განათლება | <p>დიახ 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>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> <p>დიახ არა</p> |

მინიშნება: "შემოხაზეთ „დიახ“ 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 აქტიუობა (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
- სატელეფიო პროგრამების და კომპიუტერით სარგებლობის ლიმიტირება
- სოციალური ურთიერთობების ფორმები (კომუნიკაცია მშობლებთან თანატოლებთან, სხვა მოზარდებთან)
- საუბარი სქესობრივი საკითხების შესახებ (მოზარდის სხეულის ცვლილებები)
- მშობლების ინფორმირება მეთვალყურეობა გაუწიონ პოტენციურად აზარტულ მოქმედებებს (ძალისმიერი ინსტრუმენტების, ცეცხლსასროლი იარაღის გამოყენება და ა. შ)
- 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? გაქვთ თქვენ და თქვენს მეუღლეს რაიმე პრობლემები მასთან დაკავშირებით?
2. რა შეკითხვები გაქვთ მოზარდთან დაკავშირებით?
3. როგორია თქვენი ჯანმრთელობა? ოჯახის სხვა წევრების?
4. როგორია თქვენი ჯანმრთელობა? ოჯახის სხვა წევრების?
5. როგორია თქვენს ოჯახში ურთიერთობები? შეიძლება გაუმჯობესდეს? განდობთ თქვენი ბავშვი თავის განცდებს, გრძნობებს, პრობლემებს?
6. რა პრივილეგიები აქვს მას?
7. როგორ ინარჩუნებთ ან აუმჯობესებთ დისციპლინას?
8. რას ფიქრობთ მის მეგობრებზე?
9. ამჩნევთ თუ არა დეპრესიის სიმპტომებს? რაიმე სომატურ ჩივილებს?
10. აქვს თუ არა ბავშვს კვების ძილის პრობლემები?
11. აღენიშნება თუ არა ურჩობა, სახლიდან გაქცევის სურვილი? სკოლაში ხშირი გაცდენები?
12. ხომ არ შეგიძინებიათ აგრესიული მავნე ჩვევები? (აღკოპოლის, თამბაქოს, წამლების გამოყენება)?
13. ხომ არ შეგიძინებიათ ქალური ან ვაჟური ქცევები?
14. გქონდათ რაიმე მოულოდნელი, უჩვეულო სტრესი ოჯახში (დაავადება, სიკვდილი, განქორწინება, განმეორებითი ქორწინება, ფინანსური პრობლემები) ბოლო ვიზიტის შემდეგ?
15. თქვენი ბავშვის რა თვისებებით, მიღწევით, საქციელით ამაყობთ?
16. როგორ მიდის სკოლის საქმეები წელს? როგორია ბავშვის მოსწრება სკოლაში?
17. როგორია ბავშვის ხასიათი და ზნე-ჩვეულება? უძნელდება თუ იოლად ამჟღავნებს თავის გრძნობებს?
18. გეწყობათ თქვენ (დედას, მამას)? და-ძმებს? თანატოლებს?
19. როგორი ურთიერთობებია ოჯახში? კარგი? სამართლიანი? შესაძლოა იგი გაუმჯობესდეს?
20. როგორ აკონტროლებთ ბავშვს (როგორია თქვენი მეთვალყურეობა) სკოლის შემდეგ ან როცა სახლში არ იმყოფებით?
21. რამდენ ხანს უყურებს ბავშვი სატელევიზიო პროგრამებს? რომელ გადაცემებს?
22. სარგებლობს ბავშვი კომპიუტერით? რამდენ ხანს?
23. დღეს ბევრი პრობლემაა სექსუალურ ურთიერთობებთან დაკავშირებით, თქვენ გაქვთ მსგავსი პრობლემა?
24. ხომ არ აქვს მენარხე (გოგონებს)?

მოზარდისათვის განკუთვნილი კითხვები

1. როგორ მიდის შენი საქმეები?
2. რითი ამაცობ? რა გინდა უკეთესად გააკეთო? რას აკეთებ ყველაზე კარგად?
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? რამდენად ხშირად აცდენ სკოლას? როგორი მოსწრება გაქვს სკოლაში?
7. რას აკეთებ მეგობრებთან ერთად? ვინ გეხმარება სასკოლო სამუშაოს შესრულებაში, როცა დახმარება გჭირდება? ვინ არიან შენი მეგობრები?
8. როგორ მიდის საქმეები სახლში? რა წესები გაქვთ? როგორ ფიქრობ, შენი მშობლები სამართლიანები არიან? როგორ ეწეობი და-ძმებს?
9. როგორი ჯანმრთელობა გაქვს? რა პრობლემები გაქვს საკუთარი სხეულის განვითარებასთან დაკავშირებით? ხომ არ წაგიკითხავს ორგანიზმში მიმდინარე ცვლილებების შესახებ? როგორ ფიქრობ შენ ისევე ვითარდები, როგორც შენი მეგობრები? მოგწონს როგორ გამოიყურები?
10. რა საკითხები გაწუხებს? არის ვინმე, ვინც ძალიან გაღიზიანებს?
11. რა გაბრაზებს? რას აკეთებ, როცა გაბრაზებული ხარ?
12. რა გსიამოვნებთ შენ და შენს მშობლებს, როცა ერთად ხართ?
13. რა პრივილეგიები გაქვს? (ეს ეხება ფულს, დროს, მეგობრებთან ვიზიტებს, ტანსაცმელს, კოსმეტიკის გამოყენებას, ტელეფონით სარგებლობას).
14. რა ხდება, როცა ვერ ასრულებ შენზე დაკისრებულ მოვალეობას?
15. დაგეწყო მენსტრუაცია? (თუ გოგონაა), შენს მეგობრებს აქვთ? გაწუხებს როცა გეწეება?
16. რას ფიქრობ სიგარეტის მოწევის, ალკოჰოლის , წამლების მიღების შესახებ?
17. ეწევი? სვამ? წამლებს ეტანები?
18. სკოლაში სხვა ბავშვები (ან შენი ზოგიერთი მეგობარი) ეწევიან? სვამენ? იყენებენ ნარკოტიკებს, წამლებს? დადიან პაემანზე? აქვთ სქესობრივი კავშირები? შენ რას ფიქრობ ამის შესახებ?
19. რას გინდა აკეთებდე უფრო უკეთესად? რა გინდა შეცვალო შენს ცხოვრებაში?
20. შენ გინდა 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. ფაღავა. „ჯანმრთელ ბავშვთა და მოზარდთა მეთვალეურობა. 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