**Ar jau pasirūpinote vaiko sveikatos pažyma?**

**Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai primena** darželinukų bei mokinių tėveliams, kad nustatytos formos Vaikų sveikatos pažymėjimus į švietimo įstaigas pristatyti reikia vėliausiai iki rugsėjo 15 d.

Jeigu mokyklinio amžiaus vaikui šiemet jau buvo atliktas sveikatos patikrinimas, pažyma buvo pristatyta į mokyklą ir neatsirado naujų sveikatos sutrikimų, pakartotinai profilaktinio sveikatos patikrinimo atlikti iki rugsėjo 15 d. nereikia. Jau išduoti vaikų sveikatos pažymėjimai galioja vienerius metus.

**Planuokite iš anksto**

Rekomenduotina atvykti pas savo šeimos gydytoją jau patikrinus vaiko dantų būklę. Šeimos gydytojas įvertins vaiko ūgį, svorį, kraujo spaudimą, regą, klausą, kraujotakos, kvėpavimo, stuburo ir kitų organų bei jų sistemų funkcinę būklę. Radus pakitimų, vaikas  yra siunčiamas pas atitinkamos srities specialistą konsultacijai arba tyrimams. Tai gali užtrukti ir kelias savaites ar ilgiau, todėl ir prašome tėvų ar globėjų neatidėlioti vaikų sveikatos patikrinimo iki paskutinės nurodyto termino dienos.

**Pasakykite gydytojui visas vaiko sveikatos ypatybes**

Tėvai ar globėjai, atėję su vaiku pas gydytoją, turėtų pateikti visą informaciją apie savo vaiko sveikatą, jo stipriąsias ir silpnąsias puses, maitinimosi ypatumus ir kt. Tikrindamas vaiko sveikatą, gydytojas stengiasi ne tik įvertinti bendrą jo būklę, bet ir išaiškinti galimas lėtines ligas, užkirsti kelią vienokios ar kitokios ligos vystymuisi, laiku pristabdyti kartais pasireiškiančius organizmo sutrikimus dėl kurio nors įgimto polinkio ar pan.

Jei, pavyzdžiui, mokinys turi regos sutrikimą, gydytojas patars per pamokas klasėje sėdėti arčiau lentos, kad turimas sutrikimas neprogresuotų. Šeimos gydytojas tik po specialistų konsultacijos galutinę išvadą apie esamą vaiko sveikatos būklę pateikia sveikatos apsaugos ministro įsakymu patvirtintoje Vaiko sveikatos pažymėjimo formoje.

**Fizinio lavinimo pamokos: pilna jėga ar ne?**

Tėvai turi atkreipti dėmesį, kad Vaiko sveikatos pažymėjime gydytojas nurodytų išvadą apie moksleivio fizinį pasirengimą, jį priskiriant vienai iš trijų –pagrindinei, parengiamajai ar specialiajai – fizinio lavinimo grupei mokykloje. Kūno kultūros mokytojas, nustatydamas vaikui fizinio krūvio intensyvumą, turi remtis gydytojo pateiktomis rekomendacijomis.

**Reikia odontologo įrašo**

Reikia nepamiršti, kad kasmet gydytojas odontologas turi įvertinti vaikų dantų būklę ir sąkandį.

Tokias pat pažymas turi pristatyti ir ikimokyklinio ugdymo įstaigas lankantys vaikai.

**Svarbu:**

\*Vaikas pas šeimos gydytoją turi būti lydimas bent vieno iš tėvų arba globėjų. Be jų sutikimo vaiko sveikatos tikrinti negalima.

\* Neatidėkite šių reikalų paskutinėms rugpjūčio dienoms, kai prie gydytojų kabinetų susidarys didžiulės vaikų ir tėvų eilės.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė

Eglė Zokaitytė