

bilans nastolatki

Imię	Nazwisko	Data urodzenia	Wiek

- + WYSOKOŚĆ CIAŁA cm centyl
 - + MASA CIAŁA kg centyl
 - + CIŚNIENIE mm Hg
 - + WZROK
 - ostrość wzroku: bez okularów w okularach OP OL
 - wada refrakcji
 - zez: niewidoczny widoczny
 - cover test: ujemny dodatni
 - odbicie światła na rogówkach: symetryczne niesymetryczne
 - + SŁUCH
 - prawidłowy nieprawidłowy test: słowny audiometryczny
 - + UKŁAD RUCHU
 - prawidłowy podejrzenie: skoliozy koślawych kolan stóp płasko-koślawych
 - inne uwagi:
 -
 - wydano skierowania:
 -
-
data
-
podpis i pieczęć pielęgniarki

Gdy już miesiączkujesz...

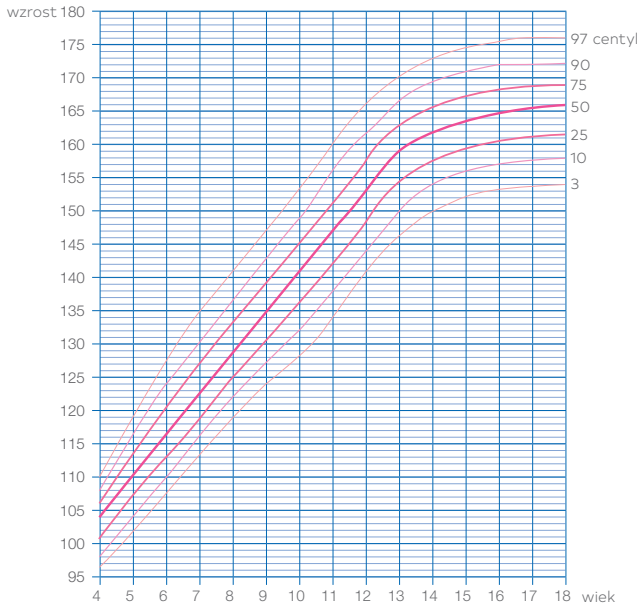
- + data pierwszej miesiączki:
- + pamiętaj zaznaczaj w kalendarzyku kiedy pojawia się okres,
- + pobierz aplikację Cycle i kontroluj swój cykl,
- + spakuj do plecaka podpaskę, wtedy nie zaskoczy Cię wcześniejsza miesiączka.

Pamiętaj!

- + pierwsze miesiączki mogą być nieregularne,
- + regularny cykl trwa od 24 do 36 dni,
- + pierwszy dzień cyklu to pierwszy dzień miesiączki.

Okres dojrzewania to czas, kiedy zmienia się pH miejsc intymnych
- możesz już zacząć używać delikatne płyny do higieny intymnej.

siatka centylowa
WYSOKOŚCI CIAŁA DZIEWCZĄT



siatka centylowa
MASY CIAŁA DZIEWCZĄT

