

# Veselības pārbaudes topošajam skolniekam

## Informācija bērnu vecākiem

**Tāpat kā dodoties uz bērnu dārzu, arī uzsākot skolas gaitas, bērnam tiek rūpīgi izvērtēta veselība, un vēlākais tieši šajā vecumā var konstatēt kādas būtiskas veselības problēmas, vai arī tieši otrādāk – vecāki saņem atzinumu, ka ar atvases veselību viss ir vislabākajā kārtībā.**

Zinot, ka septembrī bērnam priekšā stāv skolas gaitu uzsākšana, vecākiem jau pavasarī (aprīlī, maijā) jāiet pie ģimenes ārsta, lai uzzinātu, kādi speciālisti būtu jāapmeklē un saņemtu nepieciešamos nosūtījumus.

Ģimenes ārsts vai pediatrs aizpilda īpašu veidlapu – skolēna medicīnisko karti. Ideālā variantā ārsts, kurš šo dokumentu aizpilda, pazīst bērnu jau no dzimšanas, regulāri ir pārbaudījis un zina, kāds ir bērna veselības stāvoklis. Šādā gadījumā vecāki lai nebrīnās, ka pie speciālistiem viņus nosūtīs tikai tad, ja būs aizdomas, ka kaut kas ar bērna veselību īsti nav kārtībā. Protams, analīzes būs jātaisa un acu ārsts būs jāapmeklē tā vai tā!

Rūpīgi bērna veselība jāizvērtē, jo nu viņa dzīvē sākas jauns, nopietns posms, kas prasa ne tikai fizisku, bet arī emocionālu izturību. Iespējamās pārbaudes un speciālisti, ko bērnam būtu jāapmeklē ir:

- 1) Noteikti jānodod asins un urīna analīzes. Iespējams, ka ārsts var lūgt nodot arī fēču analīzes, lai konstatētu, vai bērna organismā nav parazitīti.
- 2) Okulista jeb acu ārsta apmeklējums ir obligāts. Svarīgi izvērtēt bērna redzi, lai konstatētu, kurā solā klasē viņu sēdināt, vai nav nepieciešamas brilles, vai nav šķielēšana un citas acu problēmas.
- 3) Neirologa slēdziens par bērna neiroloģisko veselību. Dažas skolas var pieprasīt arī psihologa slēdzienu.
- 4) Ķirurga – ortopēda konsultācija par bērna stāju un pēdu stāvokli (vai nav plakanā pēda). Var nebūt kā obligātais apmeklējums. Pie šī speciālista ģimenes ārsts var nosūtīt, ja viņam ir aizdomas, ka bērna mugurkaulam var būt novirzes no normas, tieksme uz plakano pēdu vai citas problēmas. Šī ārsta apmeklējums arī ir būtisks, jo skolas somas nav no vieglajām, tāpat svarīgi zināt, kāda veida fiziskie vingrinājumi bērnam skolā ir piemērotāki.

- 5) LOR - pārbauda, vai bērnam nav palielinātas mandeles vai adenoīdi (aizdeguna mandeles), konstatē, vai bērns pareizi elpo, pārbauda dzirdi.
- 6) Stomatologa konsultācija arī ir obligāta, jo pēc labākās sirdsapziņas pediatrs zobu stāvokli neizvērtēs! Zobārsts pārbaudīs bērna zobiņu stāvokli, iespējams, ieteiks ortodonta konsultāciju, ja bērna sakodienā būs kādas izmaiņas.
- 7) Logopēda apmeklējumu ģimenes ārsts var ieteikt, ja pamana, ka bērna izrunā ir kādas nepilnības, piemēram, bērns nevar izrunāt vai izrunā kropļotas skaņas. Gatavojoties skolai ir svarīgi, lai bērna runa būtu skaidra un saprotama, jo bieži vien nāksies jaunapgūtās zinības atstāstīt mutiski.
- 8) Vēl iespējama kardiologa konsultācija, kurš izvērtē bērna sirds darbību un asinspiedienu.
- 9) Ģimenes ārsts bērnu arī nosver un izmēra, veic ādas pārbaudi.
- 10) Vēl ir iespēja izdarīt neveikto vakcināciju. Tie bērni, kuri nav saņēmuši nekādu vakcināciju tāpat kā visi drīkst doties uz skolu, jo nav likuma, kas aizliegtu nevakcinētiem bērniem apmeklēt skolu. Tomēr tikai pašu vecāku rokās ir izvērtēt, cik bīstama vai nē ir nevakcinēšana. Jāatgādina tikai, ka bīstamās slimības nekur nav pazudušas. Tādas slimības kā difterija un garais klepus ne tikai padara bērnu nespējīgu iedalīties mācībās uz ilgu laiku, bet var izraisīt arī nāvi. Vecākiem iesaka arī nevakcinēt bērnu īsi pirms skolas sākšanās, bet gan pavasarī vai vasaras sākumā, kad apkārt „neklīst” tik daudz slimību, kā arī ir mazāks kontakts ar citiem bērniem, bet arī, kad nav pārāk karsts. Vispārējo slēdzienu par bērna veselību sniedz ģimenes ārsts vai pediatrs, kurš konstatē, kādai veselības grupai bērns pieder. Tāpat ģimenes ārsts dod slēdzienu, kādā fizikultūras grupā skolā bērnam nodarboties- vai nepieciešama koriģējošā vingrošana, aizliegts, piemēram, skriet garus gabalus utt.

**[http://www.maminuklubs.lv/uz\\_skolu/veselibas-parbaudes-toposajam-skolniekam](http://www.maminuklubs.lv/uz_skolu/veselibas-parbaudes-toposajam-skolniekam)**