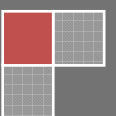


ULG,
CHU,

Le cahier de santé de l'enfant

[un compagnon de votre enfant]

[document proposé par l'équipe de pédiatrie du CHU de Liège.]



CHU
Université de Liège
Professeur Oreste Battisti

Cahier de ta santé

NOM de ta famille :

Tes prénoms :

Préface

Ce carnet de santé est l'œuvre d'un groupe de spécialistes autour de l'enfant. Il a été réalisé sous la direction du Docteur Oreste Battisti, professeur de pédiatre et néonatalogie à la faculté de Médecine de l'Université de Liège.

Nous avons été inspirés par les carnets de santé de Grande-Bretagne, de France et de Belgique. Les sources d'informations scientifiques, tant sur les aspects somatiques que psychologiques, sont également d'origine européennes et nord-américaines.

Il nous a paru intéressant de réaliser un carnet de santé d'une part correspondant à nos différents points-de-vue concernant l'abord de l'enfant et sa famille, et d'autre part d'établir un livret utile à toutes les personnes intervenant auprès de l'enfant: le médecin de famille, le pédiatre, le dentiste, l'ophtalmologue, l'ORL, le chirurgien, le kinésithérapeute, l'enseignant, la logopède, l'infirmière ou la puéricultrice, le psychomotricien, etc...

Et ce, tout au long du parcours pédiatrique, et bien au-delà.

Nous espérons qu'il s'agira là d'une sorte de plate forme écrite permettant une meilleure connaissance de l'enfant, une meilleure connaissance de l'individu.

Comme l'attention et les soins qui sont portés à un livret de mariage, nous espérons que ce carnet fera l'objet d'une attention particulière, doté d'une préciosité.

Les enfants peuvent être porteurs de difficultés particulières, dès la naissance ou surajoutées par après. Pour ceux-là, il y a la possibilité d'insérer des feuillets supplémentaires reprenant des faits ou recommandations les concernant.

Faculté de Médecine, Université de Liège.

Aperçu du contenu du cahier

<i>Aperçu du contenu du cahier</i>	4
<i>Ton parcours synthétique de santé, scolaire et les adresses successives</i>	6
<i>Adresses ou localisations successives dans ton parcours</i>	7
<i>Composition de ta famille</i>	9
<i>Antécédents familiaux : à remplir avec l'aide des parents et du médecin de famille</i>	10
<i>Introduction et recommandations particulières</i>	11
<i>Périodes prénatale et néonatale</i>	13
<i>Période néonatale : de la naissance à 1 mois</i>	17
<i>Examen clinique de l'enfant</i>	17
<i>Observations particulières et conclusions</i>	18
<i>La Courbe de poids du 1^{er} mois de vie (au départ : g)</i>	19
<i>Réflexions ou suggestions aux parents à ce stade</i>	20
<i>L'examen au cours du 4^{ème} mois</i>	26
<i>Examen au cours des 6^e et 9^{ème} mois</i>	29
<i>les possibles troubles sensoriels</i>	33
<i>La bonne santé dentaire</i>	35
<i>Examen au cours des 18 et 24^{èmes} mois</i>	36
<i>Examen de 24 à 36 mois et la 1^o volonté d'autonomie (ou détachement)</i>	39
<i>En ce qui concerne le détachement ou la volonté d'autonomie : cette période, avec celle de l'adolescence, est particulièrement difficile pour la mère et l'enfant. D'un côté l'adulte veut être sur des capacités de l'enfant à appeler en cas de besoin et craint un danger pour le petit ; d'un autre côté, le petit semble par moment omnipotent, par moment craintif... Tout cela est encore plus difficile en cas de jumeaux, de difficulté autour de la naissance, d'une difficulté organique chez l'enfant, d'un tristesse ou dépression chez la mère. Il peut aussi y avoir un enfant plus grand qui se sent parfois largué...</i>	40
<i>Examen entre 3 et 4 ans</i>	41
<i>Autres examens de 3 à 5 ans</i>	46
<i>Examen entre 5 et 6 ans</i>	48
<i>Autres examens de 6 à 12 ans</i>	52
<i>Examen entre 10 et 12 ans</i>	54
<i>Examen orienté vers la pratique d'une activité physique</i>	59
<i>Adolescence : le chemin de l'autonomie</i>	63
<i>Prendre soin de soi</i>	65
<i>Pour trouver de l'information et de l'aide</i>	69

	5
<i>Examens de 12 à 16 ans</i>	71
<i>Examen entre 14 et 16 ans</i>	72
<i>Examens de 16 à 20 ans</i>	77
<i>Examens après 20 ans</i>	78
<i>Courbes de croissances et autres</i>	80
<i>Évolution de la corpulence au cours de la croissance</i>	89
<i>Groupe sanguin</i>	96
<i>Transfusions de sang et ses dérivés</i>	97
<i>Vaccinations de base :poliomyélite, diphtérie, tétanos, coqueluche, haemophilus-b, hépatite B, pneumocoque, méningocoque c, rougeole, rubéole, oreillons</i>	98
<i>Autres vaccinations : grippe, BCG, varicelle, hépatite A,.....</i>	100
<i>Tests cutanés :allergiques, immunitaires ou tuberculiques</i>	103
<i>Tests divers : fonctions respiratoires, circulatoires, EEG, holter, pH-métrie, scintigraphie, test au lactose, etc...</i>	105
<i>Examens d'imagerie médicale</i>	107
<i>Feuillets supplémentaires</i> -----	
-----	106

Adresses ou localisations successives dans ton parcours

Domiciles successifs (ta ou tes maisons)

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

téléphones.....

.....

Gardiennages ou crèches

.....
.....
.....
.....

Ecoles successives

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Tes sentiments ou tes observations ou une anecdote au sujet de l'école (il peut s'agir d'une photo ou d'un dessin)

.....

.....

.....

.....

.....

Antécédents familiaux : à remplir avec l'aide des parents et du médecin de famille

- Certaines maladies ou malformations se transmettent héréditairement (mucoviscidose, hémophilie, drépanocytose, ...).
- D'autres maladies peuvent avoir une influence sur la santé de l'enfant en cas de prédisposition ou terrain familial : asthme, eczéma, allergie, diabète, obésité, hypertension, luxation de hanche, rhumatisme, maladie du sang, maladie nerveuse, cancer, ...

Il est donc important de les connaître et les signaler.

LA PERSONNE CONCERNÉE	CE QU'ELLE A	REMARQUES
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

Introduction et recommandations particulières

Ce carnet de ta santé est précieux : pour toi, pour les gens qui doivent s'occuper de ta santé ou de ton bien-être, pour tes parents qui font tout pour que tu deviennes quelqu'un de bien par rapport à toi et par rapport aux autres. Il gardera aussi une valeur sentimentale, un amas de souvenirs de ta vie.

Nous vivons, pour la plupart des choses de la vie, de manière finalement similaire. Surtout quand on a la chance d'avoir une suffisamment bonne santé. Parfois, nous avons des périodes qui sont difficiles, qui paraissent interminables, mais cela fini par s'arranger. Dans certaines situations, la difficulté reste avec nous toute la vie. Pour ces raisons, il a été prévu de pouvoir insérer des feuillets supplémentaires correspondant à ces tronçons de vie, temporaires ou définitifs. Il est aussi possible d'insérer des annotations ou dessins ou photos : en effet, même si le professionnel de santé consulte, annote et utilise ce carnet, celui-ci reste ta propriété.

- **je suis allergique ou je ne peux pas prendre les éléments suivants :**

.....

.....

.....

- **j'ai une maladie chronique qui est :**

SON NOM	DIAGNOSTIQUÉE LE	REMARQUES
---------	------------------	-----------

.....

.....

.....

- je dois prendre les traitements suivants

NOM ET DEPUIS LE	DOSE	REMARQUES
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

- pour ces différents aspects, il faut contacter :

NOMS : DR OU HÔPITAL	TEL	REMARQUES
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

Périodes prénatale et néonatale

Tous les événements notables ou particuliers survenant pendant la grossesse, l'accouchement et les premiers jours de la vie sont à reprendre ici.

Période prénatale (la grossesse)

- Visites chez l'obstétricien , dont le nom est :

.....

.....

.....

- Visites chez le pédiatre : , dont le nom est :

.....

.....

.....

- Visites en groupe (*allaitement, gymnastique, haptonomie, péridurale, ...*)

.....

.....

.....

- Séjours à l'hôpital

.....

.....

L'accouchement :

- Lieu :
- Accoucheur :
- Induction :
- Voie de la naissance (naturelle ou césarienne) :
- Présentation du fœtus (tête, siège)
- Semaines de grossesse :
- Poids en g= ; taille en cm = ; périmètre crânien en cm =
- Score d'Apgar/10 :
à 1' ; à 3' ; à 5' ;
- Anesthésie (et type si oui) :
- Autre(s) éléments à signaler :

Période néonatale : de la naissance à un mois

- Un examen clinique explicité aux parents est réalisé :
 - à la naissance,
 - le 3^e jour et en fin de séjour à la maternité :
 - et dans le courant du premier mois.
- En plus de ces examens et des explications données et comprises par les parents, des tests sanguins sont effectués systématiquement un peu avant la fin de la première semaine de vie. Ces tests ont pour but de dépister et de traiter le plus précocement possible d'éventuelles maladies (ce sont les examens de dépistage). Certains recherchent aussi un terrain allergique, une mucoviscidose, des anomalies de la coagulation, ...

Il est possible aussi que d'autres examens soient réalisés selon le besoin de la situation ou le protocole (une échographie des hanches, une échographie du cœur, une échographie de l'abdomen, un examen des voies urinaires,...)

Observations particulières, faits marquant, agréables ou non, rencontrés, vécus ou perçus pendant la grossesse, l'accouchement ou le séjour en maternité

FAITS OU ÉVÉNEMENTS	DATE OU MOMENT	REMARQUES
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

Dossier de maternité

Vous pouvez soit reprendre les items ci-dessous, soit inclure la feuille faite en maternité :

- **Mère** :

Groupe sanguin et facteur rhésus Coombs :

Sérologies :

Portage strepto B :

Tolérance glucidique :

Tension artérielle :

Examen des urines :

Médicaments :

Composante anxieuse :

Composante dépressive :

Autres ou divers :

- **Placenta et ombilic** :

- **Enfant** :

– Groupe sanguin et facteur rhésus Coombs :

– Age gestationnel :

– Score d’Apgar :

– Gestes particuliers à la naissance :

– Sexe :

– Poids :

– Taille :

– PC :

– Conclusion de la croissance fœtale :

– Face et crâne :

– Yeux et oreilles :

– Cou et thorax :

– Abdomen, fémorales, hanches et organes génitaux :

– Aspects neurologiques :

– Ictère :

– Croissance pondérale en maternité (soit reprendre le graphique plus bas soit insérer la copie de la feuille faite en maternité) :

Période néonatale : de la naissance à 1 mois

Examen clinique de l'enfant

	Oui	Non		Oui	Non
Ictère	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Réaction aux stimuli sonores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dyspnée	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Digestion normale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cyanose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	État oculaire normal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souffle cardiaque	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sommeil normal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anomalie ORL	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anomalie génitale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anomalie crâne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anomalie neurologique	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fémorales perçues	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tonus axial normal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hépatomégalie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tonus des membres normal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Splénomégalie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Motilité normale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hernie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Vigilance normale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Recherches des oto-émissions acoustiques :

OD	Présentes	<input type="checkbox"/>	OG	Présentes	<input type="checkbox"/>
	Absentes	<input type="checkbox"/>		Absentes	<input type="checkbox"/>
	Non- recherchées	<input type="checkbox"/>		Non- recherchées	<input type="checkbox"/>

Alimentation : allaitement

Maternel Artificiel Mixte

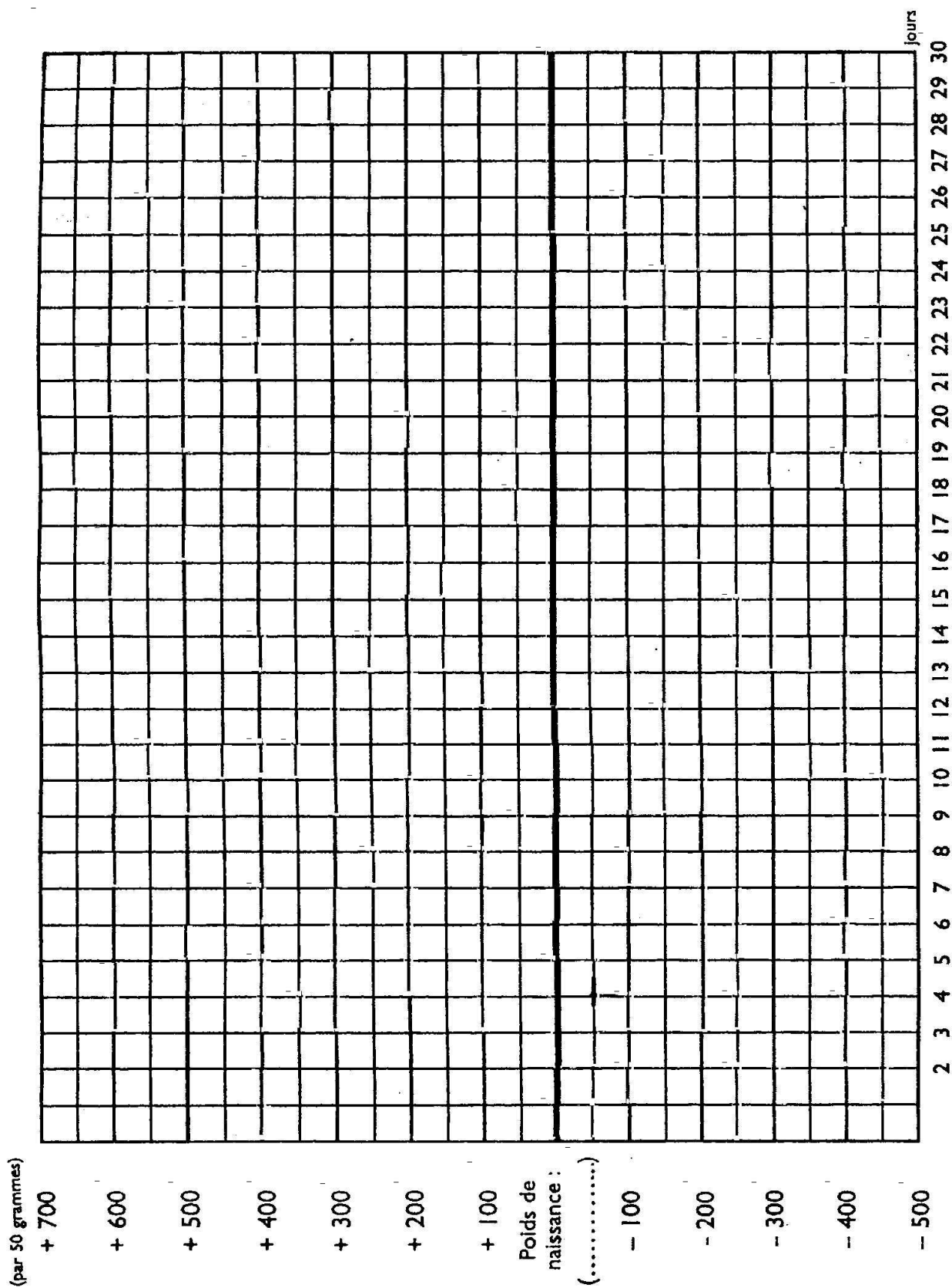
Nom du lait :

Sortie de maternité le : Poids de sortie :

Docteur Le :

La Courbe de poids du 1^{er} mois de vie (au départ : g)

Prénom : Date de naissance :



Réflexions ou suggestions aux parents à ce stade

Les enfants doivent apprendre beaucoup de choses, mais ils nous en apprennent beaucoup aussi .

- **VOTRE BÉBÉ VIENT DE NAÎTRE.**

Certains conseils peuvent vous aider à l'élever dans les meilleures conditions de confort et de sécurité possibles. La parentalité est source d'angoisse. Il s'agit plutôt d'aller chercher votre potentiel, qui est présent quelque part, et de le mettre à disposition de l'enfant. A travers les multiples rencontres de tout les jours faites entre vous deux, vous allez apprendre à vous connaître et mieux vous connaître. En fait, quand on parle du bébé, il s'agit aussi de vous, et inversement.

- **SON RYTHME DE VIE**

Votre bébé est un être sensible dont il faut **respecter le rythme de vie** : il a besoin de stabilité et « d'explications », particulièrement les 4 premiers mois, année.

Respectez ses horaires de repas et de sommeil.

Lors de **changements d'habitudes** : nouvelle chambre, nouveau domicile, nouveau lieu de garde, adaptez-le progressivement à son nouvel environnement.

N'entreprenez de **voyage prolongé** que si vous ne pouvez pas faire autrement.

- **SON ENVIRONNEMENT**

Réservez-lui un endroit calme, non-enfumé. La fumée favorise les rhumes et les bronchites. En voiture, en été ou en hiver si le chauffage fonctionne, découvrez et déshabillez votre enfant. Pensez à lui donner régulièrement à boire de l'eau non-sucrée.

- **SON ALIMENTATION**

- Si vous l'allaitez, ne prenez pas de médicaments sans avis médical. Évitez l'alcool et le tabac.
- S'il est nourri au biberon, **les quantités à donner vous seront indiquées au fur et à mesure** lors des visites mensuelles chez le médecin ou à la consultation ONE. **Le régime de votre bébé** sera établi en fonction de son âge et de son poids. Le lait peut être donné à température ambiante ou tiède en n'oubliant pas de vérifier la température du lait en versant quelques gouttes sur le dos de votre main surtout si le biberon a été réchauffé dans un four à micro-ondes.

• SON REPOS

Maintenez la **température** de sa chambre à 19°C au maximum.

Au-delà, humidifiez l'air de la pièce. Éloignez son lit des sources de chaleur et des fenêtres.

Un **sommeil** de qualité est indispensable à un bon développement.

- Choisissez **un matelas ferme**, pour que l'enfant ne s'y enfonce pas exagérément, de taille bien adaptée aux montants du lit.
- **Évitez** les couffins non-rigides, les oreillers, les couettes, les duvets, les édredons et **préférez-leur** les sur-pyjamas, les gigoteuses ou une couverture souple.
- **Ne couvrez pas trop votre bébé**, surtout s'il a de la fièvre.
- Favorisez la **position de sommeil** sur le dos. Elle permet à l'enfant de repousser plus facilement les couvertures et facilite les échanges de chaleur.
- Retirez-lui du cou les chaînes et les cordons qui pourraient le blesser.
- Ne lui donnez pas de **médicaments pour dormir**.

• SA SÉCURITÉ

Ne laissez **jamais** votre bébé tout **seul**, même très jeune :

- à la maison,
- dans la voiture,
- dans son bain,
- sur la table à langer,
- à la garde d'un autre enfant.

Ne le laissez **pas** boire son **biberon seul**.

Vérifiez la **température** du bain.

Protégez-le des **animaux**. Même très familiers, ils peuvent avoir des réactions imprévisibles.

En voiture, **attachez votre bébé** dans un dispositif adapté à son poids.

- **SA SANTÉ**

Si votre bébé :

- est gêné pour respirer,
- ronfle dès sa naissance,
- vomit ou présente des régurgitations répétées surtout si elles se produisent à distance des repas,
- pleure pendant ou peu après un biberon,
- présente une température supérieure à 38°C ou inférieure à 36°C,
- transpire de façon importante sans raison apparente,
- pâlit brusquement ou devient bleu,
- vous paraît avoir un comportement ou des pleurs inhabituels,

soyez très **attentifs**. Consultez sans tarder votre médecin ou demandez-lui rapidement **son avis**.

En tous les cas, ne donnez jamais de médicaments à votre bébé s'ils ne sont pas prescrits par le médecin.

Vos remarques, avis ou opinions

- **Surveillance médicale**

Chaque fois que vous conduisez votre enfant...

- chez le médecin traitant (médecin généraliste, pédiatre ou autre spécialiste : ORL, ophtalmologue, dentiste, kinésithérapeute, logopède, psychologue),
- à l'hôpital ou dans un établissement de soins,
- à la consultation de l'ONE,
- à la visite médicale prévue à l'école maternelle,
- à la visite médicale prévue lors de l'entrée à l'école primaire,
- aux visites médicales effectuées durant la scolarité,

n'oubliez pas d'apporter le cahier de santé.

Il vous sera (ou devrait) d'ailleurs le plus souvent réclamé par le médecin ou tout autre spécialiste de la santé.

Le résultat des examens ou observations successifs et leur consultation permettent de mieux comprendre la trajectoire de l'enfant et d'établir si le développement corporel et émotif de votre enfant est harmonieux, ainsi que de déceler d'éventuelles difficultés ou anomalies.

N'hésitez pas à signaler à votre médecin et à tout autre professionnel de santé tout ce qui vous paraîtrait inquiétant ou anormal.

Vous pouvez inscrire un maximum de faits ou d'observations concernant votre enfant.

Suivant les habitudes, qui peuvent varier d'un endroit à l'autre, les enfants sont vus très régulièrement durant la petite enfance : au cabinet privé du médecin de famille ou du pédiatre, dans une consultation pédiatrique à l'hôpital ou à l'Office de la Naissance et de l'enfance (l'ONE). A côté des besoins médicaux (observation de la croissance, nutrition, vaccinations, développement psychomoteur), il faut aussi tenir en compte de l'angoisse parentale. Ainsi, les intervalles entre les consultations sont variables. Toutefois, il y a des périodes importantes où l'examen de l'enfant et l'opinion des parents prend particulièrement de l'importance. Ce sont ces âges clé qui seront plus détaillés. D'autre part, les parents ont tendance, avec l'enfant qui devient plus grand, à perdre une certaine rigueur dans l'intérêt de faire examiner globalement leur enfant. Pour ces raisons, nous sommes fortement inspirés du carnet de santé français, qui selon nous, « colle » mieux aux besoins pédiatriques. Ainsi, l'enfance se termine-t-elle à l'âge adulte (18 ans) ? Il nous semble que cette « fin » est plus complexe que cela, comme l'atteste les périodes recherchant l'autonomie ou l'indépendance...

Si l'enfant est né prématurément (avant 37 semaines de grossesse), les âges mentionnés doivent être corrigés pour la dite prématurité car les étapes sont citées comme si l'enfant est né à terme. Ainsi, si l'enfant est né à 30 semaines (soit un déficit de 10 semaines par rapport au terme normal), quand sa vie légale est de 4 mois, sa vie développementale de 6 semaines. Suivant l'importance de la prématurité, cette correction concernera l'aspect de la croissance physique (et là il faudra distinguer le PC de la taille et du poids : rattrapages possibles endéans les 3-6-12 mois), de l'aspect moteur (rattrapage endéans les 18-24 mois), des aspects cognitifs (rattrapages endéans les 5 ans).

Si l'enfant est né avec un retard de croissance intrautérine, la croissance et le développement seront aussi particuliers.

Pour ces raisons, et d'autres comme des malformations, certains enfants auront besoin d'un suivi particulier, le plus souvent assuré par une équipe multidisciplinaire et dans un cadre particulier (policlinique hospitalière, centres de guidance,...).

L'examen au cours du 4^{ème} mois

Cette période, qui s'étale de la naissance à 4 mois est particulière. Les modifications neurologiques et l'adaptation de l'enfant à la vie extra-utérine lui ont permis les choses suivantes .

- d'être débarrassé des réflexes archaïques, qui lui donnaient l'impression désagréable de tomber.
- D'avoir pu retrouver une bonne maîtrise de ses mains (**le jeux avec les mains**), ce qui lui permet de les mettre facilement en bouche.
- D'avoir pu retrouver un cycle jour et nuit (nyctéméral) à lui.
- De commencer à s'adapter, au niveau de la peau et des cheveux, au changement d'ambiance hormonale imposé par la disparition de la fonction placentaire (ceci se retrouve aussi chez la mère !).
- En face à face avec un adulte, l'enfant est capable de rechercher à captiver l'attention de l'adulte et d'induire une conversation gestuelle, faciale et verbale.

Le résultat de cet examen, joint aux observations antérieures, permet ainsi d'apprécier le développement de l'enfant et de déceler d'éventuelles anomalies ou difficultés chez l'enfant ou dans la relation mère-enfant.

Examen médical du 4^e mois

Examen pratiqué le : Signature et cachet :

Poids : Taille : Périmètre crânien :

Etat des vaccinations :

Examen somatique :	Développement psychomoteur	Oui	Non
.....	Joue avec les mains	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Sourire « réponse »	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Tourne la tête pour suivre un objet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Attrape un objet qui lui est tendu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Maintenu assis, tient sa tête droite	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Sur le ventre :		
	- soulève tête et épaules	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- s'appuie sur les avant-bras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Réagit aux stimuli sonores oui non

Strabisme oui non Corrigé oui non

Nystagmus oui non

Régime alimentaire

En principe, l'alimentation de l'enfant est exclusivement lactée de la naissance à 6 mois. La diversification (introduction des fruits, des légumes, de la viande, du gluten, des œufs, du poisson) doit se faire progressivement et de manière adaptée à l'enfant. Attention à l'excès d'apport en protéines. Attention à l'insuffisance d'apport en graisses.

Lait maternel Mixte
 Lait artificiel Autre (bouillie, fruits)

Autres examens éventuels et résultats

QUAND ET QUOI	PAR QUI ET OÙ	CONSTATATIONS
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Conclusions

Détaillez les anomalies certaines ou suspectées, les traitements entrepris, les recommandations

QUOI	DEPUIS	REMARQUES
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Examen au cours des 6° et 9^{ème} mois

Au cours des 6° et 9^{ème} mois, un bilan du développement de l'enfant doit être effectué.

Examen pratiqué le : Signature et cachet :

Conditions de vie

La mère travaille-t-elle à l'extérieur ? oui non

L'enfant fréquente-t-il une crèche ou une gardienne :

L'enfant vit-il au domicile de ses parents ? oui non

Si non, où vit-il ?

Chez d'autres parents

Chez une maison maternelle

Dans une pouponnière

Autre :

Si oui, qui s'en occupe pendant la journée ?

Parents

Autre membre de la famille

Gardienne

Maison d'enfant

Crèche collective

Autre :

Examen médicalPoids(P) :..... Taille(T) :..... Corpulence(P/T²) :.....

Périmètre crânien : Tension artérielle :.....

Examen somatique :	Développement psychomoteur	Oui	Non
.....	Tient assis sans appui	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Réagit à son prénom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Répète une syllabe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Se déplace	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Saisit un objet avec participation du pouce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Anomalies éventuelles :		
.....		
.....		
.....		
.....		

Réagit aux stimuli sonores oui nonStrabisme oui nonNystagmus oui nonCorrigé oui non

Examens complémentaires éventuels

Vision, audition, Autres : EEG, échographie, analyse du sommeil, ...

EXAMEN	DATE	RÉSULTATS
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

Conclusions

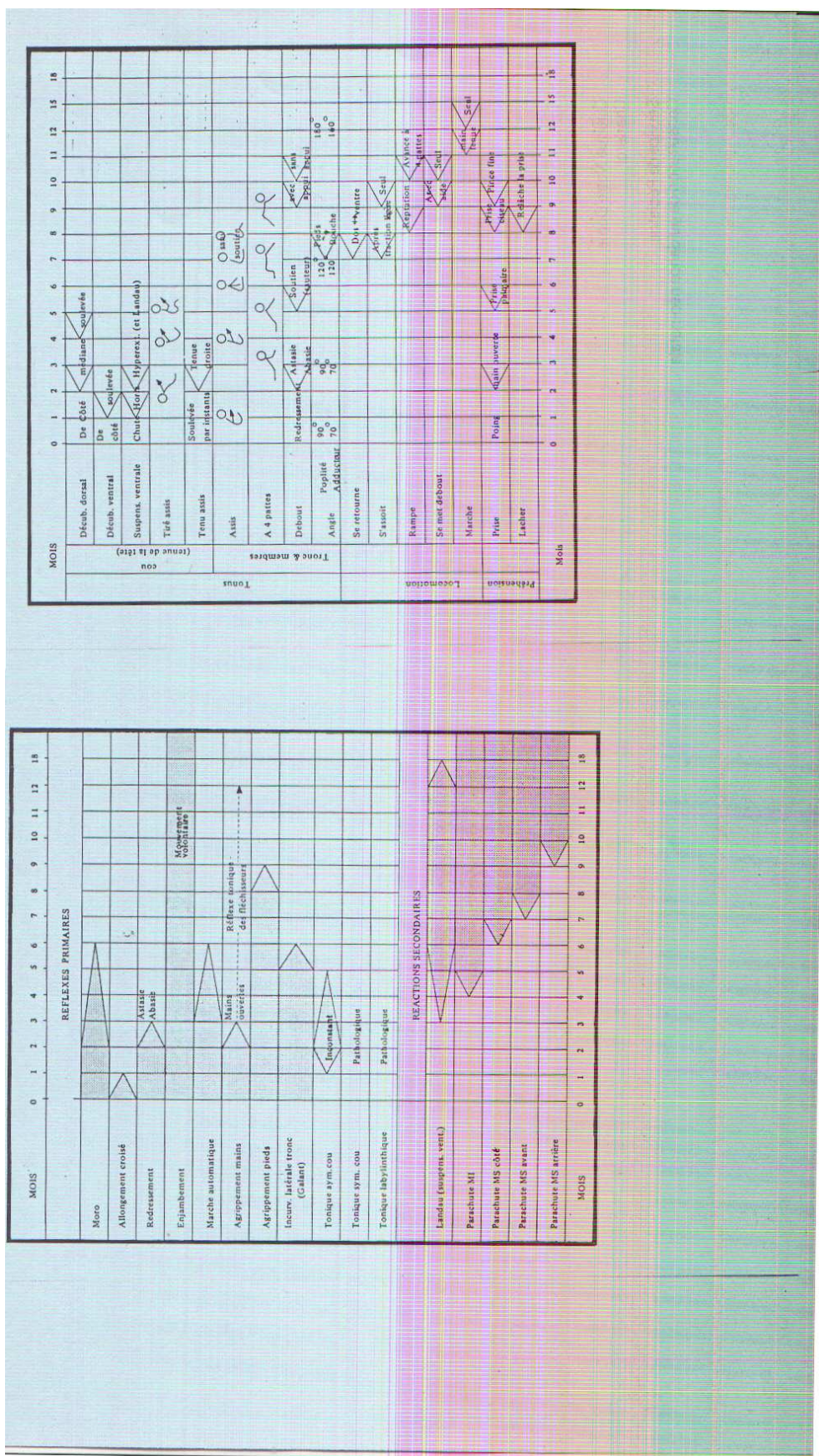
Détaillez les anomalies certaines ou suspectées, les traitements entrepris, les recommandations

ÉLÉMENTS	DOSE OU FRÉQUENCE	REMARQUES
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

le :

Docteur :

Aide à l'appréciation de la trajectoire neuro-développementale



les possibles troubles sensoriels

Les troubles de la vision et de l'audition constituent les obstacles qui risquent de gêner le développement de votre enfant. Il existe des consultations spécialisées, votre médecin vous les indiquera.

DÉPISTAGE DES TROUBLES VISUELS

L'école puis la vie adulte nécessitent une excellente vision.

Un examen ophtalmologique est possible dès les premières semaines de la vie.

Soyez vigilants, notamment encas :

- d'antécédents familiaux de troubles oculaires,
- de prématurité de l'enfant,
- d'œil rouge, d'œil qui louche,
- de larmoiement persistant,
- de reflet blanc dans le trou noir de la pupille,
- de troubles du comportement visuel : regard inexpressif, mouvements anormaux, clignements, plissement des yeux.

N'attendez pas pour consulter un ophtalmologue !

DÉPISTAGE DES TROUBLES AUDITIFS

L'**audition** de votre bébé est essentielle. S'il n'entend pas bien, il ne peut pas apprendre à bien parler comme habituellement et il ne peut pas apprendre à l'école non plus. Dans le cas où une déficience auditive est découverte suffisamment tôt, il existe de nombreuses possibilités pour améliorer l'audition de bébé et l'aider à parler.

- **Dès la naissance**, réagit-il à un bruit inhabituel ?
- **À 8-9 mois**, émet-il plusieurs syllabes ?
- **À 12 mois**, réagit-il à l'appel de son prénom ?
- **À 2 ans**, commence-t-il à parler ?

Si vous avez une **inquiétude** au sujet de son **audition**, sachez consulter sans retard : **parlez-en aussitôt à votre médecin.**

La bonne santé dentaire

Le passage de l'alimentation semi-liquide à l'alimentation solide influence particulièrement l'**avenir dentaire** de l'enfant.

Si l'on donne à un bébé qui n'a pas encore de molaires des aliments durs qu'il n'a pas la possibilité de mastiquer, il prendra la mauvaise habitude d'avaler « tout rond ».

Un enfant de 5-6 ans qui se nourrit seulement de viande hachée et de purée ne fait pas, lui non plus, travailler ses dents ; elles se salissent, sa carient, et les muscles de la mâchoire ne se développent pas.

Ce n'est pas seulement la **quantité** de sucreries qui est nuisible à la santé dentaire mais aussi la **fréquence** d'absorption.

Laisser un biberon de liquide sucré à la portée de l'enfant est nuisible. Des dents qui baignent constamment dans une salive sucrée sont en danger. Les confiseurs fabriquent maintenant des friandises sans sucre pour cette raison. De façon générale, il faut éviter le grignotage tout au long de la journée.

L'hygiène dentaire à une importance considérable.

Dès l'âge de 18 mois, on peut donner une brosse à dents à son enfant. Il en existe de très petite taille. Il apprendra à s'en servir peu à peu, avec l'aide des parents jusqu'à 7-8 ans.

Toute brosse à dents doit être **individuelle**. Chaque membre de la famille doit avoir la sienne pour éviter le risque de contamination.

Il faut penser à **changer de brosse à dents** dès que les poils commencent à se recourber.

L'usage du dentifrice n'est rarement possible avant 4 ans. Choisir de préférence un dentifrice dont le goût plaît à l'enfant.

Le fluor protège les dents des enfants et évite l'apparition des caries.

Le médecin en prescrit aux jeunes enfants. Les dentifrices pour enfants en contiennent.

La première consultation chez un dentiste peut se faire entre dès 18 mois, en tout cas entre 3 et 4 ans. Ensuite il est recommandé de le consulter **deux fois par an** pour détecter les caries dès leur début ce qui évite les douleurs et les traitements longs et coûteux.

Examen au cours des 18 et 24^{èmes} mois

À la fin de la deuxième année, au cours du 24^{ème} mois, un bilan du développement de l'enfant doit être effectué par un médecin.

Conditions de vie

La mère travaille-t-elle à l'extérieur ? oui non

L'enfant vit-il au domicile de ses parents ? oui non

Si non, où vit-il ?

Chez

Dans une pouponnière

Autre :

Si oui, qui s'en occupe pendant la journée ?

Parents

Autre membre de la famille

Gardienne

Maison d'enfant

Crèche collective

Autre :

Profession actuelle de la mère :

Profession actuelle du père :

Examen médical

Poids(P) : Taille(T) : Corpulence(P/T²) :

Segment supérieur : Périmètre crânien :

Nombre de dents/20 :

Organes génitaux :

- conseils à donner quant au décalottage

Examen somatique :	Développement psychomoteur	Oui	Non
.....	Marche acquise	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Si oui, à l'âge de mois		
.....	Obéit à un ordre simple	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Nomme au moins une image	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Superpose des objets (cubes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	Anomalies éventuelles :		
.....		
.....		
.....		

Réagit aux stimuli sonores	OD <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	OG <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non
Strabisme	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	Corrigé <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non
Nystagmus	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	

Examens complémentaires ou traitements éventuels

- Vérifiez si l'examen de l'acuité visuelle a été effectué

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conclusions

Détaillez les anomalies certaines ou suspectées, les traitements entrepris, les recommandations

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Examen pratiqué le :

Signature et cachet :

par le Docteur :

Examen de 24 à 36 mois et la 1^o volonté d'autonomie (ou détachement)

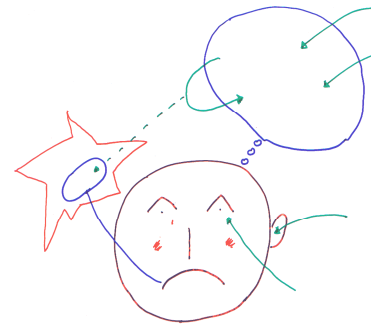
Date des examens	Âge en mois	Poids	Taille	Périmètre crânien	Examen clinique Développement psychomoteur	Régime (y compris vitamines, fer, fluor, etc.) Observations et prescriptions	Signature et cachet du médecin

En ce qui concerne le détachement ou la volonté d'autonomie : cette période, avec celle de l'adolescence, est particulièrement difficile pour la mère et l'enfant. D'un côté l'adulte veut être sûr des capacités de l'enfant à appeler en cas de besoin et craint un danger pour le petit ; d'un autre côté, le petit semble par moment omnipotent, par moment craintif... Tout cela est encore plus difficile en cas de jumeaux, de difficulté autour de la naissance, d'une difficulté organique chez l'enfant, d'une tristesse ou dépression chez la mère. Il peut aussi y avoir un enfant plus grand qui se sent parfois largué...



© Ant. Battisti

- 7 -



© Ant. Battisti

- 4 -

Examen entre 3 et 4 ans

Ce bilan est très important car il concerne un âge clé du développement physique, psychomoteur, sensoriel de l'enfant.

Assurez-vous qu'il a été fait par votre médecin traitant, ou à l'école maternelle, ou en consultation ONE.

Une vie régulière et équilibrée, surtout pour les rythmes du sommeil et de l'alimentation, est importante. N'hésitez pas à en parler à votre médecin.

Nom :

Prénoms :

Né(e) le :

Conditions de vie

L'enfant vit-il au domicile de ses parents ?..... oui non

Si non, où vit-il ?

L'enfant va-t-il à l'école ? oui non

Si non, qui s'en occupe pendant la journée ?

Si oui, y va-t-il régulièrement ? oui non

Qui s'en occupe pendant les périodes extra-scolaires ?

A-t-il des troubles du sommeil ? oui non

Mensurations

Poids(P) :..... Taille(T) :..... Corpulence(P/T²) :.....

Segment supérieur :..... Tension artérielle :.....

Examen somatique :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Examen psychomoteur

Sociabilité	Enlève un	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non	Motricité globale	Lance une	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
	vêtement				Saute en avant	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
	Joue en groupe	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non		Tient sur un	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
Langage	Dit son nom	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non	Motricité fine	Pied 3 secondes		
	Dit son sexe	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non		Boutonne sur lui	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
	Connaît 3 couleurs	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non		Trace un trait Vertical	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
	Fait une phrase	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non		Copie un cercle	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
	(sujet, verbe, complément)				Bonhomme 3 Parties	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
				Propreté	Diurne	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
					Nocturne	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non

Conclusions

Notez les anomalies certaines ou suspectées, les examens complémentaires, les traitements et recommandations. En cas d'anomalie, la collaboration entre le médecin traitant, le médecin de l'ONE et le médecin de l'école est indispensable.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Examen pratiqué le : Signature et cachet :
par le Docteur :

Autres examens de 3 à 5 ans

Date des examens	Âge	Poids	Taille	Examen clinique Développement psychomoteur	Régime (y compris vitamines, fer, fluor, etc.) Observations et prescriptions	Signature et cachet du médecin

--	--	--	--	--	--	--	--

Examen entre 5 et 6 ans

Entre 5 et 6 ans, l'entrée à l'école primaire va constituer une étape importante dans la vie de l'enfant. Un bilan de son développement est donc nécessaire à cet âge.

Nom :

Prénoms :

Né(e) le :

Conditions de vie

L'enfant vit-il au domicile de ses parents ?..... oui non
 Si non, où vit-il ?

L'enfant va-t-il à l'école ? oui non

Si oui, y va-t-il régulièrement ? oui non

Qui s'en occupe pendant les périodes extra-scolaires ?.....

A-t-il des troubles du sommeil ? oui non

Modifications

Modifications survenues dans la situation familiale et les conditions de vie de l'enfant depuis l'examen précédent (changement de domicile, naissance ou décès dans la famille, activité professionnelle des parents, ...) :.....

.....

.....

Les examens qui suivent sont particulièrement importants. Après conseil de votre médecin, n'hésitez pas à consulter un spécialiste.

Examen auditif

Test(s) utilisé(s) :

Fréquence	500	1000	2000	4000
Oreille droite				
Oreille gauche				

Tympan droite ou non
i

normaux gauche ou non
i

Cavité buccale

Indiquez : C = dents cariées non-soignées

A = dents absentes

O = dents obturées (soignées)

D	1	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	G
	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	
	4	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	3
	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6

Anomalies dento-maxillo-faciales :

.....

.....

Examen oculaire

Acuité visuelle	OD	OG	Test utilisé
Vision de loin			
avec correction	/10	/10	
sans correction	/10	/10	
Formule			
Vision de près			
avec correction	/10	/10	
sans correction	/10	/10	
Formule			
Fond d'œil			

Vision binoculaire :

Vision des couleurs :

Strabisme ou non
i

Corrigé ou non
i

Poursuite oculaire ou non
i

Autres anomalies (statique) :

.....

Mensurations

Poids(P) : Taille(T) : Corpulence(P/T²) :

Segment supérieur : Tension artérielle :

Autres examens de 6 à 12 ans

Date des examens	Âge	Poids	Taille	Examen clinique Développement psychomoteur Acuité visuelle - Acuité auditive	Pathologies éventuelles (traitements, rééducations, etc.)	Signature et cachet du médecin

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Examen entre 10 et 12 ans

À cet âge débute généralement les importantes modifications physiques, intellectuelles qui feront de l'enfant un adolescent.

Sa croissance et son développement sont favorisés par la pratique **d'activités physiques de santé** et par l'harmonie de son **cadre de vie**.

Ces deux éléments, pris en compte dans le bilan médical, doivent permettre à l'enfant de s'intéresse **activement** à sa santé.

Nom :

Prénoms :

Né(e) le :

Conditions de vie

L'enfant vit-il au domicile de ses parents ? oui non

Si non, où vit-il ? – chez des particuliers ?

– en internat ?

– en semi-internat ?

Scolarité : – régulière ?

– absences répétées ?

Durée journalière du trajet ?

Présente-t-il : des troubles de l'appétit ? des troubles du sommeil ? De l'asthénie ?

Modifications

Modifications survenues dans la situation familiale et les conditions de vie de l'enfant depuis l'examen précédent (changement de domicile, naissance ou décès dans la famille, activité professionnelle des parents, ...) :.....

.....

.....

.....

.....

Les examens qui suivent sont particulièrement importants. Au moindre doute, après conseil de votre médecin, n'hésitez pas à consulter un spécialiste.

Ces examens devraient être réalisés par le spécialiste approprié (ORL, ophtalmologue, dentiste). *Un examen auprès d'eux est vivement recommandé.*

Examen auditif

Test(s) utilisé(s) :

Fréquence	500	1000	2000	4000
Oreille droite				
Oreille gauche				

Tympan normaux
 Droite ou non
 i
 Gauche ou non
 i

Cavité buccale

Indiquez : C = dents cariées non-soignées

A = dents absentes

O = dents obturées (soignées)

D	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	
	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7
			5	5	5				6	6	6			
			5	4	3				3	4	5			
		8	8	8				7	7	7				
		5	4	3				3	4	5				
	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3
	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

Anomalies dento-maxillo-faciales :

.....

Troubles de l'occlusion :

État muqueux et gingival (normal, pâle, hémorragique, ...) :

Hygiène : Bonne Mauvaise

Examen oculaire

Acuité visuelle	OD	OG	Test utilisé
Vision de loin			
avec correction	/10	/10	
sans correction	/10	/10	
Formule			
Vision de près			
avec correction	/10	/10	
sans correction	/10	/10	
Formule			
Fond d'œil			

Vision binoculaire :

Vision des couleurs :

Strabisme ou non
 i

Corrigé ou non
 i

Poursuite oculaire ou non
 i

Autres anomalies :

.....

Mensurations

Poids(P) :..... Taille(T) :..... Corpulence(P/T²) :.....

Segment supérieur :..... Tension artérielle :.....

Examen somatique

Statique vertébrale – courbure anormale oui non

– raideur segmentaire oui non

Si oui : cervicale dorsal lombo-sacrée

Maturation pubertaire : enfant (E), début (D), adolescent (ado), adulte (A) :

Seins :..... Poils pubiens :..... Organes génitaux externes :

Date des premières règles :.....

.....

.....

.....

.....

Examen orienté vers la pratique d'une activité physique

À cet âge, la pratique d'une activité physique assure à l'enfant un développement physique et intellectuel harmonieux en améliorant ses capacités physiques d'adaptation et en enrichissant son univers psycho-émotionnel.

Nom :

Prénoms :

Né(e) le :

Antécédents familiaux

Certaines pathologies peuvent être influencées (améliorées ou aggravées) par l'exercice.

Certaines sont familiales. Il est donc important de les connaître.

.....

.....

.....

.....

Résumé des antécédents personnels

(asthme, allergie, diabète, accidents, autres, etc.)

.....

.....

.....

.....

Examen psychomoteur

Orientation - sur autrui - sur objet	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	Langage, expressio n :	- Évoque son passé, établit des projets - lit sans difficultés - comprend et restitue un texte - parle de lui sans difficultés	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non
Sauter-toucher talons-mains Coordination doigts et pieds Troubles de l'équilibre Mobilisation passive des membres supérieurs Latéralité (droite D, gauche G, mal-fixée MF)	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	Comportement :.....		
Main :..... Œil :..... Pied :.....				

Activités physiques extra-scolaires

Nombre d'heures par semaine :.....

Disciplines pratiquées :.....

Examen somatique

Mensurations

Poids(P) :..... Taille(T) :..... Corpulence(P/T²) :.....

Segment supérieur :.....

Fonction respiratoire et cardio-vasculaire

Périmètre thoracique (cm) inspiratoire :..... expiratoire :.....

Débitmètre de pointe (ou capacité vitale) :..... Perméabilité nasale :.....

Auscultation :- pulmonaire :

Conclusions

- Absence de contre-indication à la pratique d'une activité physique
- Orientation conseillée vers un praticien de médecine du sport
- Contre-indication majeure (à préciser) à la pratique d'une activité physique

Activités conseillées :

.....

Examen pratiqué le : Signature et cachet :

par le Docteur ou le kinésithérapeute:

Adolescence : le chemin de l'autonomie

Avec l'âge de la puberté, votre enfant entre dans l'adolescence.

Cette étape nouvelle et importante de sa vie s'accompagne de transformations et de possibilités nouvelles à la fois physiques, psychologiques, sexuelles et sociales.

Tous ces changements le pousseront à se poser des questions et à tenter ses propres expériences.

Depuis sa naissance, vous vous êtes activement occupés de la santé de votre enfant.

Ce cahier de santé en est un fidèle témoignage.

À partir de maintenant, toujours avec votre aide, votre enfant va réclamer davantage d'autonomie : il participera aux choix qui le concerne, il développera ses compétences et devra apprendre à s'occuper lui-même de sa santé.

Les jeunes adolescents traversent une période à la fois dynamique et fragile : il est essentiel de comprendre leurs désirs nouveaux d'indépendance et en même temps de ne pas sous-estimer leurs besoins importants d'affection et de soutien.

Un accompagnement bienveillant, tout au long de ce passage qu'est l'adolescence, est particulièrement souhaitable.

L'âge du début de la puberté est très variable d'une personne à l'autre, y compris au sein de la même famille.

Il se situe dans 95 % des cas entre 8 et 13 ans chez la fille et entre 9 et 14 ans chez le garçon.

La durée de la puberté est elle-même variable, de moins d'1 an à plus de 3 ans.

S'il n'y a aucun signe de puberté au-delà de 13-14 ans chez la fille, ou de 14-15 ans chez le garçon, il est nécessaire de consulter un médecin.

Avec la puberté et la poussée de croissance qui l'accompagne, il est naturel qu'un jeune ou son entourage se demande si les choses se passent « normalement ».

Un bilan de santé est donc utile au début ou au cours de la puberté.

À cette occasion, l'adolescent(e) appréciera d'être traité(e) comme un(e) grand(e) et d'avoir un moment de tête-à-tête, seul(e) avec le médecin, surtout lors de l'examen physique.

Prendre soin de soi

Ce cahier de santé est avant tout le tien, le vôtre. Vous arrivez à l'âge de l'adolescence, il peut vous aider à devenir de plus en plus responsable de vous-même et de votre santé.

Prenez-en connaissance : vous y trouverez des éléments de l'histoire de votre croissance (poids, taille, vaccins, maladies, ...).

Votre corps change : les premiers signes du développement sexuel qui fera de vous une femme ou un homme apparaissent. Si vous avez l'impression que les choses ne se passent pas normalement, n'hésitez pas à en parler à un médecin.

Vos rapports avec les autres changent : vous allez connaître de nouvelles formes de relation affectives, amicales, amoureuses.

Selon la personnalité, l'éducation et les choix de chacun(e), les relations sexuelles peuvent commencer à l'adolescence ou plus tard dans la vie.

L'adolescence n'est pas une période toujours facile : pas facile d'accepter de si grands changements dans son corps, dans sa tête et dans son cœur, pas toujours facile de se trouver à l'aise avec les parents, les adultes ou les ami(e)s, dans la famille, à l'école ou dans la société.

Il est normal de rencontrer des difficultés. Mais si elles s'aggravent, durent ou s'accumulent¹ il ne faut pas rester isolé et il faut tout faire pour en parler.

Les membres de votre famille et de votre entourage sont vos interlocuteurs « naturels ».

Il y a aussi d'autres personnes qui peuvent vous accueillir et vous permettre d'exprimer vos difficultés : adulte de « confiance », médecin, psychiatre, psychologue, infirmier, travailleur social, ...

¹ Tristesse, difficultés de sommeil, tendance à la fuite et à l'isolement, perte d'intérêt pour les activités courantes, effondrement des résultats scolaires, nervosité et irritabilité inhabituelles, prises de risques excessives, tendance à ne pas manger ou à manger trop, « déprime », idées suicidaires, ...

Adolescent(e), même mineur(e), vous pouvez consulter un médecin de votre propre initiative, en cabinet ou à l'hôpital. Vous avez le droit au secret médical.

Espace pour vos impressions

Repères

Principales causes de mort et de blessures graves chez les jeunes, les accidents de la circulation sont souvent provoqués par une vitesse excessive, aggravée par les effets de la consommation de produits enivrants : alcool, mais aussi cannabis et autres substances...

Pour être efficace, le traitement doit être prescrit et suivi par un médecin. Ce traitement demande de la patience, surtout dans les formes graves.

L'utilisation d'un moyen contraceptif – pilule prescrite par un médecin, préservatif ou autre – permet d'éviter une grossesse non-désirée. Si une adolescente se croit enceinte, ou si elle en est sûre (après avoir fait un test-diagnostic vendu en Pharmacie), attendre ne sert à rien : elle doit consulter un médecin le plus rapidement possible.

Diverses maladies se transmettent lors des relations sexuelles. Les plus graves sont le sida et les hépatites qui se transmettent aussi par le sang. Certaines risquent d'entraîner une stérilité. Il n'existe pas actuellement de vaccin contre le sida. Renseignez-vous sur les vaccins contre certaines hépatites.

Il y a plusieurs façons d'éviter de contracter ou de transmettre le virus du sida et les MST :

- s'abstenir de toute forme de relation sexuelle (abstinence),
- maintenir dans le couple une fidélité réciproque. Ce choix implique que chaque partenaire puisse être certain, notamment grâce à un test de dépistage, de ne pas avoir été contaminé lors d'une rencontre précédente.
- s'en tenir à des pratiques sexuelles ne comportant aucun risque de contamination (caresses, ...)
- utiliser des préservatifs (vendus en Pharmacie, en distributeurs ou en grande surface).

La pilule contraceptive ne protège ni du sida, ni des MST. L'utilisation du préservatif lors d'un rapport sexuel est très fortement recommandée.

Écouter souvent de la musique à un volume élevé (baladeur, chaîne, concert) peut endommager votre audition.

Certains jeunes en viennent à utiliser de façon dangereuse divers produits ayant des effets sur le cerveau : tabac et alcool en quantités importantes, médicaments et produits détournés de leur usage normal, substances interdites par la loi (habituellement appelées « drogues »).

Non seulement l'utilisation de ces produits toxique ne résout aucune difficulté, mais elle nuit à la santé et comporte, pour certains d'entre eux, de graves risques de dépendance physique et psychique.

La dépendance résulte de l'impossibilité de se passer du ou des produits toxiques, ce qui entraîne l'augmentation des quantités consommées et la fréquence des prises, quels qu'en soient les dangers. Progressivement, elle envahit la vie. Elle conduit souvent les utilisateurs de drogues illicites à commettre des délits et à s'exposer à des sanctions.

Pensez à varier votre alimentation un régime amaigrissant sans suivi médical est dangereux.

Une exposition excessive et non-protégée au soleil vieillit prématurément la peau et peut provoquer plus tard des maladies (cancers de la peau).

Si vous avez régulièrement des problèmes de sommeil, consultez votre médecin. Dans tous les cas, n'utilisez jamais de médicaments « pour dormir » sans son avis.

Faire du sport est bénéfique, à condition d'éviter l'épuisement, les accidents, le dopage.

Pour trouver de l'information et de l'aide

Lorsque vous êtes au calme et éventuellement avec l'aide de l'infirmière, prenez le temps de remplir les données suivantes :

Pour trouver près de chez vous :

- un premier conseil
- une écoute
- de l'information
- des adresses

Services d'aide téléphonique, anonymes et gratuits

Service social des communes

Personnes et lieux spécialisés

- Hôpitaux :
- Médecins généralistes et pédiatres :
- Pharmaciens :
- ONE :
- Centres de planification et d'éducation familiale :
- Centres d'accueil et d'aide à domicile :
- Caisses d'allocations familiales :
- Mutuelle :
- Divers :

Examens de 12 à 16 ans

Date des examens	Âge	Poids	Taille	Examen clinique (notamment signes pubertaires, pression artérielle) Explorations Acuité visuelle - Acuité auditive	Pathologies éventuelles (traitements, rééducations, etc.)	Signature et cachet du médecin

Examen entre 14 et 16 ans

Durant cette période, la puberté se poursuit. L'adolescent achève sa scolarité obligatoire.

Le bilan de sa santé, de ses aptitudes physiques et intellectuelles (points forts, points faibles) lui est utile pour le choix de son orientation.

Nom :

Prénoms :

Né(e) le :

Conditions de vie

L'enfant vit-il au domicile de ses parents ? oui non

Si non, où vit-il ? – chez des particuliers ?

– en internat ?

– en semi-internat ?

Scolarité : – régulière ?

– absences répétées ?

Durée journalière du trajet ?

Présente-t-il : des troubles de l'appétit ? des troubles du sommeil ? de l'asthénie ?

Modifications

Modifications survenues dans la situation familiale et les conditions de vie de l'enfant depuis l'examen précédent (changement de domicile, naissance ou décès dans la famille, activité professionnelle des parents, ...) :.....

.....

.....

.....

Les examens qui suivent sont particulièrement importants. Au moindre doute, après conseil de votre médecin, n'hésitez pas à consulter un spécialiste.

Examen auditif

Test(s) utilisé(s) :

Fréquence	500	1000	2000	4000
Oreille droite				
Oreille gauche				

Tympan droite ou non
i

Tympan gauche ou non
i

Cavité buccale

Indiquez : C = dents cariées non-soignées

A = dents absentes

O = dents obturées (soignées)

D	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	G
	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	
	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3
	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

Anomalies dento-maxillo-faciales :

.....

.....

Troubles de l'occlusion :

État muqueux et gingival (normal, pâle, hémorragique, ...) :

Hygiène : bonne Mauvaise

Examen oculaire

Acuité visuelle	OD	OG	Test utilisé
Vision de loin			
avec correction	/10	/10	
sans correction	/10	/10	
Formule			
Vision de près			
avec correction	/10	/10	
sans correction	/10	/10	
Formule			
Fond d'œil			

Vision binoculaire :

Vision des couleurs :

Strabisme ou non
i

Corrigé ou non
i

Poursuite oculaire ou non
i

Autres anomalies :

.....

.....

Mensurations

Poids(P) :..... Taille(T) :..... Corpulence(P/T²) :.....

Segment supérieur :..... Tension artérielle :.....

Examen somatique

Terrain atopique (allergie) oui non

Troubles circulatoires des membres oui non

inférieurs

Statique vertébrale – courbure anormale oui non

– raideur segmentaire oui non

Si oui : cervicale dorsal lombo-sacrée

Maturation pubertaire : enfant (E), début (D), adolescent (ado), adulte (A) :

Seins :..... Poils pubiens :..... Organes génitaux externes :

Date des premières règles :.....

Âge d'apparition des cycles réguliers :

.....

.....

.....

.....

Examen psychomoteur

Orientation	- sur autrui	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non	Langage, expressio n :	- Évoque son passé, établit des projets	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> no n
	- sur objet	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non			
Sauter-toucher talons- mains		<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non		- lit sans difficultés	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> no n
Coordination doigts et pieds		<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non		- comprend et restitue un texte	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> no n
Troubles de l'équilibre		<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non			
Mobilisation passive des membres supérieurs		<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non		- parle de lui sans difficultés	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> no n

Comportement :

.....

.....

Conclusions

Notez les anomalies certaines ou suspectées, les examens complémentaires, les traitements. La transmission d'informations entre le médecin traitant, le médecin de l'éducation nationale et le jeune peut favoriser son choix d'orientation professionnelle.

.....

.....

.....

.....

.....

Examen pratiqué le :

Signature et cachet :

par le Docteur :

Examens de 16 à 20 ans

Date des examens	Âge	Poids	Taille	Examen clinique (notamment signes pubertaires, pression artérielle) Explorations Acuité visuelle - Acuité auditive	Études suivies et/ou activité professionnelle	Pathologies éventuelles (traitements, rééducations, etc.)	Signature et cachet du médecin

Examens après 20 ans

Date des examens	Âge	Examens cliniques ou paracliniques, investigations et traitements	Signature et cachet du médecin

Date des examens	Âge	Examens cliniques ou paracliniques, investigations et traitements	

Courbes de croissances et autres

Une croissance physique rapide est une caractéristique essentielle de la première enfance et de l'adolescence.

Les courbes de taille, de poids, de périmètre crânien et de corpulence permettent de la surveiller.

La courbe de corpulence (indice de masse corporelle ou body mass index ou indice de Quetelet P/T^2) mesure les proportions corporelles et se trouve communément utilisées pour évaluer l'état nutritionnel car elle reflète l'évolution de la masse grasse.

Faites-les établir ou établissez-les vous-même, soigneusement.

Sur ces courbes, les valeurs comprises entre les marges supérieures et inférieures (exprimées soit en percentiles, soit par un intervalle de confiance, soit par deux ou trois déviations standards en dehors de la moyenne) rassemblent la plupart des enfants et des adolescents « normaux », bien qu'une proportion d'enfants situés en dehors de ces marges seront tout de même normaux (cette proportion représente entre 6 et 10 % de l'ensemble de la population).

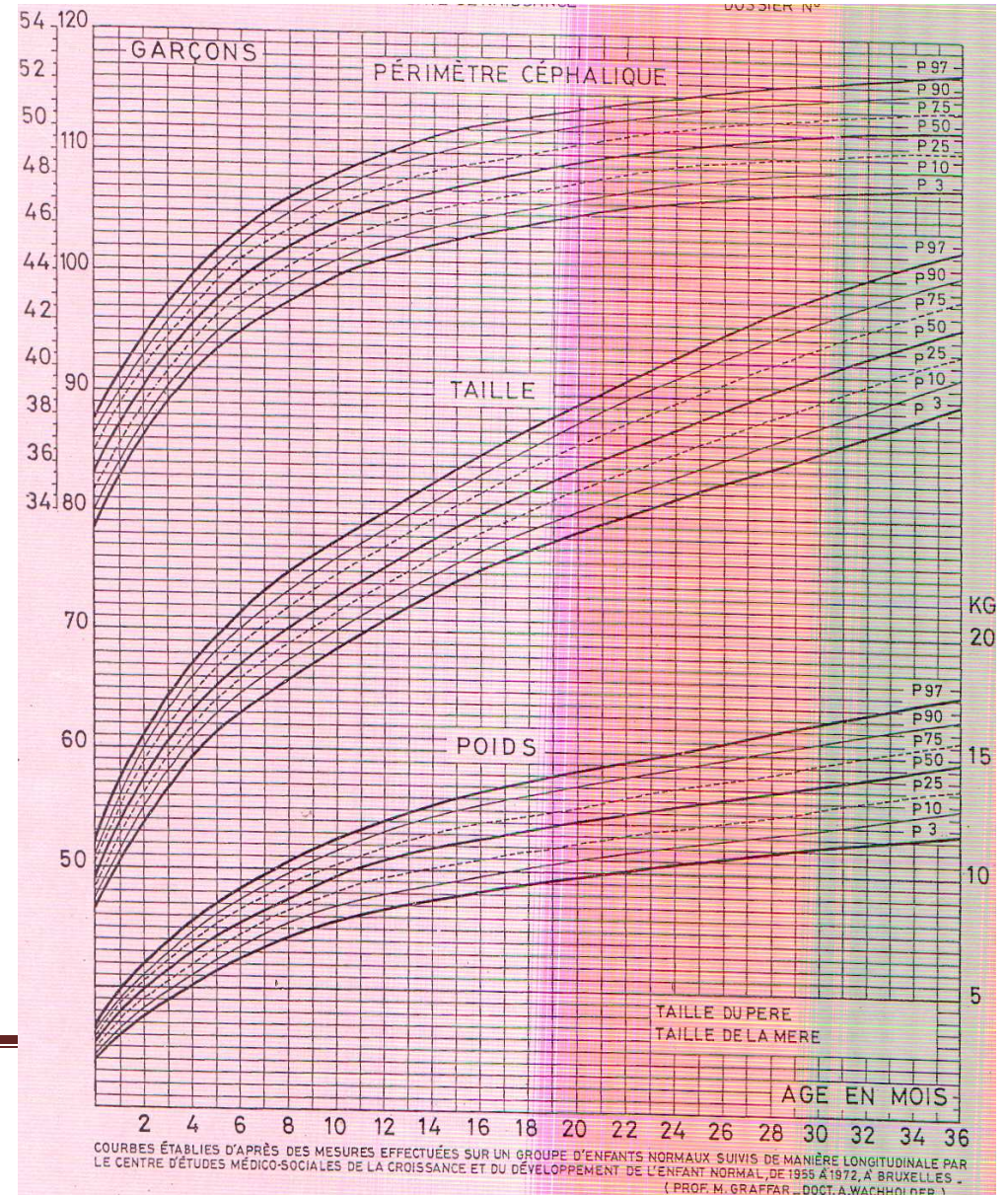
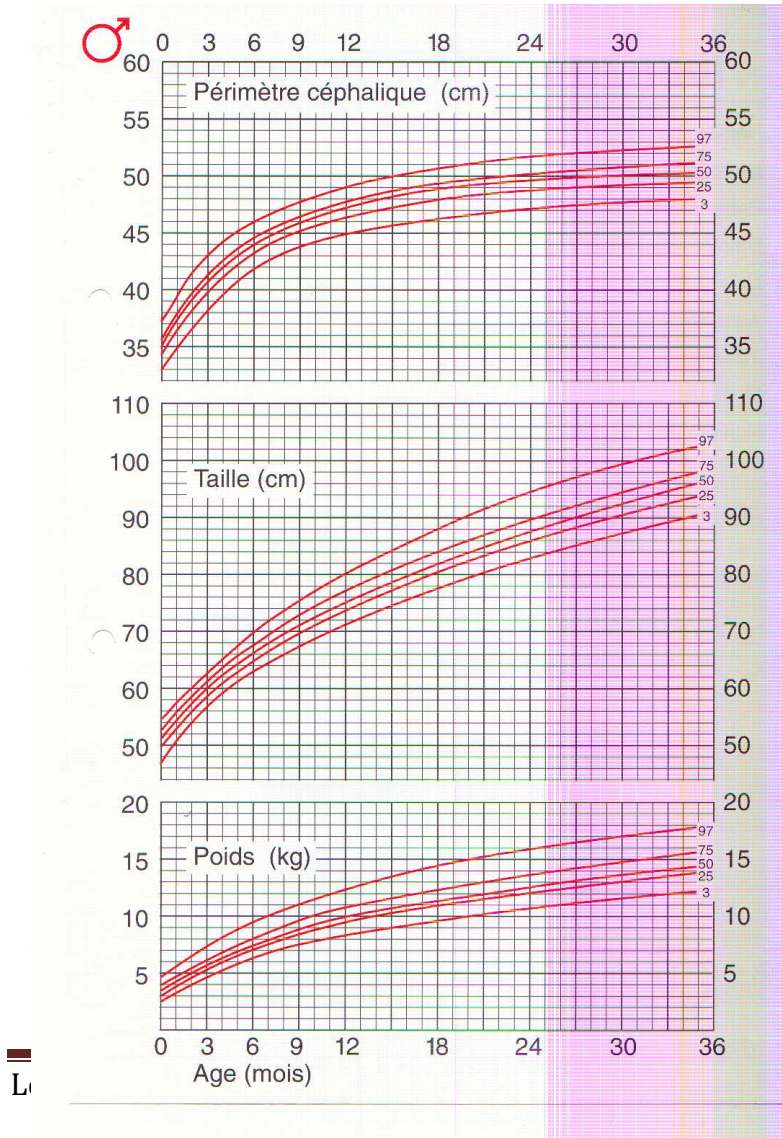
Les différentes lignes (ou couloirs) pour chacun des paramètres doivent correspondre entre elles dans une certaine marge de valeurs, et l'enfant est alors harmonieux. L'évolution de la taille est probablement le meilleur reflet de la croissance chez l'enfant.

En principe, le couloir ou la ligne reflétant la croissance de l'enfant est celle observée 4 à 6 mois après la naissance.

Croissance des garçons de 0 à 36 mois

À gauche : courbe de Tanner ;

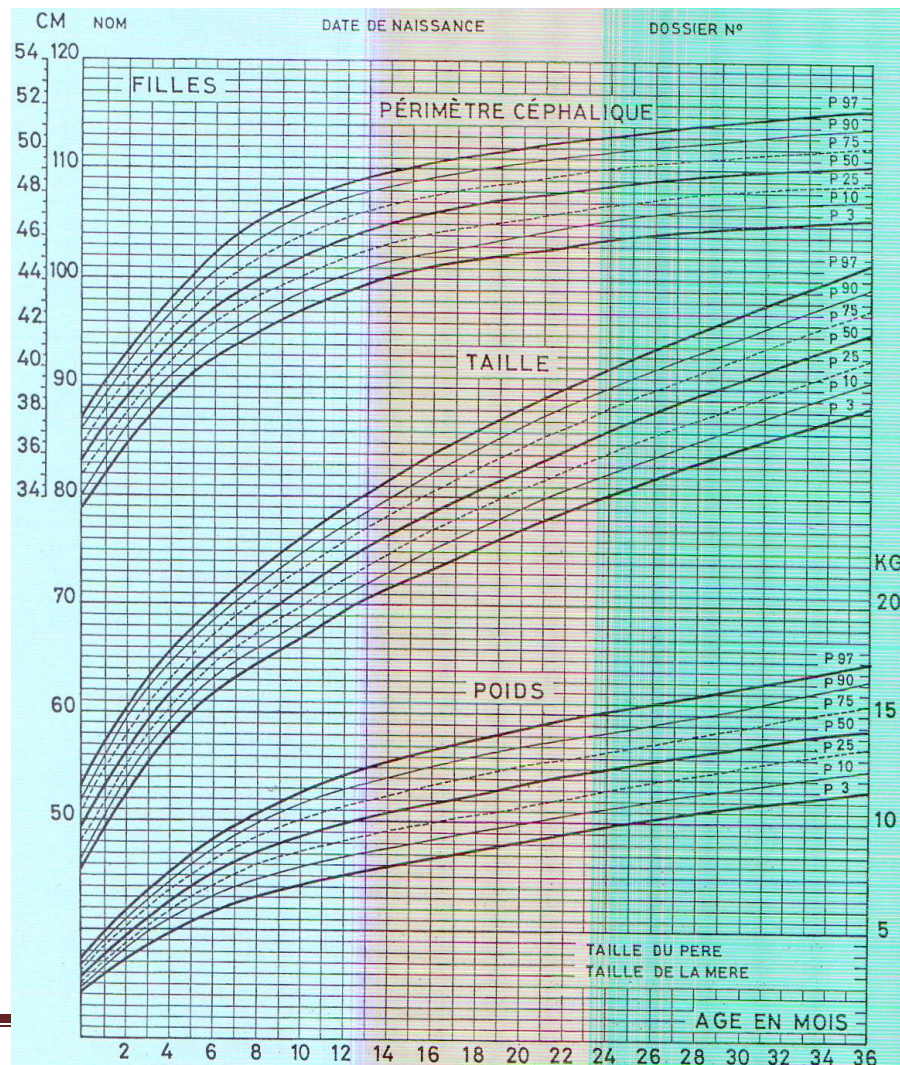
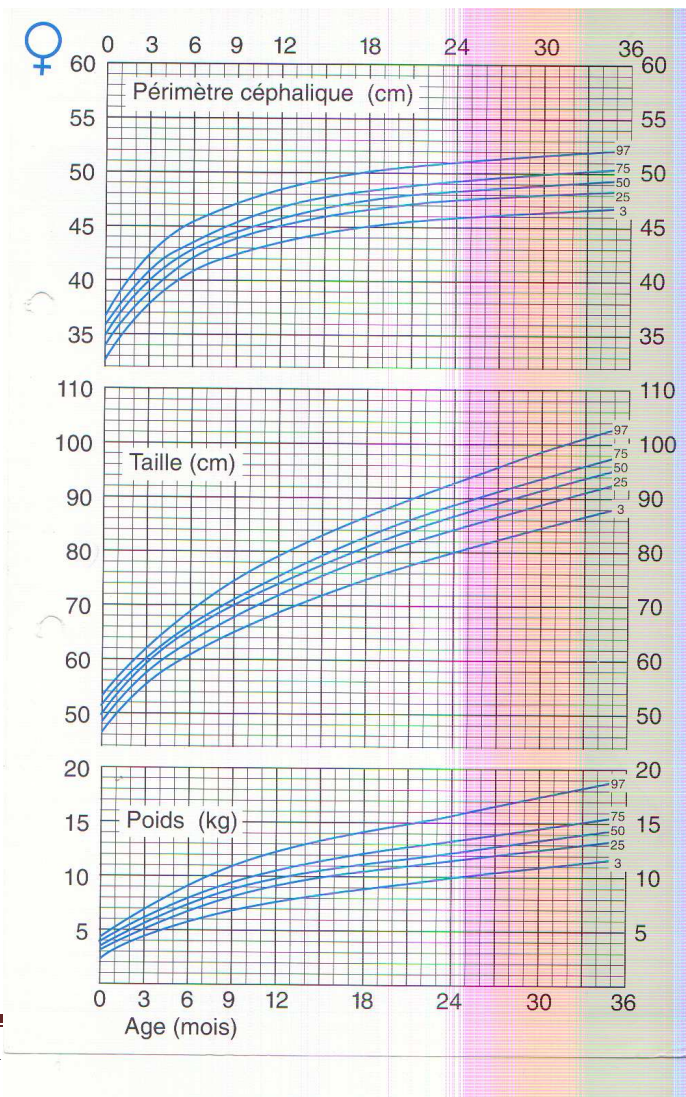
à droite : courbe de Graffar



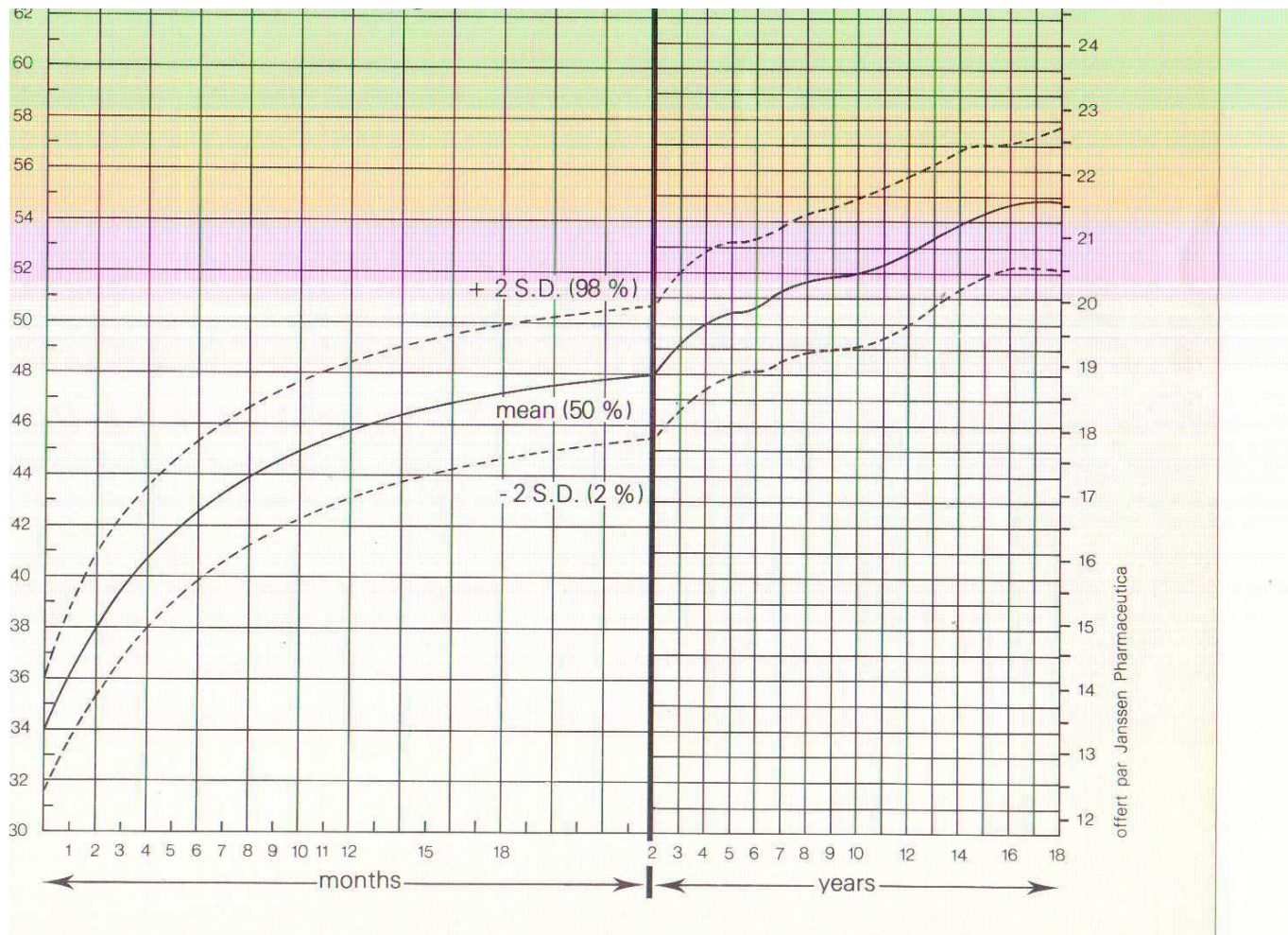
Courbes de croissance des filles de 0 à 36 mois

À gauche : courbe de Tanner

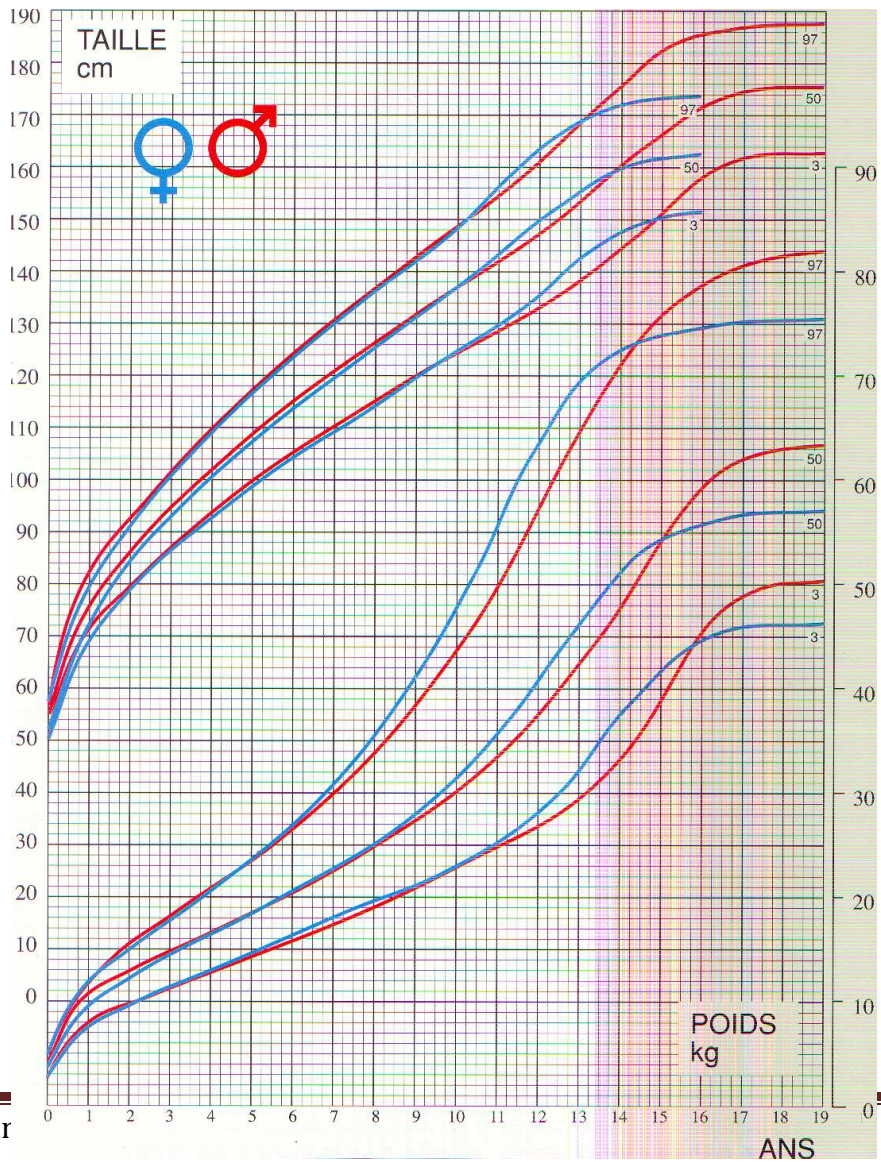
à droite : courbe de Graffar



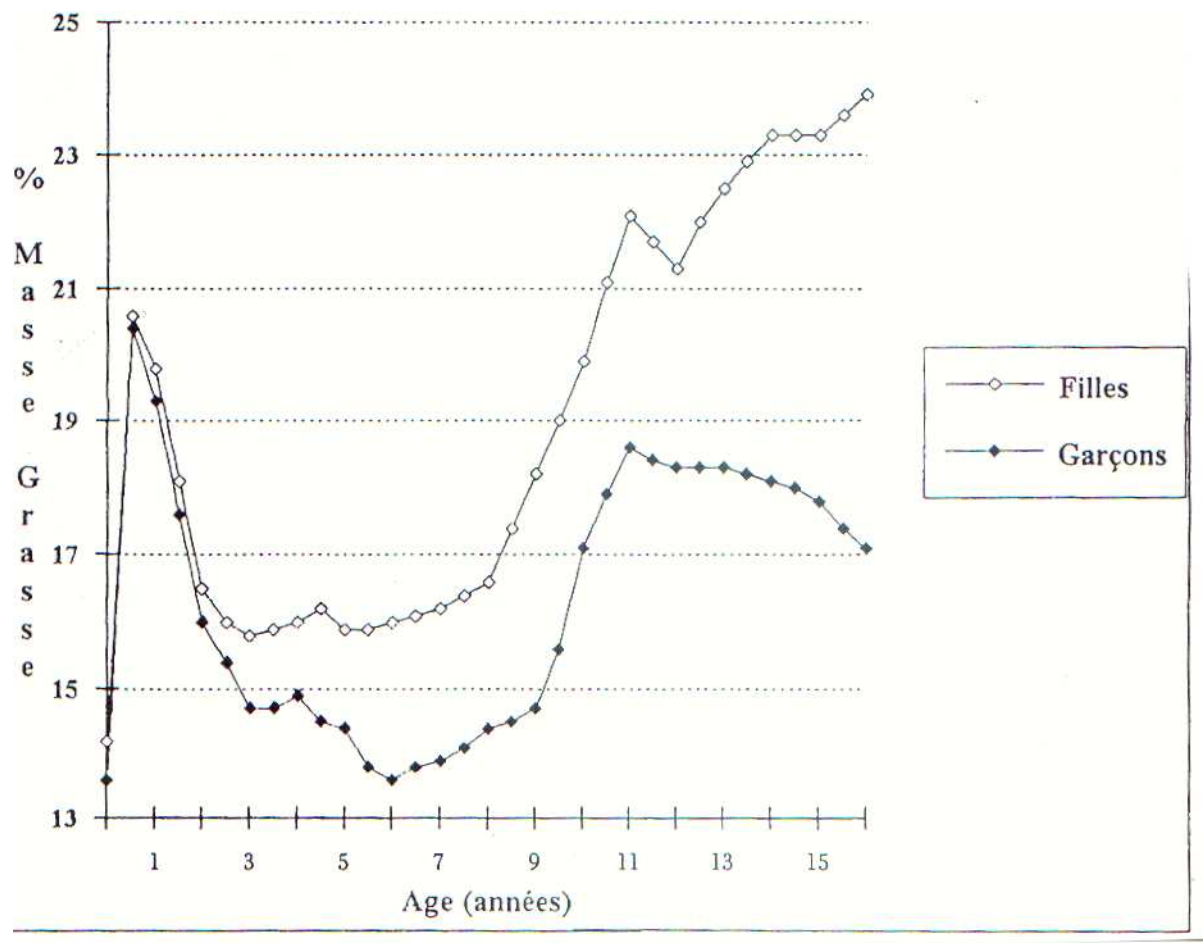
Courbe spéciale pour suivre la croissance du périmètre crânien



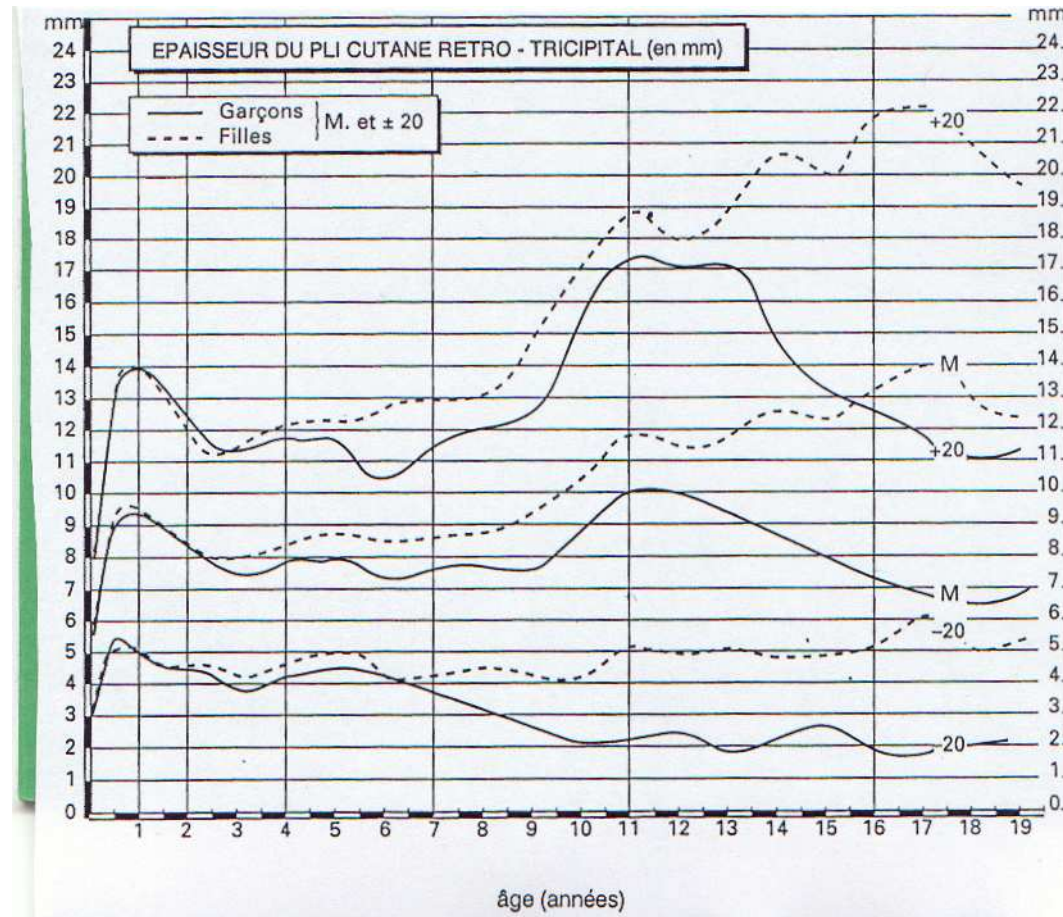
Croissance des filles et garçons jusqu'à 19 ans



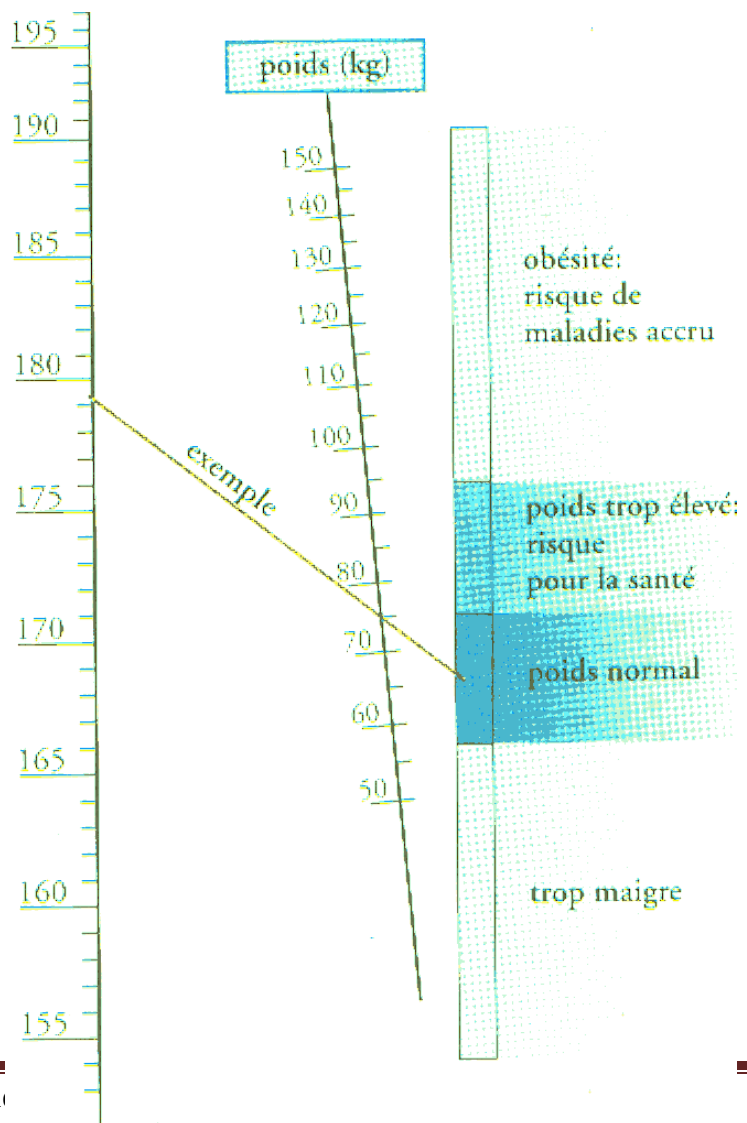
la masse grasseuse corporelle : mesurée par impédancitométrie



Evolution du plis cutané tricipital



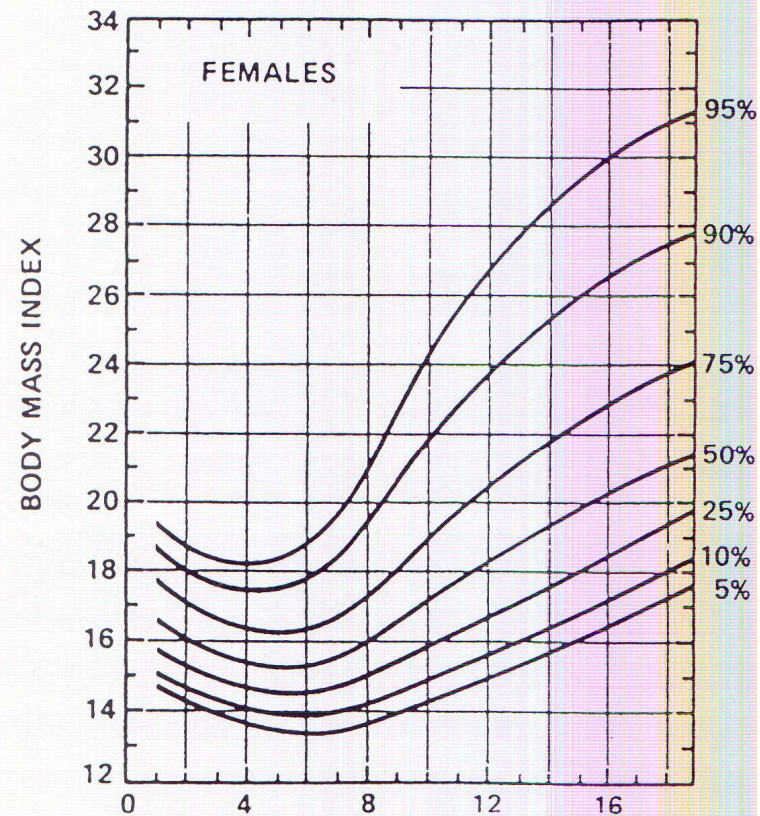
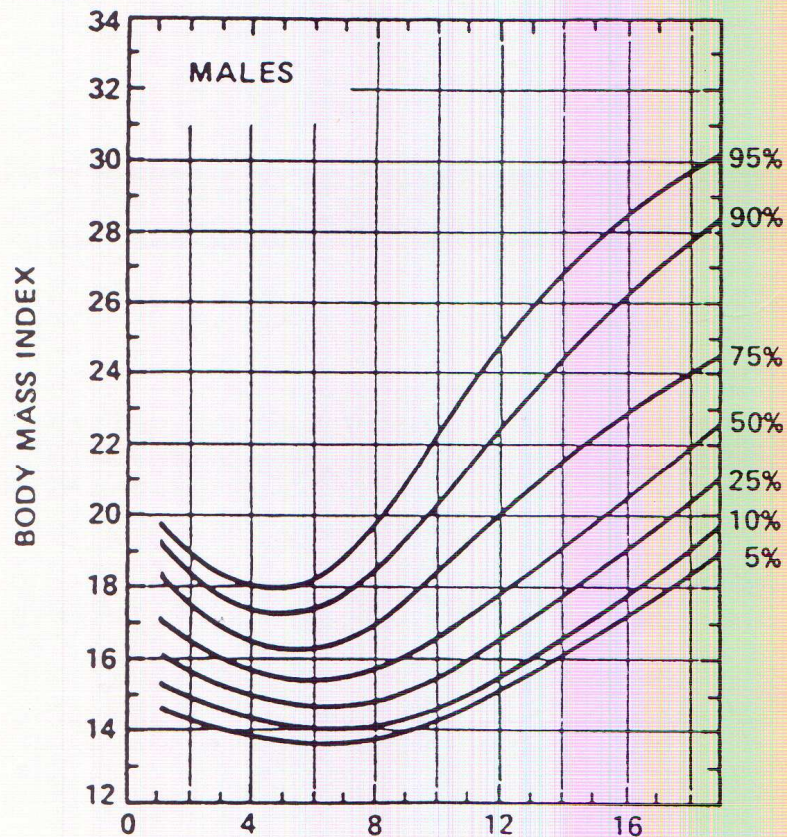
Diagnostic d'une surcharge pondérale



Évolution de la corpulence au cours de la croissance

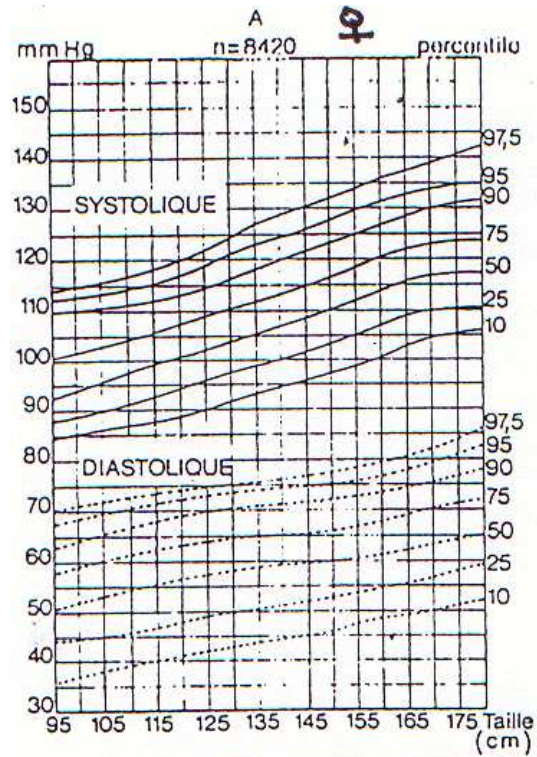
Chez les garçons :

chez les filles



Courbes de tension artérielle chez les deux sexes en fonction de la taille

Filles



garçons

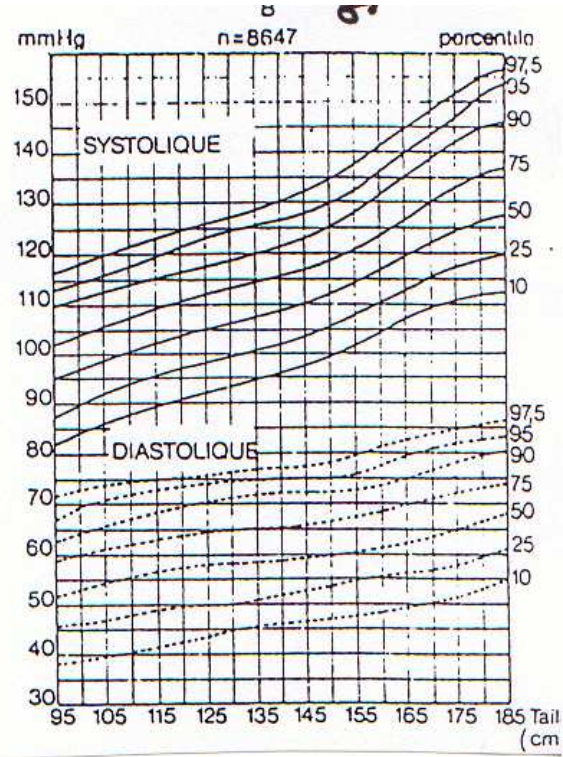
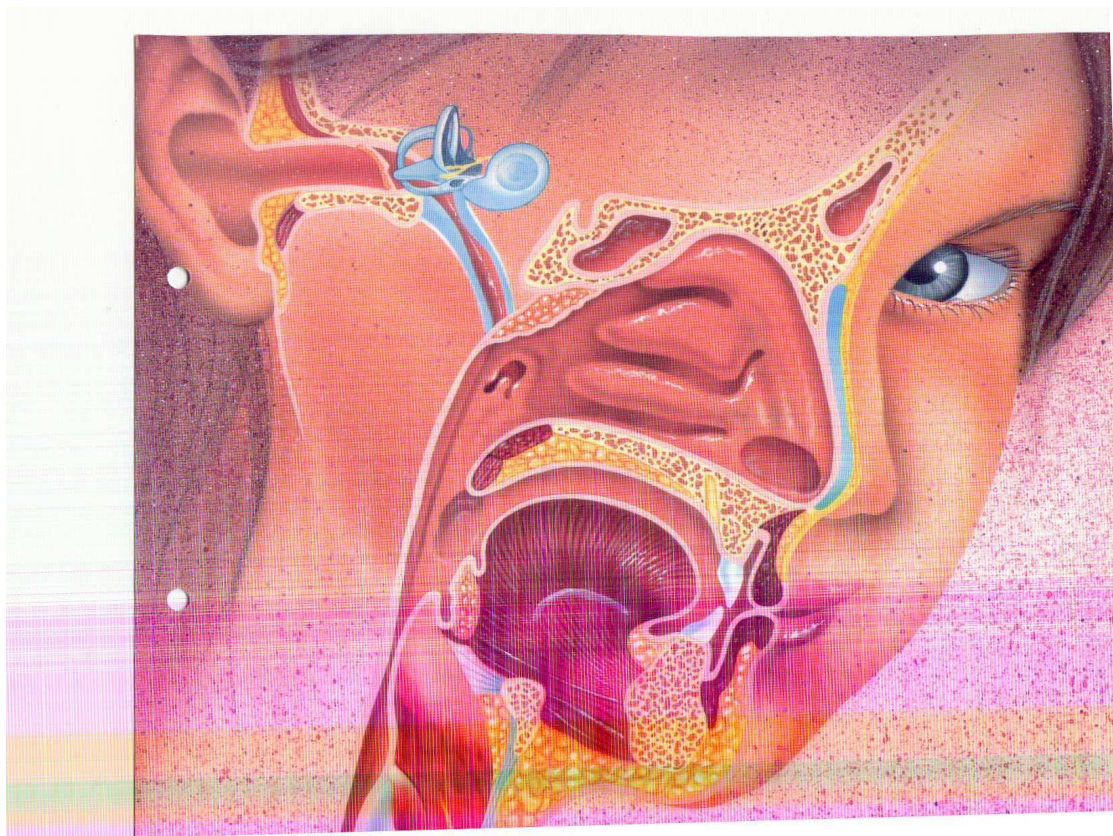
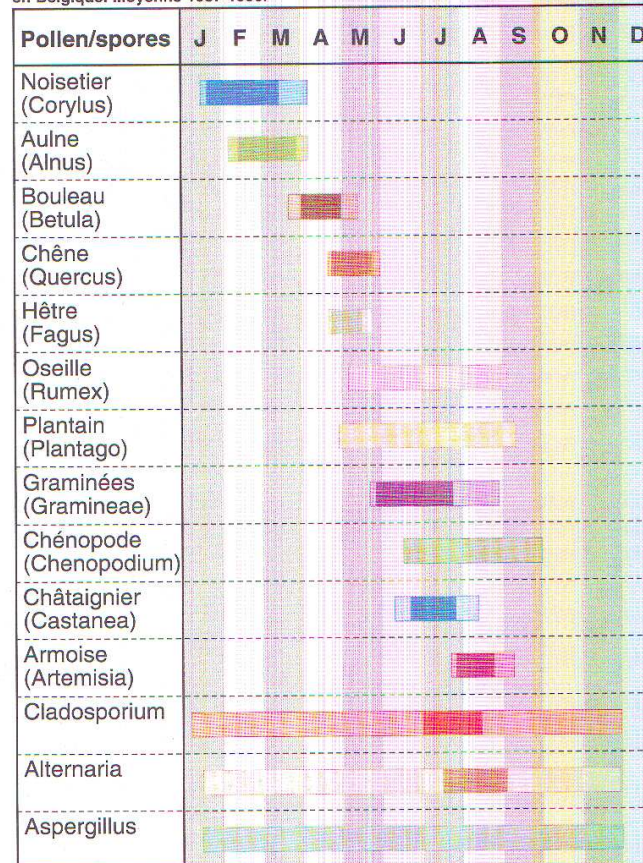


Planche explicative de la sphère ORL



Calendrier des pollinisations

en Belgique. Moyenne 1987-1996.



D'après les mesures effectuées par l'Institut Scientifique de la Santé Publique - Louis Pasteur; anciennement Institut d'Hygiène et d'Epidémiologie. Section de Mycologie, N. Nolard et M. Detandt.

■ période totale de libération ■ période de libération maximale

Hospitalisations

N'oubliez pas d'apporter le cahier de santé à chaque hospitalisation.

Avant la sortie du service, assurez-vous que le séjour a bien été inscrit par le médecin sur les pages réserves à cet effet.

Dates	Service	Observations

dates	Services	Observations lors des hospitalisations

Groupe sanguin

Groupe sanguin et facteur rhésus :.....

Examen le :..... Cachet du laboratoire :

Examen le :..... Cachet du Laboratoire :

Le groupe sanguin ne peut être considéré comme valable qu'après deux déterminations attestées par le Laboratoire.

Transfusions de sang et ses dérivés

Dates	Quoi et Dose	Observations

Nom : Prénoms :

Né(e) le :

Vaccinations de base :poliomyélite, diphtérie, tétanos, coqueluche, haemophilus-b, hépatite B, pneumocoque, méningocoque c, rougeole, rubéole, oreillons

Dates	Vaccins	Signature et cachet du médecin

Dates	Vaccins de base	Médecin

Nom : Prénoms :

Né(e) le :

Autres vaccinations : grippe, BCG, varicelle, hépatite A,...

Dates	Vaccin	Signature et cachet du médecin

Dates	Vaccins particuliers	Médecins

Dates	Vaccins particuliers	Médecin

Nom : Prénoms :

Né(e) le :

Tests cutanés :allergiques, immunitaires ou tuberculoniques

Dates	Tests et résultats	médecin

dates	Tests et résultats	Médecin

Nom : Prénoms :

Né(e) le :

Tests divers : fonctions respiratoires, circulatoires, EEG, holter, pH-métrie, scintigraphie, test au lactose, etc...

Dates	Test et résultats	médecin

Nom : Prénoms : Né(e) le :

Examens d'imagerie médicale

Dates	Région examinée (n clichés)	Résultats	praticien ou établissement	Signature et cachet du médecin

Les mentions portées sur cette page ont valeur de carte individuelle radiologique.

dates	Régions examinées (n clichés)	Résultats	Institution	médecin

Feuillets supplémentaires