pacjent.gov.pl

Twoje dziecko ekspertem od zdrowia

Data aktualizacji
2024-05-24

9. numer magazynu „Ze Zdrowiem” powstał z myślą o dzieciach i ich opiekunach. Przeczytajcie razem, porozmawiajcie o zdrowiu, profilaktyce, zasadach higieny. Bądźmy zdrowi!

Przewodnik po zdrowiu dzieci

Dbaj o to, aby Twoje dziecko było świadome, na czym polegają zdrowe nawyki. Aby wiedziało, dlaczego trzeba dbać o higienę, przestrzegać terminów badań profilaktycznych. Na czym polega kalendarz szczepień.

Przewodnik może dopomóc Ci w edukacji dziecka na temat zdrowia. Magazyn możecie czytać razem. Uzupełniajcie wiedzę i dyskutujcie o tym, co jest ważne dla zdrowia całej rodziny. Wyjaśnisz, dopowiesz i odpowiesz na pytania dziecka. Jeśli masz nastolatka – ta publikacja pomoże mu uporządkować najważniejsze informacje dotyczące zasad profilaktyki i leczenia dzieci i młodzieży.

Dziecko dowie się też:

- co to jest higiena
- co można robić, aby nie zarażać się chorobami od innych ludzi
- jakie badania są potrzebne zdrowemu dziecku, aby sprawdzić, czy dobrze się rozwija
- dlaczego trzeba co jakiś czas chodzić do lekarza, kiedy jesteś zdrowy.

Doradca rodzica i pomoc dla opiekuna

W magazynie „Ze Zdrowiem” nr 9 przeczytasz między innymi o tym:

- co dziecko powinno wiedzieć o zdrowiu
- na czym polega profilaktyka i leczenie dzieci
- kto czuwa nad zdrowiem dzieci
- jak zadbać o bezpieczeństwo dzieci
- jakie są zasady higieny na co dzień
- jak system opieki zdrowotnej wspiera dzieci.

Znajdziesz także adresy stron i miejsc, w których możesz znaleźć więcej informacji na poruszane tematy.

Jesteś rodzicem lub opiekunem

Zdrowy rozwój dziecka jest najważniejszy dla rodziców i opiekunów.

- Pomagaj dziecku w przestrzeganiu zdrowych nawyków jedzenia, higieny.

- Dbajcie razem o stałą aktywność fizyczną.
- Przestrzegaj terminów bilansów zdrowia dziecka – miej pewność, że zdrowo rośnie, nie dopuść do rozwoju nieprawidłowości, trzymaj rękę na pulsie.
- Pilnuj terminów szczepień zgodnie z kalendarzem.
- Współpracuj z dyrektorem, nauczycielami i opiekunami w przedszkolu i szkole.
- Bądź dobrym przewodnikiem dziecka po zdrowiu.
- Poznaj kalendarz badań – wejdź na **Akademia NFZ**.

Przeczytaj także

Otyłość u dzieci – same z niej nie wyrosną

Nadmierna masa ciała w młodym wieku może nieść za sobą poważne konsekwencje zdrowotne w dorosłości. Sprawdź, jak możesz pomóc swojemu dziecku

Dentobus – mobilny gabinet dentystyczny

Masz dzieci i mieszkasz w małej miejscowości, w której brakuje stomatologa? Sprawdź, kiedy Twoją miejscowość odwiedzi dentobus

Pielęgniarka szkolna

Pielęgniarka szkolna – lub higienistka szkolna – sprawuje profilaktyczną opiekę zdrowotną nad uczniami danej szkoły. Zajmuje się uczniami od klasy „0” (w szkołach podstawowych) do ostatniej klasy szkoły ponadpodstawowej