

Vielen Dank, dass du dir für deine Gesundheit Zeit genommen hast!

Folgende Themen auf der Webseite www.feel-ok.at könnten für dich interessant sein:

- Alkohol
- Cannabis
- Rauchen
- Ernährung
- Bewegung & Sport
- Lärm
- Liebe & Sexualität
- Selbstvertrauen
- Beruf
- Stress

Dein untersuchender Arzt bzw. deine untersuchende Ärztin empfiehlt dir zusätzlich:

Die im Rahmen der Jugendlichenuntersuchung erhobenen Daten (z. B. Größe, Gewicht, Blutdruck etc.) werden elektronisch vom behandelnden Arzt (im Rahmen seines Behandlungsvertrages) gespeichert. Diese Speicherung ist für eine Verlaufskontrolle (z. B. Gewichtszunahme etc.) und für das Arztgespräch erforderlich. Die Untersuchungsergebnisse werden nach wie vor an niemanden (z. B. auch nicht an Eltern oder Dienstgeber) weiter gegeben. Für eine optimale Betreuung werden die erhobenen Daten an den nächsten betreuenden Arzt übermittelt. Sie haben das Recht der Weitergabe Ihrer Daten an den nächsten betreuenden Arzt zu widersprechen. Hier genügt ein E-Mail an ju4health@oegk.at oder ein Schreiben an die Österreichische Gesundheitskasse – Oberösterreich, Gruberstraße 77, 4020 Linz.

Du hast weitere Fragen zum Thema Gesundheit? Du möchtest wissen, welche Beratungsstellen es in deiner Nähe gibt?

Auf www.feel-ok.at findest du Antworten auf deine Fragen zu den Themen:

Alkohol, Cannabis, Rauchen, Ernährung, Bewegung und Sport, Lärm, Liebe und Sexualität, Selbstvertrauen, Beruf, Stress.

feel-ok.at

Vorsorgen heißt, dass du aktiv etwas für deine Gesundheit tun kannst! Daher:

1x pro Jahr zur Jugendlichenuntersuchung ... und ab 18 Jahren jährlich zur Vorsorgeuntersuchung beim Hausarzt oder direkt bei deinem Krankenversicherungsträger.

Gesundheit – die Basis für dein weiteres Leben!

Klick auf www.feel-ok.at und erfahre mehr über deine Gesundheit!

Herausgeber:
Dachverband der Sozialversicherungsträger
Kundmanngasse 21, 1030 Wien



Dachverband der österreichischen Sozialversicherung

Gestaltung: Andi Thien-Jupiter | Fotos: fotolia.de | Herstellung:



JUGENDLICHEN- UNTERSUCHUNG

Du bestimmst selbst über deine Gesundheit, und die Gesundheit bestimmt über deine Lebensqualität.



Dachverband der österreichischen Sozialversicherung

Du bestimmst selbst über deine Gesundheit, und die Gesundheit bestimmt über deine Lebensqualität.

Der **kostenlose Gesundheits-Check** hilft dir ...

- ◆ mögliche gesundheitliche Probleme frühzeitig (bereits vor deren Eintreten) zu erkennen und zu behandeln,
- ◆ bewusst zu machen, ob ein berufliches Gesundheitsrisiko besteht.

Die Untersuchung findet im Rahmen eines vertraulichen Gesprächs mit einem Arzt bzw. einer Ärztin statt. Dabei wird z.B. folgendes durchgecheckt, gemessen und geprüft:

- ◆ Größe, Gewicht
- ◆ Blutdruck, Herz & Kreislauf und Lunge
- ◆ Wohlbefinden (seelische Gesundheit)
- ◆ Ernährung und Bewegung
- ◆ Risikofaktoren wie Rauchen oder Alkohol.

Werden bei der Untersuchung kleinere oder größere Probleme sichtbar, erhältst du Tipps und Infos über weitere Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten.

Die gesamte Untersuchung unterliegt der ärztlichen Schweigepflicht! Niemand erfährt etwas über die Untersuchungsergebnisse und die Beratung. Auch nicht deine Eltern oder dein Arbeitgeber.

Bitte fülle die unten stehenden Fragen zu den Themen Wohlbefinden und Alkoholkonsum aus und nimm diesen Folder in das Untersuchungszimmer mit. Pro Zeile ist nur eine Antwort möglich.

Deine Angaben sind nur für den untersuchenden Arzt bzw. die untersuchende Ärztin bestimmt und werden streng vertraulich behandelt.

In den letzten zwei Wochen ...						
... war ich froh und guter Laune.	Die ganze Zeit	Meistens	Etwas mehr als die Hälfte der Zeit	Etwas weniger als die Hälfte der Zeit	Ab und zu	Zu keinem Zeitpunkt
... habe ich mich ruhig und entspannt gefühlt.	Die ganze Zeit	Meistens	Etwas mehr als die Hälfte der Zeit	Etwas weniger als die Hälfte der Zeit	Ab und zu	Zu keinem Zeitpunkt
... habe ich mich energisch und aktiv gefühlt.	Die ganze Zeit	Meistens	Etwas mehr als die Hälfte der Zeit	Etwas weniger als die Hälfte der Zeit	Ab und zu	Zu keinem Zeitpunkt
... habe ich mich beim Aufwachen frisch und ausgeruht gefühlt.	Die ganze Zeit	Meistens	Etwas mehr als die Hälfte der Zeit	Etwas weniger als die Hälfte der Zeit	Ab und zu	Zu keinem Zeitpunkt
... war mein Alltag voller Dinge, die mich interessieren.	Die ganze Zeit	Meistens	Etwas mehr als die Hälfte der Zeit	Etwas weniger als die Hälfte der Zeit	Ab und zu	Zu keinem Zeitpunkt

Wie oft trinkst du Alkohol?	Nie	Etwas 1 mal pro Monat	2–4 mal pro Monat	2–3 mal pro Woche	4 mal oder häufiger pro Woche
Wenn du an einem Tag Alkohol trinkst, wie viele alkoholhaltige Getränke trinkst du typischerweise? (Ein alkoholisches Getränk entspricht einem kleinen Bier, einem Achterl Wein oder einem Stamperl Schnaps)	1 oder 2	3 oder 4	5 oder 6	7 oder 8	10 oder mehr
Wie oft hast du im letzten Jahr an einem Tag 6 oder mehr alkoholische Getränke getrunken? (Ein alkoholisches Getränk entspricht einem kleinen Bier, einem Achterl Wein oder einem Stamperl Schnaps)	Nie	Seltener als 1 mal pro Monat	1 mal pro Monat	1 mal pro Woche	Täglich oder fast täglich