



Kolmannella luokalla koululääkäri tekee yhdessä terveydenhoitajan kanssa **terveystarkastuksen** oppilaalle.

Vanhemmille lähetetään terveystarkastuslomake ja kutsu terveystarkastukseen.

- Terveydentilan tarkastus: yleisvaikutelma, psykososiaalinen kehitys, ravitsemus, allergiat, ruokarajoitukset, ihottumat, päänahka, kurkku, hampaat, korvat, nenä, silmät, puhe, imusolmukkeet, kilpirauhanen, sydän ja keuhkot, vatsa ja munuaiset, pulssi, tyrät, pojilta kivekset ja esinahka, lihaskunto, ryhti ja jalkojen pituserot, selän liikkuvuus, polvet, jalkaterät ja kävely.

Tarvittaessa ohjataan fysio- tai ravitsemusterapeutille, kuraattorille, psykologille tai jatkotutkimuksiin.

Vanhemmille kirjallinen palaute oppilaan terveydentilasta.



Neljännellä luokalla tehdään tarvittaessa terveystarkastus terveydenhoitosuunnitelman mukaisesti.

- Hampaiden oikomisseulonta.

3.-luokkalaisten ajatus: Mitä hyvinvointi on ?

"Mielestäni hyvinvointi on terveistä elämäntavoista ja liikkumisesta tullutta mielihyvän ja terveyden aikaansaannosta."



Kouluterveydenhuolto



Vanhempainillat



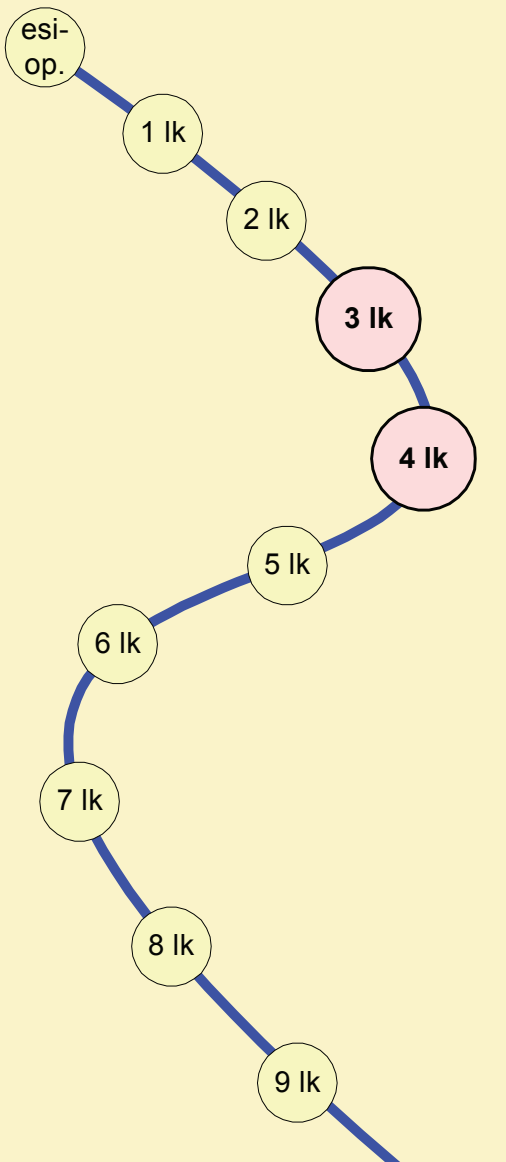
Suun terveydenhuolto



Muu toiminta



Terveystieto



Kolmannen ja neljännen luokan aikana käsitellään seuraavia asioita:

- Terveyttä edistävät arkikäytännöt: vuorokausirytmä, riittävä uni ja lepo, ravinto, säännöllinen ruokailu, päivittäinen liikunta, oikeat työasennot koulussa ja kotona, ryhti, suun terveys, hygienia ja pukeutuminen.
- Oppilas:
- Osaa kuvata tavallisimpia lasten sairauksia, niiden oireita ja itsehoitoa.
 - Tietää lääkkeiden käytön perussääntöjä.
 - Osaa yksinkertaisia ensiaputaitoja.
 - Tuntee turvallisen liikkumisen liikenteessä.
 - Osaa tarvittaessa hälyttää ja hakea apua.



- Itsetunto (3. lk).
- Sosiaaliset suhteet (3. lk).
- Terveys (4. lk).
- Vanhempien antama kannustus (4. lk).



- Koulukerhot koulukohtaisesti.
- Teemapäivät, asiantuntijavierailut.

Terveydestään huolehtiva, itsestään ja muista vastuuta ottava nuori