



# Elterninfo

Rhein-Erft-Kreis · Gesundheitsamt · Willy-Brandt-Platz 1 · 50126 Bergheim  
[www.rhein-erft-kreis.de](http://www.rhein-erft-kreis.de)





Frank Rock  
Landrat



Simon Schall  
Gesundheitsdezernent



Dr. Foroutan-Schreiber  
Leiterin Gesundheitsamt

## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Eltern,

Ein Kind beim Aufwachsen zu begleiten, ist eine der schönsten und zugleich verantwortungsvollsten Aufgaben.

Gesundheitsförderung beginnt früh – mit ausgewogener Ernährung, regelmäßiger Bewegung, guter Zahnpflege, einem verlässlichen Impfschutz und seelischer Stärkung.

All diese Bausteine tragen dazu bei, dass Kinder gesund und stark heranwachsen.

Am besten gelingt Gesundheitsförderung, wenn viele zusammenwirken: Eltern und Familie, Kindertagesstätten, Schulen, Ärztinnen und Ärzte – und auch das Gesundheitsamt.

Gemeinsam schaffen wir die besten Voraussetzungen für die Zukunft unserer Kinder.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen kompakte, alltagsnahe Informationen zu wichtigen Gesundheitsthemen und zu Beratungsangeboten in Ihrer Region an die Hand geben.

Wir möchten Sie ermutigen, gemeinsam mit uns die Gesundheit Ihres Kindes zu stärken – Tag für Tag, Schritt für Schritt!

### Impressum

Rhein-Erft-Kreis, Der Landrat  
Gesundheitsamt  
Willy-Brandt-Platz 1, 50126 Bergheim

Tel.: 02271 83-0  
info@rhein-erft-kreis.de  
www.rhein-erft-kreis.de

Eltern-Info mit Impfkalender

**Redaktion:** Rhein-Erft-Kreis, Der Landrat  
Gesundheitsamt

**Layout:** Olga Kautz

**Foto Titelseite:** Rhein-Erft-Kreis, Der Landrat  
Ananass, stock.adobe.de

5. Auflage, Bergheim 2025



© Ananass, stock.adobe.com

## Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche

Zur Früherkennung von Entwicklungsstörungen und Erkrankungen werden insgesamt 11 Vorsorgeuntersuchungen für Kinder und Jugendliche vom Säuglingsalter bis zur Pubertät in den ambulanten Kinderarztpraxen angeboten. Die Kosten dafür tragen die gesetzlichen Krankenkassen.

Während die frühen Vorsorgeuntersuchungen noch gerne wahrgenommen werden, nimmt deren Quote bei älteren Kindern sowie bei Jugendlichen leider ab.

Dabei sind gerade die U9 vor der Einschulung und die J1 Untersuchung für 12 bis 15-Jährige sehr wichtig, um körperliche und seelische Probleme früh zu erkennen und (Auffrisch-) Impfungen durchzuführen. Beispielsweise werden im Rahmen der Jugenduntersuchung J1 die altersgemäße Entwicklung der Geschlechtsorgane und die Organfunktionen untersucht. Dafür nimmt der Arzt/die Ärztin auch eine Blutprobe und analysiert den Urin. Wichtigster Bestandteil der J1-Untersuchung ist ein offenes Beratungsgespräch über Sexualität, Verhütung, Suchtgefahren und soziale Probleme in der Familie, im Freundeskreis oder der Schule. Wenn der Jugendliche möchte, kann er auch allein zur J1-Untersuchung gehen – manchen fällt es ohne die eigenen Eltern leichter, offen über Probleme und Sorgen mit dem Arzt zu sprechen.

Hier liegt eine Chance, auf Gesundheitsgefährdungen Einfluss zu nehmen und Weichen zu stellen für ein gesundheitsförderndes Verhalten bis ins Erwachsenenalter.

Nehmen Sie als Familie dieses Angebot an?

Zeitpunkt der Untersuchung	Untersuchungsschwerpunkte	Ergänzende Maßnahmen
<b>U1</b> Geburt	Beurteilung von Vitalität, Reifezeichen und Fehlbildungen	Hörscreening, Stoffwechselscreening
<b>U2</b> 3.-10. Lebensstag	Stoffwechselscreening, Erfassung von Fehlbildungen, Ernährungsberatung	Impfberatung
<b>U3</b> 4.-6. Woche	Gedeihen und altersgerechte Entwicklung, Untersuchung der Hüftgelenke, Unfallverhütung	Impfberatung
<b>U4</b> 3.-4. Monat	Altersgerechte Entwicklung und Beweglichkeit, Ernährung und Verdauung	Impfungen
<b>U5</b> 6.-7. Monat	Altersgerechte Entwicklung und Beweglichkeit, Hör- oder Sehstörungen, Ernährungsberatung, Zahnpflege	Beratung zur Unfallverhütung
<b>U6</b> 10.-12. Monat	Stato- und psychomotorische Entwicklung, Sprachentwicklung, Hör- und Sehvermögen, Ernährungsberatung, Zahnpflege	Impfungen
<b>U7</b> 21.-24. Monat	Altersgerechte Entwicklung, Hör- und Sehvermögen, Kontrolle der Beweglichkeit, Körperbeherrschung, Sprachentwicklung, Verhaltensprobleme	Impfungen
<b>U7a</b> 34.-36. Monat	Körperliche und geistige Entwicklung, Hör- und Sehvermögen, Verhaltensprobleme, Zahngesundheit	Impfberatung
<b>U8</b> 42.-48. Monat	Altersgerechte Entwicklung, Hör- und Sehvermögen, mögliche Auffälligkeiten in der Sprachentwicklung, Beweglichkeit	Impfberatung
<b>U9</b> 60.-64. Monat	Körperliche und geistige Entwicklung, Hör- und Sehvermögen, mögliche Auffälligkeiten in der Sprachentwicklung, Beweglichkeit und Geschicklichkeit, Verhaltensprobleme, Zahngesundheit	Impfungen
<b>J1</b> 12-15 Jahre	Orientierende körperliche Untersuchung, fakultative Blutuntersuchungen und Untersuchungen der Sinnesorgane.	Impfungen, Beratungsangebot
<b>U10 (7-8 Jahre), U11 (9-10 Jahre), J2 (16-17 Jahre)</b> Zusätzliche, freiwillige Vorsorgeuntersuchungen		

Vorsorgeuntersuchungen nach den Richtlinien des Bundesausschusses für Ärzte und Krankenkassen 1998 (Quelle BZgA)



Unsere  
Angebote sind  
kostenlos,  
auch für  
Nicht-AOK-  
Mitglieder

# Seminarangebote für Familien



Anmeldung  
über QR-Code  
oder folgenden Link  
[aok.de/rh/koeln-rhein-erft](https://aok.de/rh/koeln-rhein-erft)

AOK Rheinland/Hamburg.  
Die Gesundheitskasse.



## Frühe Hilfen im Rhein-Erft-Kreis

Die Geburt eines Kindes ist eine aufregende Zeit voller Emotionen und der Beginn eines neuen Lebensabschnittes für die ganze Familie. Fühlt sich ein neugeborenes Kind sicher und geborgen, erhält es eine gute Chance, sich gesund und glücklich zu entwickeln.

Zunächst ist es wichtig zu lernen, wie ein Baby richtig gefüttert, gewickelt, gewaschen und getragen wird. Darüber hinaus hat ein Baby ein großes, lebenswichtiges Bedürfnis nach zuverlässiger, einfühlsamer Zuwendung und Sicherheit durch die Menschen, die ihm am nächsten stehen.

Bei der Vielzahl von Aufgaben oder bei zusätzlich belastenden Umständen (z. B. finanzielle Nöte, Krankheit der Kinder) ist es nicht selten, dass sich Eltern zeitweise verunsichert und überfordert fühlen. Oft suchen Eltern dann erst in einem absoluten Erschöpfungszustand Hilfe. Professionelle Beratung und Hilfe kann und sollte aber so früh wie möglich einsetzen.

Die sogenannten „Frühen Hilfen“ möchten Familien im Rhein-Erft-Kreis frühzeitig in der Pflege und Beziehungsgestaltung zum Kind unterstützen. Ganz gleich, ob Sie kleine oder große Fragen haben, ein professionelles Team

aus Fachkräften der Familienkinderkrankpflege, Familienhebammen und Sozialarbeit berät Sie gerne telefonisch, im Büro oder auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause. Das Beratungsangebot ist freiwillig und richtet sich an Familien ab der Schwangerschaft und Eltern mit jungen Kindern (in der Regel bis zum 3. Lebensjahr).

Im Einzelnen übernehmen die Mitarbeiter der „Frühen Hilfen“ vor Ort folgende Aufgaben:

- Kontaktaufnahme zu allen Familien mit neugeborenen Kindern (Babybegrüßungspaket)
- Beratung von Schwangeren, Müttern und Vätern mit jungen Kindern
- Vermittlung von entlastenden Kinderbetreuungsangeboten oder Familienpatenschaften
- Vermittlung von Angeboten zur Familienbildung und Familienerholung
- Kooperation (Netzwerkbildung) mit Institutionen und Angeboten der Schwangerschaftsberatung, des Gesundheitswesens, der Kinder- und Jugendhilfe u. a.



## Ansprechpartner Frühe Hilfen in den Kommunen

<b>Bedburg</b> Team „Frühe Hilfen“ Frau Filz	02272 4025-51	fruehehilfen@bedburg.de s.filz@bedburg.de
<b>Bergheim</b> Familienbüro Team „Frühe Hilfen“	02271 4927-17	fruehe-hilfen@skf-erftkreis.de
<b>Brühl</b> Frau Jaskulla Frau Apaydin	02232 50442-25 02232 50442-24	fruehe-hilfen@bruehl.de fruehe-hilfen@bruehl.de
<b>Elsdorf</b> Frau Pesch Frau Viehs	02274 70339-68 02274 70339-70	beratungszentrum@elsdorf.de beratungszentrum@elsdorf.de
<b>Erfstadt</b> Frau Dick Frau Langener Frau Kull	02235 4095-34 0160 1675121 02235 6092	nicole.dick@erftstadt.de uta.langener@erftstadt.de kull@caritas-rhein-erft.de
<b>Frechen</b> Netzwerkkoordination SKF Familienbüro Team „Frühe Hilfen“	02234 5012-58 02234 60398-25	claudia.neumann@stadt-frechen.de fruehe-hilfen-frechen@skf-erftkreis.de
<b>Hürth</b> Frau Tchachoff Frau Parussini	02233 53-232 02233 53-385	atchachoff@huerth.de xparussini@huerth.de
<b>Kerpen</b> Präventionsbüro/Netzwerk- koordination „Frühe Hilfen“ Frau Kruse	02273 58-208 02237 63901-0	praeventionsstelle@stadt-kerpen.de fruehe-hilfen@spz-kerpen.de
<b>Pulheim</b> Herr Peters Frau Herrmann-Grenzhäuser	02238 808-316 02238 808-158	iwan.peters@pulheim.de viviane.herrmann-grenzhaeuser@pulheim.de
<b>Wesseling</b> Elternservice „Frühe Hilfen“ Familienhebamme	02236 701-315 02236 701-298 02236 701-495	elternservice@wesseling.de familienhebamme@wesseling.de



*Gesundheit ist weniger ein Zustand als eine Haltung,  
und sie gedeiht mit der Freude am Leben!*

*Thomas von Aquin (1224-1274),  
italienischer Theologe und Philosoph*

## Ansprechpartner Frühe Hilfen im Gesundheitsamt

### Schwangerschaftsberatung – Bundesstiftung Mutter und Kind

02271 83-15332, fruehe-hilfen@rhein-erft-kreis.de

### Allgemeine Beratung und Hilfe (vom Säugling bis ins Jugendalter)

Bedburg, Bergheim, Elsdorf, Kerpen, Pulheim  
02271 83-15365, fruehe-hilfen@rhein-erft-kreis.de

Brühl, Erfstadt, Hürth, Frechen, Wesseling  
02271 83-15331, fruehe-hilfen@rhein-erft-kreis.de



## (Un) bewegte Kindheit

### Bewegung im Kindesalter unterstützt das gesundheitliche Wohlbefinden bis ins Erwachsenenalter.

Beim Toben, Klettern, Hüpfen, Balancieren oder Rennen erfahren Kinder aktiv ihre Umwelt und ihren Körper. Nicht nur die körperlichen, sondern auch die geistigen Fähigkeiten werden gestärkt.

Der Aktionsradius junger Menschen hat sich in den vergangenen Jahrzehnten erheblich verkleinert, d. h. Kinder und Jugendliche verbringen sehr viel mehr Zeit zuhause in ihren Zimmern und nicht draußen. Es gibt alarmierende Zahlen zu der körperlichen Fitness von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Insbesondere die Beweglichkeit und Ausdauer der Kinder hat sich in den letzten 25 Jahren deutlich vermindert. Dieses Problem hat sich unter der Corona-Pandemie nochmals verschärft. Die Daten der Schuleingangsuntersuchungen im Rhein-Erft-Kreis bestätigen diese kritische Entwicklung.

Eine gute körperliche Fitness in jungen Jahren ist aber enorm wichtig zur Erhaltung



der Gesundheit bis ins hohe Alter. Sie kräftigt das Herz-Kreislaufsystem, stabilisiert den Halte- und Bewegungsapparat unseres Körpers und sie ist ein wesentlicher Schutzfaktor vor Übergewicht sowie Haltungs- und Stoffwechselstörungen.

Gute motorische Fähigkeiten im Kindesalter zeigen darüber hinaus positive Auswirkungen auf die Sprachentwicklung, die Wahrnehmung, die Konzentration und das Sozialverhalten. Sie stärken das Selbstbewusstsein und die Selbständigkeit.

Umso wichtiger ist es, trotz knapper werdenden Spiel- und Grünflächen die Bewegung wo es geht im Alltag zu berücksichtigen:

- Mehr bewegtes Spielen als sitzender Medienkonsum
- Kindergarten- und Schulwege zu Fuß
- Laufen oder Fahrradfahren statt Auto
- Treppenlaufen statt Aufzüge
- Angebote der Sportvereine nutzen

Da Eltern und Betreuungseinrichtungen das Bewegungsverhalten in den ersten Lebensjahren maßgeblich prägen, sollten sie die motorische Förderung ihrer Kinder immer im Blick behalten. Beispiele guter Praxis wie „Bewegungskindergärten“ oder „Bewegte

Schulen“ gibt es noch zu wenige. Dabei trägt schon eine Stunde Schulsport täglich (statt dreimal wöchentlich) ganz wesentlich dazu bei, die motorischen Fähigkeiten von Schülern und gleichzeitig deren Sozial- und Arbeitsverhalten zu verbessern.

Eltern, Kitas und Schulen fördern das Entwicklungspotential von Kindern und Jugendlichen durch Angebote zur Motorik und Körperkoordination. Ansprechpartner stehen insbesondere in den zahlreichen Sportvereinen im Rhein-Erft-Kreis beratend zur Seite.

Immer schön in Bewegung bleiben in einer bewegten Kindheit um auch im höheren Alter noch fit zu sein.

**Frau Thoiss**  
*Leiterin des Kinder- und  
Jugendgesundheitsdienstes  
im Gesundheitsamt des  
Rhein-Erft-Kreises*

## Der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst (KJGD) im Gesundheitsamt Rhein-Erft-Kreis

### Ziele des KJGD:

- Entwicklungsstörungen erkennen
- Erkrankungen vorbeugen

### Aufgaben:

- Schuleingangsuntersuchungen für alle schulpflichtigen Kinder
- Durchführung von Projekten zur Gesundheitsförderung
- Beratung von Eltern, Lehrer\*innen und Erzieher\*innen
- Anfertigen von Gutachten und Berichten
- Reihenuntersuchungen in KiTas u. a.
- Untersuchung und Beratung von zugewanderten Kindern

### SPRECHSTUNDEN:

Team Bergheim I	Donnerstag 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15494 -15334
Team Bergheim II	Mittwoch 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15345 -15325
Team Brühl	Montag 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15357 -15349
Team Bedburg, Elsdorf	Montag 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15336 -15492
Team Erftstadt	Dienstag 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15351 -15328
Team Frechen	Montag 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15347 -15452
Team Hürth	Mittwoch 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15340 -15341
Team Kerpen	Dienstag 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15338 -15330
Team Pulheim	Mittwoch 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15356 -15355
Team Wesseling	Donnerstag 08.00-12.00 Uhr	02271 83-15440 -15485

## Zahngesundheit von Anfang an

Ab dem 1. Lebensjahr brechen bei den meisten Kindern die ersten Milchzähne in die Mundhöhle durch. Auch wenn die Milchzähne nicht dauerhaft im Mund bleiben, so sind sie doch sehr wichtig, u. a. für die kindliche Sprachentwicklung, die Mundmotorik und nicht zuletzt auch für ausreichende Zerkleinerung der Nahrung.

Man sollte wissen, dass der Zahnschmelz von Milchzähnen sehr empfindlich gegenüber säure- und zuckerhaltigen Speisen und Getränken ist. Die Erhaltung der Zahngesundheit basiert daher auf den folgenden drei wichtigen Säulen:

- „Ein sauberer Zahn wird niemals krank“, daher regelmäßiges Zähneputzen mit fluoridhaltiger Zahnpasta vom ersten Tag an
- Eine ausgewogene, rohkostreiche Ernährung und Wasser als hauptsächlichen Durstlöcher
- Regelmäßige zahnärztliche Untersuchungen bereits ab dem 1. Lebensjahr

Weil Kinder oft bis ins Grundschulalter nicht in der Lage sind, sich ihre Zähne alleine sauber zu putzen, ist es empfehlenswert, dass Eltern die Zähne ihrer Kinder noch einmal nachputzen. Regelmäßiges Zähneputzen wird so schrittweise als zentrale hygienische Maßnahme etabliert und für Kinder sehr schnell zur täglichen Routine. Auf diese Weise können Zähne bis ins hohe Alter gesund bleiben. Dabei gilt als wissenschaftlich gesichert, dass Kinder mit gesunden Milchzähnen eine sehr hohe Chance auf eine höhere Zahngesundheit in späteren Lebensjahren haben. Eltern können auch durch ihr eigenes Mundgesundheitsverhalten positiv auf das Verhalten ihrer Kinder einwirken, da Kinder die Verhaltensweisen ihrer Bezugspersonen nachahmen.

Daher sollte man dies als Chance sehen, Kinder durch das eigene Gesundheitsverhalten schon sehr früh an die Pflege ihrer Zähne heranzuführen.

Die Wahl und die Dosierung der Zahnpasta auf der Zahnbürste sollte dabei altersabhängig erfolgen. Kinder unter 6 Jahren putzen mit Kinderzahnpasten, die 1.000 ppm Fluorid enthalten. Kinder ab 6 Jahren können sich mit Erwachsenenzahnpasta (1.400 ppm Fluorid) die Zähne putzen. Bei Kindern, die jünger sind als 6 Jahre, muss zusätzlich auf die Menge der Zahnpasta auf der Zahnbürste geachtet werden. Kinder bis 2 Jahre putzen mit einer reiskorngroßen Menge Zahnpasta. Kinder ab 2 bis unter 6 Jahren putzen mit einer erbsengroßen Menge Kinderzahnpasta.

Das zweimal tägliche Zähneputzen wird allgemein empfohlen. Dies sollte morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Schlafengehen erfolgen.

**Herr Dr. Petrakakis**  
Leiter des Zahnärztlichen Dienstes im  
Gesundheitsamt Rhein-Erft-Kreis

## Der Zahnärztliche Dienst im Gesundheitsamt Rhein-Erft-Kreis

### Ziele:

- Verbesserung und Erhaltung der Mundgesundheit von Kindern und Jugendlichen.
- Schaffung einer mundgesundheitslichen Chancengleichheit
- Verbesserung der zahnmedizinischen Versorgungssituation
- Monitoring und Steuerung der Entwicklung der Mundgesundheit

### Angebote:

- Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchungen und Beratungen in Kindertageseinrichtungen und Schulen
- Fluoridierungsmaßnahmen in Schulen
- Beratung von Eltern, Lehrer\*innen und Erzieher\*innen
- Erstellung von Gutachten und Berichten
- Workshops zur Einrichtung von Zahnputzangeboten in Kindertageseinrichtungen
- Teilnahme an öffentlichkeitswirksamen Aktionen
- Durchführung von Projekten zur Verbesserung der Mundgesundheit
- Regelmäßige Schulungen im Rahmen des Konzepts „Gesunde Kita im Rhein-Erft-Kreis“
- Individuelle Beratungen von Schüler\*innen an weiterführenden Schulen
- Individuelle Elternberatungen zur Theorie und Praxis der Zahnpflege im Kindesalter
- Sprechstunden für Menschen mit Zahnbehandlungsangst

### Kooperationen, Konzepte und Projekte:

- Kooperation mit den Jugendämtern des Rhein-Erft-Kreises im Rahmen eines Kinderschutzprogramms
- Wissenschaftliche Kooperationen und Veröffentlichungen mit verschiedenen Universitäten
- Schulungen im Rahmen des Konzepts „Gesunde Kita im Rhein-Erft-Kreis“

### ERREICHBARKEIT:

Da die zahnärztlichen Teams insbesondere an den Vormittagen infolge der Außendiensttätigkeiten telefonisch nur schwer erreichbar sind, erreichen Sie die Mitarbeiter\*innen des Zahnärztlichen Dienstes am besten unter der Mailadresse [zahngesundheit@rhein-erft-kreis.de](mailto:zahngesundheit@rhein-erft-kreis.de).

Alternativ ist es möglich, die Mitarbeiter\*innen des Zahnärztlichen Dienstes unter folgenden Telefonnummern zu erreichen:

Brühl, Wesseling	Bedburg, Elsdorf	Bergheim, Pulheim	Erftstadt, Hürth	Frechen, Kerpen
02271 83-15366	02271 83-15362	02271 83-15362 02271 83-15447	02271 83-15483	02271 83-15321

## Arbeitskreis Zahngesundheit für den Rhein-Erft-Kreis

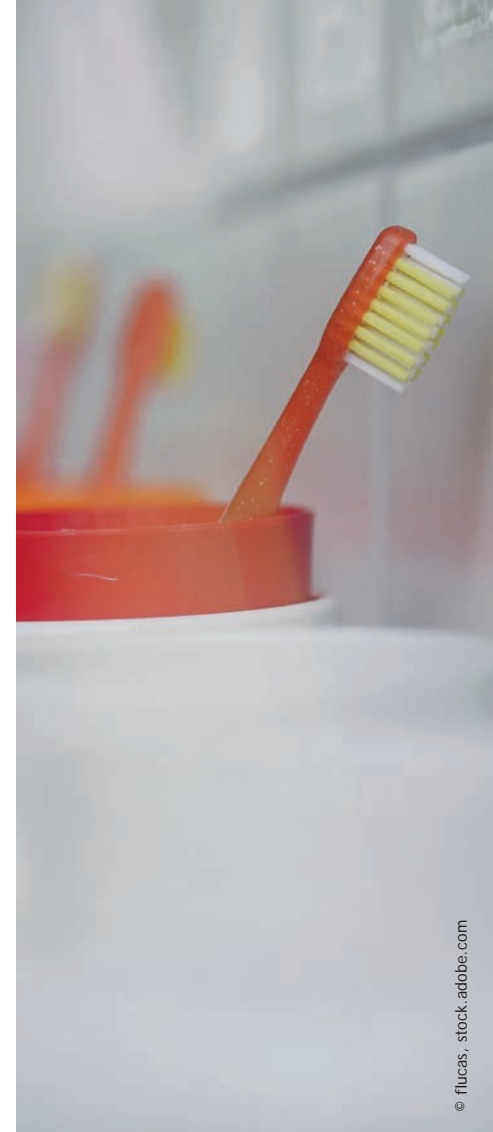
Der Arbeitskreis Zahngesundheit ist ein gemeinsames Zahngesundheitsprogramm des Gesundheitsamtes des Rhein-Erft-Kreises und der gesetzlichen Krankenkassen im Rhein-Erft-Kreis. Das gemeinsame Ziel ist die Verbesserung und Erhaltung der Mundgesundheit der Kinder und Jugendlichen im Rhein-Erft-Kreis. Der Arbeitskreis Zahngesundheit ist seit über 30 Jahren aktiv und leistet durch den Einsatz von sechs Prophylaxe-Beraterinnen einen wertvollen Beitrag zur Zahngesundheit in allen Kindertagesstätten und Schulen.

### Die Ziele sind im Einzelnen:

- Zahnmedizinische Prävention und Gesundheitsförderung
- Erhalt und Verbesserung der Mundgesundheit
- Verbesserung des Zahngesundheitsverhaltens
- Motivation zum regelmäßigen Zahnarztbesuch
- Angstabbau

### Was wir machen:

- Mundhygieneberatung und Zahnputztraining
- Ernährungsberatung
- Prophylaxeunterricht
- Elterninformation



© flucas, stock.adobe.com

### ERREICHBARKEIT:

**Arbeitskreis Zahngesundheit**  
0221 1618-35055  
[claudia.schneider@rh.aok.de](mailto:claudia.schneider@rh.aok.de)

oder

**Zahnärztlicher Dienst:**  
02271 83-15364  
[zahngesundheit@rhein-erft-kreis.de](mailto:zahngesundheit@rhein-erft-kreis.de)



## Clearingstelle Schulabsentismus

Das Gesundheitsamt hilft Schüler und Schülerinnen im Rhein-Erft-Kreis, die Schwierigkeiten haben, regelmäßig die Schule zu besuchen und bei damit einhergehenden Problemlagen.

Das Beratungsangebot gilt für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr, welche im Rhein-Erft-Kreis wohnen und dort eine Schule besuchen.

### Unser Ziel:

- Wiederherstellung eines regelmäßigen Schulbesuchs/Erfüllung der Schulpflicht unter der individuellen Berücksichtigung der psychischen Gesundheit und des Unterstützungsbedarfs

### Unser Angebot:

- Klärung von möglichen Ursachen von häufigen Fehlzeiten
- Gespräche (bei uns im Kreishaus, zu Hause, in der Schule oder Online-Sprechstunde)
- Psychologische Basisdiagnostik
- Individuelle Maßnahmen zur schulischen Wiedereingliederung
- Beratung zum weiteren Vorgehen
- Vermittlung von Hilfen

### Wer kann sich melden?

- Schüler und Schülerinnen
- Eltern
- Schulpersonal
- andere Fachkräfte

### Wichtige Hinweise:

Institutionen/Personen, denen keine Schweigepflichtsentbindung von den Eltern/Sorgeberechtigten vorliegt, können wir ausschließlich eine anonymisierte Beratung anbieten.

Durch Fernbleiben von der Schule wird die Schulpflicht nach § 37f. SchulG NRW verletzt, weswegen die Schule ein Bußgeldverfahren einleiten kann. Dieses wird durch die Beratungsgespräche in der Clearingstelle nicht grundsätzlich aufgehoben.

In einzelnen Fällen erscheint die Überprüfung der Schulfähigkeit sinnvoll; diese muss durch die jeweilige Schule über den Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des Gesundheitsamtes beantragt werden.

### ANSPRECHPARTNER\*INNEN:

Unser Beratungs-Team besteht aus psychologischen, ärztlichen und pädagogischen Fachkräften. Wir sind erreichbar unter 0160 99584256 oder [projekt-segel@rhein-erft-kreis.de](mailto:projekt-segel@rhein-erft-kreis.de).



© Oksana Kuzmina, stock.adobe.com



© Prostock-studio, stock.adobe.com

## Gesunde Kita Rhein-Erft-Kreis – „Qualifizierungskurs Ernährung“

In den Kindertagesstätten im Rhein-Erft-Kreis legen wir großen Wert auf die Förderung einer ausgewogenen und gesunden Ernährung der betreuten Kinder. Die frühe Vermittlung gesunder Essgewohnheiten unterstützt nicht nur langfristig die Gesundheit der Kinder, sondern auch die Entwicklung und das Wohlbefinden.

Damit unsere pädagogischen Fachkräfte in den Kitas immer auf dem neuesten Stand sind, findet einmal im Jahr eine Fortbildungsreihe „Qualifizierungskurs Ernährung“ im Gesundheitsamt statt. So stellen wir sicher, dass aktuelle Erkenntnisse und praktische Ideen direkt in den Kita-Alltag einfließen können.

Viele Kitas im Rhein-Erft-Kreis machen von diesem besonderen Fortbildungsangebot zum Schwerpunkt Kita-Verpflegung Gebrauch. Die Inhalte sind sehr praktisch orientiert und werden durch eine erfahrene Diplom-Oecotrophologin vermittelt. Zusätzlich kann ein Modul über Zahngesundheit, Hygienestandards und Wasserqualität gebucht werden. Unter bestimmten Voraussetzungen und einem praktischen Coaching können die Kitas ein Qualitätssiegel „Gesund und Lecker“ erlangen.

Gemeinsam mit Ihnen als Eltern möchten wir die Kinder in unserem Kreis dabei unterstützen, Freude an gesunden Lebensmitteln und gute Ernährungsgewohnheiten für die Zukunft zu entwickeln. Sollte die Kita Ihres Kindes Interesse an unserem Fortbildungsangebot haben, sind wir gerne für sie da.

### ANSPRECHPARTNER:

Frau Neumann  
02271 83-15395  
stephanie.neumann@rhein-erft-kreis.de  
Gesundheitsamt@rhein-erft-kreis.de

## Schutzimpfungen nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission

Schutzimpfungen schützen vor Infektionskrankheiten und zählen zu den effektivsten und kostengünstigsten präventiven Maßnahmen der modernen Medizin.

Die Aktivierung des Abwehrsystems gegenüber bestimmten eindringenden Erregern und die Verhinderung einer Erkrankung sind die unmittelbaren Ziele von Impfungen für das Individuum. Insbesondere schützen Impfungen vor

- schweren Infektionskrankheiten, bei denen es keine oder nur begrenzte Therapiemöglichkeiten gegen den Krankheitserreger gibt (z. B. Hepatitis B, Poliomyelitis, Tollwut, Diphtherie, Tetanus, Hepatitis A bei Erwachsenen)
- möglichen schweren Komplikationen bei Infektionskrankheiten, z. B. Masernenzephalitis (Gehirnentzündung) mit einer Todesrate von 20-30%
- Infektionskrankheiten, die während der Schwangerschaft (z. B. Röteln) oder der Geburt (z. B. Windpocken) zu schweren Schäden beim Kind führen können.

Neben dem Schutz des Individuums gegen Erreger, die von Mensch zu Mensch übertragen werden, haben viele Impfungen noch einen weiteren Effekt: Sie führen zu einem Kollektivschutz der Bevölkerung, der so genannten Herdenimmunität (herd immunity). Dadurch wird das Auftreten von Epidemien verhindert. Insbesondere werden Personen geschützt, bei denen aus medizinischen Gründen eine Impfung nicht durchgeführt werden kann.

Schwerere Nebenwirkungen und Impfkomplicationen sind äußerst selten. Sie beruhen vor allem auf Überempfindlichkeitsreaktionen, die durch Begleitstoffe des Impfstoffes ausgelöst werden können. Vor der Impfung muss der impfende Arzt ein Aufklärungsgespräch mit dem Impfling bzw. den Erziehungsberechtigten über die zu verhütende Krankheit und die Impfung führen. Die Impfung wird im Impfausweis dokumentiert (§ 22 IfSG).

### Rotavirus-Schluckimpfung für alle Säuglinge (RV-Impfung)

Rotaviren-Infektionen sind die häufigste Ursache von Magen-Darm-Infektionen bei Kindern unter 5 Jahren und verlaufen schwerer als andere Durchfallerkrankungen. Eine ursächliche Therapie gibt es nicht. Der Flüssigkeitsmangel kann, wenn nicht rechtzeitig behandelt, zum Tod führen. Die Impfsreihe muss im Alter von sechs Wochen (bis im Alter von 12 Wochen) beginnen und je nach Impfstoff (zwei oder drei Impfdosen) im Abstand von mindestens 4 Wochen erhalten.

### Respiratory Syncytial Virus (RSV)

Die RSV-Infektion verursacht eine Infektion der Atemwege mit Ausbildung einer Bronchiolitis bzw. einer obstruktiven Bronchitis. Typischerweise erfolgt die Infektion mit dem Respiratory Syncytial Virus (RSV) im Säuglingsalter und kann zu schweren Verläufen führen. Hauptsaison Oktober-März, dadurch Impfung je nach Geburtsmonat empfohlen.

### Impfschema Sechsfachimpfung + Pneumokokken + Meningokokken B

Nach der neuesten Empfehlung der Ständigen Impfkommision sollen Säuglinge die Sechsfachimpfung zukünftig nach dem 2+1-Schema erhalten, das Impfdosen im Alter von 2, 4 und 11 Monaten vorsieht. Die bisherige zweite Impfstoffdosis im Alter von 3 Monaten entfällt. Dadurch wird ein Impftermin in den ersten 4 Lebensmonaten eingespart. Nur Frühgeborene sollten weiter nach dem 3+1-Schema geimpft werden.

### Wundstarrkrampf (Tetanus - T)

Wundinfektionen durch Eindringen eines Bakteriums. Es werden muskelsteuernde Nervenzellen geschädigt mit Lähmungen und Muskelkrämpfen als Folge.

### Diphtherie (D/d)

Hochansteckende und bisweilen tödlich verlaufende Infektion der oberen Atemwege. Schluckbeschwerden und Atemnot aufgrund einer starken Schwellung der Schleimhäute; Fieber, Übelkeit. Ab einem Alter von 5 bzw. 6 Jahren wird bei der Auffrischung und zur Grundimmunisierung ein Impfstoff mit reduziertem Diphtherie-Toxoid-Gehalt (d) verwendet.

### Keuchhusten (Pertussis - aP/ap)

Ansteckende und langanhaltende Infektionskrankheit. Anfänglich grippeähnliche Symptomatik mit Husten und leichtem Fieber. Übergang in heftige Hustenanfälle. Besonders schwere Verläufe im Säuglingsalter (Atemnot/-stillstand) — Grundimmunisierung zum frühestmöglichen Zeitpunkt. Vor der Geburt des Kindes sollte der Impfstatus der Haushaltsmitglieder überprüft werden.

### Haemophilus influenzae Typ b (Hib)

Schwerste bakterielle Infektionen: Nasennebenhöhlenentzündung, akute Bronchitis, Lungenentzündung. Komplikationen: Kehlkopfentzündung mit Erstickengefahr, eitrige Hirnhautentzündung (Todesfälle sind möglich), Defektheilung mit dauerhaften Schäden (Hörschäden, Sehstörungen oder Einschränkung der geistigen Entwicklung). Die Impfung ist für alle Säuglinge bzw. Kinder bis zu 4 Jahren empfohlen.

### Kinderlähmung (Poliomyelitis)

Hochgradig ansteckende Infektion mit meistens kaum merklichen Symptomen (leichter grippaler Infekt mit Durchfall). Bei etwa 2% der Infizierten ist jedoch das zentrale Nervensystem beteiligt mit Gehirnhautentzündung und Lähmungen. Die bleibende Muskellähmung tritt einseitig auf, betrifft häufig die Bein-, aber auch Arm-, Bauch- oder Augenmuskeln.

### Hepatitis B (HB)

Leberentzündung durch Infektion mit dem Hepatitis B-Virus, hochgradig ansteckend bei Übertragung durch Körperflüssigkeiten. Bei gesunden Erwachsenen heilt die Erkrankung i. d. R. spontan ab. Hingegen verläuft die Infektion im frühen Kindesalter in 90% und bei immungeschwächten Personen in 30-90% chronisch.

### Pneumokokken

Pneumokokken-Bakterien sind Auslöser von schweren Erkrankungen: Lungenentzündungen, Hirnhautentzündungen oder Mittelohrentzündungen besonders bei Säuglingen, Kleinkindern und älteren Menschen.

### Meningokokken (Serogruppe B + C)

Meningokokken-Bakterien verursachen schwere Krankheitsbilder: Hirnhautentzündung mit hohem Fieber, starken Kopfschmerzen, Nackensteifigkeit, Blutvergiftung und können zum Tod führen; häufig betroffen sind Kinder und Jugendliche. Komplikationen: Taubheit, Entwicklungsstörungen, Einschränkung der geistigen Entwicklung. Empfohlen ist eine Impfung mit 3 Impfdosen MenB im Alter von 2, 4 und 12 Monaten. Eine fehlende Impfung kann nachgeholt werden. MenC-Impfung im Alter von 12 Monaten. Vorhandene Impfstoffe schützen nicht vor jedem Meningokokken-Typ.

### Impfschema Dreifachimpfung + Windpocken (Varizellen)

Die Masern-Impfung ist in Deutschland nur als Kombinationsimpfstoff verfügbar: Masern-Mumps-Röteln (MMR) bzw. mit Varizellen (MMRV).

1. Impfung im Alter von 11-14 Monaten (bei Kitabesuch bereits ab dem Alter von 9 Monaten).

2. Impfung im Alter von 15-23 Monaten (bei Erstimpfung im Alter von 9-10 Monaten sollte die 2. Impfung zu Beginn des 2. Lebensjahres erfolgen).

Nachholimpfungen im Alter von 2-17 Jahren: so schnell wie möglich.

### Masern

Masern ist eine hochgradig ansteckende Erkrankung: beginnend mit Fieber, Bindehautentzündung am 3.-7. Tag, typischer Hautausschlag zu Beginn im Gesicht und hinter den Ohren. Komplikationen: Mittelohr- und Lungenentzündung, bei 1:1000 der Fälle Entzündung des Gehirns (Bewusstseinsstörungen bis zum Koma, Restschäden am zentralen Nervensystem). Seit 2020 besteht in Deutschland eine Impfpflicht für den Besuch in Schulen und Kindertagesstätten.

### Mumps

30-40% aller Mumps-Virus-Infektionen verlaufen ohne Symptome. Typisch ist die Entzündung der Speicheldrüsen mit Fieber. Komplikationen: Gehirnhautentzündung mit bleibender Schwerhörigkeit, seltener Hodenentzündung (Mumps-Orchitis), die zu Fällern zur Sterilität führen kann.

### Röteln

Nur 50% der mit Rötelnvirus Erkrankten zeigen einen kleinfleckigen Hautausschlag, der im Gesicht beginnt und sich über den Körper ausbreitet, erhöhte Temperatur. Eine Infektion während der Schwangerschaft (insbesondere in den ersten 8 Wochen) führt in 90% aller Fälle zur Schädigung des Embryos (Taubheit, Blindheit, Defekte am Herz) oder Fehlgeburt.

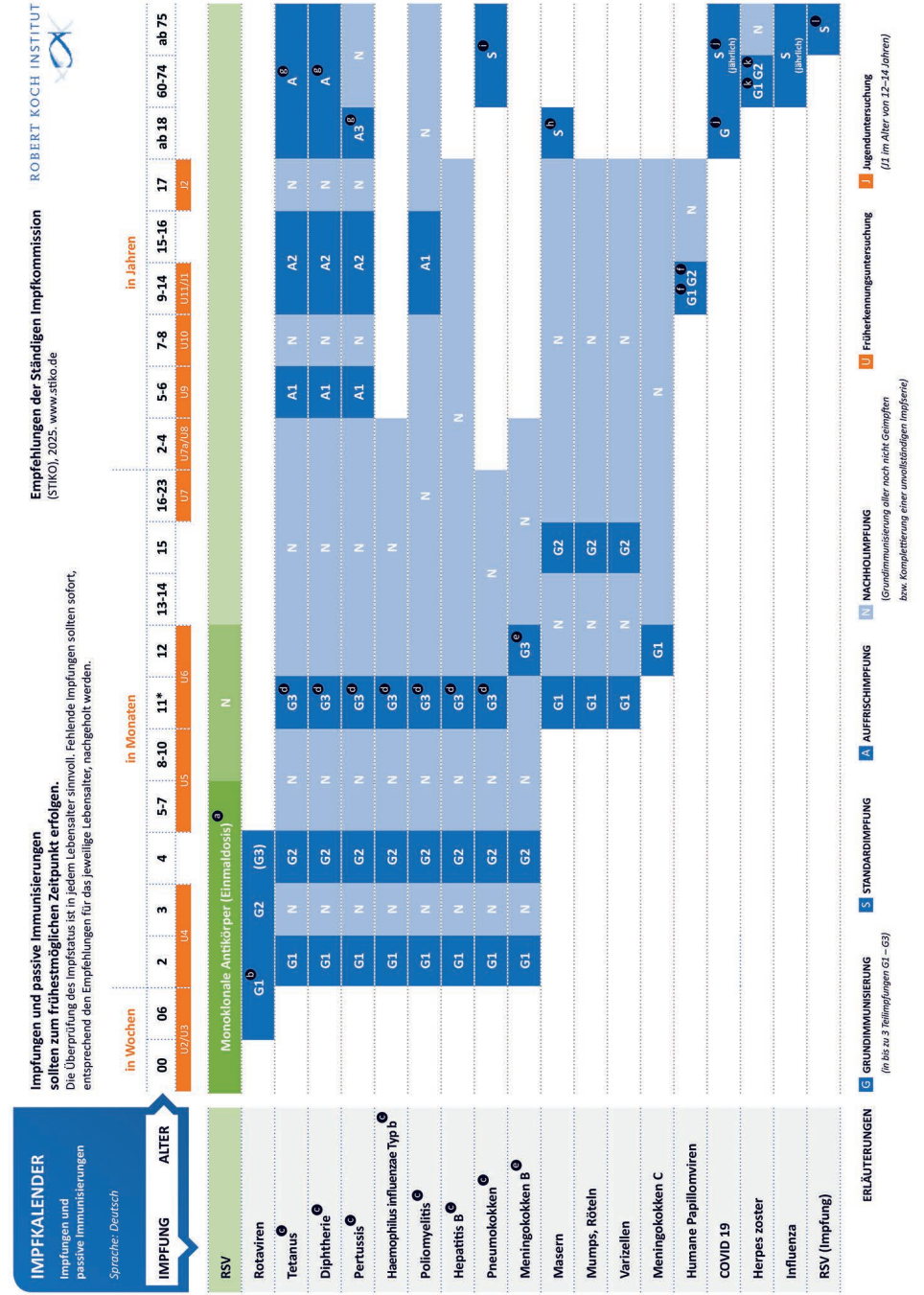
### Windpocken (Varizellen)

Virusinfektion im Vorschulalter mit hoher Ansteckungsrate mit juckendem Hautausschlag („Sternenkarte“ mit Papeln, Bläschen, Schorf in verschiedenen Entwicklungsstadien), Fieber (selten über 39°C). Bei Erwachsenen können Hirnhautentzündungen und in seltenen Fällen in der Schwangerschaft Fehlgeburten auftreten.

### Humane Papillomaviren (HPV)

Durch Papillomaviren besteht für junge Frauen unter 30 Jahren ein besonderes Risiko von Gebärmutterhalskrebs. Bei Männern verursachen HPV vor allem Tumore im Mund-, Rachen-, Genital- und Analbereich. Eine Infektion erfolgt durch ungeschützten Sexualverkehr oder über Hautkontakt. Deshalb sollte die Impfung idealerweise vor Aufnahme erster sexueller Kontakte durchgeführt werden.

9 bis 14 Jahre: 2 Dosen im Abstand von mind. 5 Monaten (bei kürzerem Abstand sind 3 Dosen notwendig). 15 Jahre und älter: Cervarix®: 0-1-6 Monate Gardasil®9: 0-2-6 Monate. Da die Impfung gegen die Typen HPV 16 und HPV 18, aber nicht gegen alle krebserregenden HPV-Typen schützt, sollten Früherkennungsmaßnahmen zum Gebärmutterhalskrebs unverändert genutzt werden.





Rhein-Erft-Kreis · Gesundheitsamt · Willy-Brandt-Platz 1 · 50126 Bergheim  
02271 83-0 · [info@rhein-erft-kreis.de](mailto:info@rhein-erft-kreis.de) · [www.rhein-erft-kreis.de](http://www.rhein-erft-kreis.de)