

23 Σεπτεμβρίου 2016

## Ποιες ιατρικές εξετάσεις χρειάζονται παιδιά και έφηβοι πριν πάνε σχολείο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





*Side profile of a female doctor checking a young girl's (6-8) chest with a stethoscope*

Ολα όσα πρέπει να περιλαμβάνει ο έλεγχος για τα παιδιά του Νηπιαγωγείου, τα πρωτάκια του Δημοτικού και τους μαθητές του Γυμνασίου πριν από την επιστροφή στα θρανία

Η έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς πλησιάζει και μικροί και μεγάλοι ετοιμάζονται πυρετωδώς για την επιστροφή στα θρανία. Η προετοιμασία όμως δεν πρέπει να αρχίζει ούτε να τελειώνει με τα τετράδια και κάποια καινούργια παπούτσια.

Στην πραγματικότητα, το πρώτο και σημαντικότερο που χρειάζεται το παιδί είναι η αξιολόγηση της κατάστασης της υγείας του από τον παιδίατρο, ο οποίος θα βεβαιωθεί ότι έχει κάνει και όλα τα συνιστώμενα εμβόλια, συνιστά η Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής (AAP).

Όπως αναφέρει στον αναθεωρημένο οδηγό για τον ετήσιο προληπτικό έλεγχο («Recommendations for Preventive Pediatric Health Care») που εξέδωσε νωρίτερα φέτος, ο έλεγχος για τα παιδιά του Νηπιαγωγείου και τα πρωτάκια του Δημοτικού θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει μεταξύ άλλων αξιολόγηση του σωματικού βάρους, της όρασης, της ακοής, της συμπεριφοράς, της αρτηριακής πίεσης και της στοματικής υγείας τους.

Στα παιδιά που θα πάνε Γυμνάσιο πρέπει να συμπεριλαμβάνει μεταξύ άλλων

αξιολόγηση του σωματικού βάρους, της όρασης, της αρτηριακής πίεσης, της συμπεριφοράς και της ψυχικής διάθεσης (κατάθλιψη), ενώ στις ηλικίες 9-11 ετών συνιστάται και ένας προληπτικός έλεγχος των επιπέδων των λιπιδίων (χοληστερόλη, τριγλυκερίδια) στο αίμα.

Οι συστάσεις αυτές αφορούν τα παιδιά που δεν αντιμετωπίζουν οικογενειακά προβλήματα, δεν πάσχουν από χρόνια νοσήματα και αναπτύσσονται ομαλά, επισημαίνει η AAP. Σε διαφορετική περίπτωση μπορεί να απαιτούνται πρόσθετοι και συχνότεροι έλεγχοι.

Όπως εξηγεί η παιδίατρος Άννα Παρδάλη, επιμελήτρια στο νοσοκομείο Ιασώ Παίδων, ο συνεπής εμβολιασμός των παιδιών είναι εξαιρετικά σημαντικός διότι τα εμβόλια είναι ο καλύτερος τρόπος προστασίας από σοβαρά μεταδοτικά νοσήματα και τις επιπλοκές τους. Έτσι, ο παιδίατρος θα ελέγξει αν το παιδί έχει κάνει όσα εμβόλια συνιστώνται για την ηλικία του και θα καλύψει τυχόν κενά.

Εξίσου σημαντικός είναι και ο έλεγχος του σωματικού βάρους διότι «εκτός του αμιγώς ιατρικού προβλήματος που δημιουργούν τα περιττά κιλά, είναι πιθανό να αποτελέσουν αιτία προβλημάτων εντός του σχολείου, όπως το bullying, επομένως καλό είναι να επισημαίνονται όλοι οι κίνδυνοι» προσθέτει η δρ Παρδάλη. Για τον έλεγχο τυχόν συνεπειών του περιττού βάρους, ο παιδίατρος μπορεί να ζητήσει κάποιες εργαστηριακές εξετάσεις, όπως αιματολογικές, με τις οποίες θα εξετάσει λ.χ. τα επίπεδα σακχάρου και λιπιδίων.

## Τα μάτια

Ο προληπτικός έλεγχος της όρασης κατά την έναρξη της σχολικής ζωής είναι απαραίτητος διότι κατ' επανάληψη μελέτες έχουν δείξει ότι οι δυσκολίες στη μάθηση συχνά οφείλονται σε διαθλαστικές ανωμαλίες, όπως η μυωπία, ο αστιγματισμός κ.λπ. Ωστόσο διεθνή στοιχεία δείχνουν ότι ένα στα πέντε παιδιά έχει αδιάγνωστα οφθαλμολογικά προβλήματα επειδή δεν παραπονιέται ότι δεν βλέπει καλά ούτε υποβάλλεται σε προληπτικό έλεγχο της όρασής του.

Αντίστοιχα, ο έλεγχος της οδοντικής υγείας και η διενέργεια προληπτικών εργασιών (π.χ. φθορίωση) συνιστώνται επειδή η κακή στοματική υγιεινή οδηγεί σε προβλήματα όπως η τερηδόνα, η οποία αν δεν αντιμετωπιστεί εγκαίρως μπορεί να οδηγήσει σε αποστήματα, πόνο, σπασίματα δοντιών κ.λπ.

Δυστυχώς, έρευνα της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας πριν από πέντε χρόνια είχε δείξει ότι ενώ πάνω από τα μισά Ελληνόπουλα (57%) πηγαίνουν στο Νηπιαγωγείο χωρίς τερηδόνα, μέχρι την Α΄ Γυμνασίου λιγότερα από το ένα τρίτο (σχεδόν 29%) εξακολουθούν να έχουν γερά δόντια.

Ειδικά στα παιδιά που πρόκειται να συμμετάσχουν στα μαθήματα Φυσικής Αγωγής και σε όσα συμμετέχουν σε οργανωμένες αθλητικές δραστηριότητες καλό είναι να γίνεται και εξονυχιστικός καρδιολογικός έλεγχος, υπογραμμίζει η δρ Παρδάλη. «Δυστυχώς οι περισσότερες ήπιες ή μέτριας βαρύτητας συγγενείς (εκ γενετής) καρδιοπάθειες δεν προκαλούν πρώιμα, προειδοποιητικά συμπτώματα και η έντονη άθληση μπορεί να φορτίσει επικίνδυνα την καρδιακή λειτουργία» εξηγεί.

Τέλος, καλό είναι να γίνεται και έλεγχος για σκολίωση, ο οποίος συνιστάται στα μεν κορίτσια δύο φορές (στις ηλικίες 10 και 12 ετών), στα δε αγόρια μία φορά στα 13 ή 14 χρόνια τους, σύμφωνα με τις συστάσεις της AAP, της Αμερικανικής Ακαδημίας Ορθοπεδικών Χειρουργών (AAOS) και άλλων υγειονομικών οργανισμών.

*Ρεπορτάζ: Ρούλα Τσουλέα*

**Πηγή :** [TA NEA Ένθετο Υγεία- ygeia.tanea.gr](http://TA.NEA.Ενθετο.Υγεία-ygeia.tanea.gr)