

Tipps vom Doc

## Die U6-Vorsorge: Bereit für den 1. Geburtstag?

**Die U6-Vorsorge ist die Lieblings-Vorsorge vom Doc. Denn mit ihren 10 bis 12 Monaten sind die Kinder noch süß-Babyputzig und noch nicht so groß, dass sie die ganze Untersuchung sprengen können durch einen brutalen Wutanfall (ja, das gibt es alles ...). Sprich: Meistens ist die U6 eine ganz angenehme Geschichte.**

### Wie läuft sie ab?

- Wie immer: wiegen, messen, Kopfumfang.
- Wir machen auch einen Sehtest mit einem Gerät, das sich Plusoptics nennt, um sicherzugehen, dass die Augen gut sind.
- Dann haben die Eltern natürlich Zeit für ihre Fragen.
- Wir reden über Zahnpflege.
- Wir reden über Vitamin-D-Prophylaxe.
- Ganz wichtig ist auch das Thema Ernährung, weil die Kinder ja so ab einem Jahr ganz normal vom Familientisch mitessen dürfen und sollen.
- Wir weisen auch darauf hin, dass sie jetzt ganz normale Milch trinken können und keine Säuglingsmilch mehr brauchen – es

aber auch sehr wichtig ist, dass sie nicht zuviel Milch trinken. Also 200 bis 300 Milliliter im zweiten Lebensjahr sind völlig ausreichend.

- Dann wird geschaut: Was machen Sprache und Sprachverständnis. Wie reagieren die Kinder, wenn man sie anspricht, wie reagieren sie auf ein „Nein“? Verstehen sie, was man von ihnen will? Tun müssen sie es natürlich noch nicht. Die meisten Kinder können Doppelsilben bilden wie Ma-Ma, Pa-Pa, Des-Da.
- Motorisch ganz spannend: Viele Eltern denken, ein Kind müsse bis es ein Jahr alt ist Laufen können. Das muss es aber bei Weitem noch nicht. Freies Gehen ist eigentlich erst mit 18 Monaten „vorgeschrieben“.
- Mir ist es bei der U6 wichtig, dass die Kinder stabil sitzen können – und sehr schön ist es, wenn sie sich hochziehen und dann auch stehen können.
- Was im Rahmen der U6 auch passiert, ist Impfen. Was genau, hängt davon ab, wo man im Impfschema gerade ist.

Das war, grob zusammengefasst, die U6.