

Hãy Khôn Ngoan về Sức Khỏe

*Hướng Dẫn Đơn Giản cho
Lần Khám Trẻ Vị Thành
Niên Khỏe Mạnh*



Khám trẻ vị thành niên khỏe mạnh là lần khám hàng năm cho bệnh nhân từ 11-21 gặp bác sĩ chăm sóc sức khỏe của các em (healthcare providers, hay HCP) để bàn thảo về sức khỏe và khám tổng quát.

Đây cũng là thời điểm tuyệt vời để trẻ vị thành niên, cha mẹ và người chăm sóc nêu các thắc mắc về sức khỏe của các em. Chúng ta có thể đề cập nhiều chủ đề khác nhau trong lúc khám tùy theo độ tuổi của bệnh nhân.



Tiểu Sử Sức Khỏe

Trước khi bắt đầu khám, bệnh nhân sẽ điền vào bản câu hỏi về tiểu sử sức khỏe.



Bàn Thảo về Phát Triển/Sức Khỏe Hành Vi¹

Các chủ đề có thể bao gồm:

- ▶ Gia đình và bạn bè
- ▶ Sức khỏe cảm xúc
- ▶ Thói quen tập thể dục và ăn uống
- ▶ Sử dụng ma túy, thuốc lá, hay uống rượu
- ▶ Bất cứ hoạt động tình dục nào



Khám tổng quát²

Khám tổng quát có thể bao gồm:

- ▶ Đo (chiều cao, cân nặng, huyết áp, BMI, vv...)
- ▶ Khám lưng và cột sống
- ▶ Khám da (tình trạng da, mụn trứng cá, vv...)
- ▶ Khám thị lực và thính lực
- ▶ Phát triển tuổi dậy thì (để bảo đảm phát triển phù hợp)



Khám thăm dò^{1,2}

Khám thăm dò có thể bao gồm:

- ▶ Buồn nản
- ▶ Bệnh truyền qua tình dục (chlamydia, bệnh lậu và HIV)
- ▶ Loạn lipid, thiếu máu và bệnh lao



Chủng ngừa¹

Tùy theo độ tuổi của bệnh nhân, HCP có thể cho chủng ngừa khi thích hợp.

Trẻ vị thành niên có thể bàn thảo riêng về sức khỏe với bác sĩ của em. Hỏi bác sĩ chăm sóc sức khỏe nếu em có bất cứ câu hỏi hay thắc mắc nào.

Tài liệu tham khảo: 1. American Academy of Pediatrics and Bright Futures. Recommendations for Preventive Pediatric Health Care. https://www.aap.org/en-us/Documents/periodicity_schedule.pdf. Updated February 2017. Accessed August 9, 2018 2. Hagan JF, Shaw JS, Duncan PM. Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents [pocket guide]. Fourth ed. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics; 2017.

MISC-05472-1001 Duyệt lại 001 © 2018 Hologic, Inc. Giữ tất cả bản quyền. Hologic và những biểu trưng liên quan là thương hiệu và/hoặc thương hiệu câu chứng của Hologic, Inc. và/hoặc các hãng con tại Hoa Kỳ và/hoặc các quốc gia khác.