

Чек-лист для приёма педиатра

ЧЕК-ЛИСТ

За неделю до приёма

Документы и наблюдения

- Собрать свидетельство о рождении и полис ребёнка
- Найти карту формы 112 или выписку
- Найти сертификат о прививках
- Собрать прошлые анализы и заключения
- Если идёте на плановый – отследить развитие (рост, вес, навыки)



ЧЕК-ЛИСТ

За 1–3 дня до приёма (если ребёнок болеет)

Записать наблюдения о болезни

- Измерять температуру утром и вечером, записывать
- Отмечать симптомы: кашель, насморк, стул, аппетит
- Записать, какие препараты давали и в каких дозах
- Фиксировать активность и настроение

ЧЕК-ЛИСТ

За 1 день до приёма

Финальные штрихи

- Подтвердить запись в клинике
- Записать 3–5 главных вопросов
- Подготовить сумку с вещами для ребёнка
- Решить, кто поедет с ребёнком (желательно с поддержкой)
- Приготовить удобную одежду для малыша — легко снимаемую



ЧЕК-ЛИСТ

В день визита

Сборы с ребёнком

- Покормить ребёнка за 30–60 минут до приёма
- Не одевать слишком много слоёв
- Взять все документы
- Взять игрушку и перекус для ребёнка
- Взять влажные салфетки
- Прийти в клинику за 10 минут
- Подготовить ребёнка: рассказать, куда и зачем идёте



ЧЕК-ЛИСТ

После приёма

Реализовать рекомендации

- Перечитать назначения
- Записать в карточку/телефон все рекомендации
- Начать приём препаратов по схеме
- Записать дату следующего визита и прививок
- Похвалить ребёнка, независимо от поведения
- Купить всё необходимое на обратном пути

Документы и сумка – стандартный набор



ЧЕК-ЛИСТ

Что взять с собой

- Свидетельство о рождении ребёнка (паспорт, если старше 14)
- Медицинский полис ребёнка
- СНИЛС ребёнка
- Паспорт родителя
- Медицинская карта формы 112 или выписки
- Сертификат о прививках
- Обменная карта из роддома (для первых визитов)
- Прошлые анализы ребёнка
- Список препаратов и их доз (если ребёнок что-то принимает)
- Градусник
- Игрушка, книжка, любимая вещь для ребёнка
- Запасной подгузник (для малышей)
- Влажные салфетки
- Сменная одежда



Бутылка с водой, перекус

Ручка и блокнот

Как пользоваться чек-листом

Распечатайте страницу или сохраните в телефон перед визитом. В день приёма пройдите по пунктам и отметьте, что готово. Если чего-то не хватает — это не повод отменять визит, но лучше сказать об этом в начале приёма, чтобы сэкономить время врача.

Что ещё полезно на приёме педиатру

- Подготовка: что сделать до визита — развёрнутая инструкция.
- Какие анализы могут назначить — чтобы не удивляться направлениям.
- 10–15 вопросов, которые стоит задать — для тех, кто боится забыть главное.

Дисклеймер

Чек-лист справочный: точные требования могут отличаться в разных клиниках. Финальный список — за вашим врачом.



