



Terveystarkastuksen esitietolomake viitosluokkalaisen vanhemmille

Lapsenne kouluterveydenhuollon terveystarkastus lähestyy. Viidennen luokan laajassa terveystarkastuksessa keskustelemme lapsen ja koko perheen terveydestä ja hyvinvoinnista. Pohdimme myös lapsen koulunkäyntiin ja vapaa-aikaan liittyviä asioita. Kutsumme vanhemmat mukaan lapsen laajaan terveystarkastukseen. Osallistumisenne on hyvin tärkeää.

Toivomme teidän täyttävän tämän lomakkeen ja palauttavan sen annettujen ohjeiden mukaisesti. Lapsen asuessa kahdessa kodissa voidaan kummassakin täyttää oma lomake. Lomake on suunniteltu vanhempien täytettäväksi, mutta vastauksia voidaan pohtia keskustellen lapsen kanssa. Kysymyksien kautta saatte käsityksen terveystarkastuksen sisällöstä. Vastauksenne auttavat suuntaamaan terveystarkastusta perheenne tarpeiden ja toiveiden mukaiseksi. Keskustelemme lomakkeen aiheista tarkastuksessa. Lapsenne täyttää tarkastukseen liittyen myös oman esitietolomakkeensa.

Lomakkeen täyttäminen ja jokaiseen yksittäiseen kysymykseen vastaaminen on vapaaehtoista. Antamanne tiedot ovat luottamuksellisia ja terveydenhuollon salassapitosäädökset koskevat niitä. Antamanne tiedot tulevat vain terveydenhuollon käyttöön ja jäävät terveystarkastuksen potilasasiakirjarekisteriin.

Oppilas:

Nimi _____ Luokka _____
Henkilötunnus _____ Kodin kieli/kielet _____

Vanhemmat/huoltajat:

Puhelinnumero, josta tavoittaa päivisin _____

Nimi _____
Nimi _____

Lapsi asuu

- ☐ molempien vanhempien kanssa
☐ äidin kanssa
☐ isän kanssa
☐ muu järjestely, mikä?

Muutokset perheen rakenteessa

- ☐ ei muutoksia
☐ avo/avioero vuonna _____
☐ yhteishuoltajuus
☐ yksinhuoltajuus äiti/isä (ympyröi)
☐ uusi avo/avioliitto vuonna _____
☐ muu, mikä?

Tapaamisjärjestelyt vanhempien asuessa erillään

Onko lapsellanne sisaruksia?

- ☐ ei
☐ kyllä, nimet ja syntymävuodet

Muut perheeseen tai samaan talouteen kuuluvat henkilöt

LAPSEN TERVEYS JA HYVINVOINTI

Millaiseksi arvioitte lapsenne nykyisen terveydentilan? ☐ hyvä ☐ keskinkertainen ☐ huono

Onko lapsellanne jokin pitkäaikainen (fyysinen tai psyykkinen) oire, sairaus tai vamma?

☐ ei ☐ kyllä, mikä? Hoitotaho ja nykyiset hoidot sekä rajoitteet

- | | | |
|---------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| • allergia | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • erityisruokavalio | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • lääkkeiden käyttö | ☐ ei | ☐ kyllä |

Onko lapsellanne ollut toistuvasti viimeisen vuoden aikana?

- | | | |
|--|-----------------------------|--------------------------------|
| • väsymystä tai uniongelmia | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • arkuutta tai jännittyneisyyttä | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • väkivaltaisuutta, aggressiivisuutta | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • levottomuutta, keskittymisvaikeuksia | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • pelkoja, ahdistuneisuutta | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • alakuloisuutta, vetäytyneisyyttä | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • yö- tai päiväkastelua | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • muita oireita, vaivoja tai kipuja | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • tapaturmia | ☐ ei | ☐ kyllä |

Oletteko huomannut lapsessanne murrosiän kehitykseen liittyviä muutoksia? Mitä?

Oletteko keskustelleet lapsenne kanssa murrosiästä?

☐ ei ☐ kyllä, mistä teemoista?

TERVEYSTOTTUMUKSET

Lapsemme

- **nukkuu** arkena klo ____ - ____, noin ____ tuntia
viikonloppuna klo ____ - ____, noin ____ tuntia
- **liikkuu** päivittäin noin ____ tuntia (koulumatkat ja koululiikunta, ulkoilu ja liikuntaharrastukset)
- **ruutuaika** arkena ____ tuntia/pvä (TV, tietokone, pelikoneet, puhelin ym.)
viikonloppuna ____ tuntia/pvä

Tiedätkö mitä lapsenne tekee tietokoneella? ☐ kyllä ☐ ei

Perheemme ruokailutottumuksissa on

hyvää

kehittävää

Lapsemme ateriat

arkena

viikonloppuna

- | | | |
|---------------------|--------------------------|--------------------------|
| aamupala | ☐ | ☐ |
| kouluruoka/lounas | ☐ | ☐ |
| iltapäivän välipala | ☐ | ☐ |
| päivällinen | ☐ | ☐ |
| iltapala | ☐ | ☐ |

Lapsemme käyttää

maitoa ja/tai maitotuotteita

☐ kyllä

☐ ei

D-vitamiinia

☐ kyllä

☐ ei

energiajuomia

☐ kyllä

☐ ei

Perheemme tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö:

- | | | | |
|------------|-----------------------------|--------------------------------|-------|
| • tupakka | ☐ ei | ☐ kyllä | _____ |
| • nuuska | ☐ ei | ☐ kyllä | _____ |
| • alkoholi | ☐ ei | ☐ kyllä | _____ |
| • huumeet | ☐ ei | ☐ kyllä | _____ |

Oletteko keskustelleet lapsenne kanssa tupakasta, nuuskasta ja päihteistä? ☐ kyllä ☐ ei

Miten lapsenne huolehtii henkilökohtaisesta hygieniasta? (hampaiden pesu, suihku ym.)

KOULU

Miten koulunkäynti ja kotitehtävät sujuvat?

Mitkä ovat lapsenne vahvuudet koulussa?

Saako lapsenne tukea oppimiseen? (tukiopetus, pienryhmä, erityisopetus ym.)

☐ ei ☐ kyllä, mitä?

Tapaako lapsenne / onko lapsenne tavannut koulukuraattoria tai koulupsykologia?

☐ ei ☐ kyllä, miksi?

Miten mielestänne kodin ja koulun yhteistyö sujuu?

- | | | | |
|--|--------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|
| • Onko koulunkäynti lapsellenne mieluista? | ☐ kyllä | ☐ en tiedä | ☐ ei |
| • Onko lapsellanne kavereita koulussa? | ☐ kyllä | ☐ en tiedä | ☐ ei |
| • Kiusataanko lastanne koulussa? | ☐ kyllä | ☐ en tiedä | ☐ ei |

VAPAA-AIKA

Mitä lapsenne tekee vapaa-aikanaan? (yksin/kavereiden/perheen kanssa tai harrastuksissa)

Lapsemme kotiintuloaika on arkisin klo _____ ja viikonloppuna klo _____

- | | | |
|---|--------------------------------|---|
| • Onko lapsellanne kavereita vapaa-ajalla? | ☐ kyllä | ☐ ei |
| • Tunnetteko lapsenne kavereita? | ☐ kyllä | ☐ ei |
| • Kiusataanko lastanne vapaa-ajalla? | ☐ kyllä | ☐ en tiedä ☐ ei |
| • Tiedättekö missä ja kenen kanssa lapsenne viettää vapaa-aikaansa? | ☐ kyllä | ☐ ei |

PERHE

Onko perheellänne riittävästi yhteistä aikaa?
Kuinka vietätte sitä?

☐ kyllä

☐ ei

Perheessämme

- | | | |
|--|--------------------------------|-----------------------------|
| • on tapana kannustaa ja antaa positiivista palautetta | ☐ kyllä | ☐ ei |
| • jaetaan kotityöt | ☐ kyllä | ☐ ei |
| • on turvallista kaikille ja yleensä sopuisa ilmapiiri | ☐ kyllä | ☐ ei |
| • on tapana kertoa päivän tapahtumista | ☐ kyllä | ☐ ei |
| • on sovittu säännöistä yhdessä | ☐ kyllä | ☐ ei |
| • on yhteinen ruokahetki päivittäin | ☐ kyllä | ☐ ei |

Miten perheessänne ratkaistaan tilanteet, joissa lapsi on rikkonut sovittuja sääntöjä tai käyttäytyy huonosti?

Koetteko tarvitsevanne apua lapsen kasvatukseen liittyvissä asioissa?

☐ ei

☐ kyllä, millaista?

☐ saamme jo tukea/olemme saaneet tukea, mistä? (esim. kasvatus- ja perheneuvola)

Oppilaan hyvinvointiin ja kouluselviytymiseen vaikuttavat kaikki perheen huolet, voimavaroja vievät asiat ja muutokset. Onko teidän perheessänne?

- | | | |
|--|-----------------------------|--------------------------------|
| • pitkäaikaissairauksia (fysisiä tai psyykkisiä) | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • jaksamisvaikeuksia, uupumista tai masennusta | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • turvattomuutta tai väkivaltaisuutta | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • päihdeongelmia tai -riippuvuutta | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • ongelmia perheenjäsenten välisissä suhteissa | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • taloudellisia huolia | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • surua tai menetyksiä | ☐ ei | ☐ kyllä |
| • jotakin muuta ajankohtaista, mitä? | ☐ ei | ☐ kyllä |

Keneltä saatte tarvittaessa tukea perheenne arjen sujumiseen?

☐ isovanhemmilta

☐ entiseltä puolisolta

☐ naapureilta

☐ ei keneltäkään

☐ ystäviltä

☐ muilta

Perheenne vahvuuksia

Mikä lapsessasi ilahduttaa sinua?

Toiveita terveystarkastuksen suhteen

Päiväys

Lomakkeen täyttäjän/täyttäjien allekirjoitus