

## DEINE SCHULÄRZTIN / DEIN SCHULARZT: IMMER FÜR DICH DA!

**Deine Schulärztin oder dein Schularzt ist regelmäßig bei dir an der Schule und steht dir für alle Fragen rund um deine Gesundheit zur Verfügung.** Die genauen Zeiten an denen du kommen und anklopfen kannst, hängen beim Schularztzimmer. **Wie für alle Ärztinnen und Ärzte, gilt auch für Schulärztinnen und Schulärzte die ärztliche Schweigepflicht.** Das bedeutet, dass niemand von euren Gesprächen erfährt, wenn du das nicht willst.

Für einen Besuch bei deiner Schulärztin oder deinem Schularzt brauchst du keinen Termin und keine E-Card. Egal was dir weh tut, welche Probleme du hast oder über welche Sorgen du sprechen willst: **deine Schulärztin oder dein Schularzt ist für dich da und versucht dir zu helfen. Kein Thema ist zu groß oder zu klein und dir braucht auch wirklich nichts peinlich zu sein.**



Klopf einfach an, wenn du ...

... Schmerzen hast oder du dich verletzt hast. Deine Schulärztin oder dein Schularzt ist ein Profi im Bereich Erste Hilfe.

... Fragen zu deiner Gesundheit oder deinem Körper hast. Wenn du wissen willst, ob etwas „normal“ ist oder Anlass zur Sorge besteht.

... mit deinem Körper unzufrieden bist oder das Gefühl hast du bist zu klein, zu groß, zu dick oder zu dünn. Sprich darüber und lass dir helfen.

... das Gefühl hast, nach etwas süchtig zu sein und du nicht weißt, wie du damit umgehen sollst.

... wenn es dir psychisch nicht gut geht. Gesundheit ist nicht nur etwas Körperliches. Auch deine Seele ist wichtig!

... wenn dir alles zu viel wird und du das Gefühl hast, dein Leben einfach nicht mehr allein meistern zu können.

... mit deinen Eltern oder deinen Mitschülerinnen und Mitschülern Probleme hast. Wenn du gemobbt wirst, dich überfordert oder ausgeschlossen fühlst.

... wenn du in einer schwierigen Situation oder einer schlechten Phase keinen Ausweg weißt und einen Erwachsenen zum Reden brauchst.

Deine Schulärztin oder dein Schularzt ist eine Schnittstelle zwischen dir und deiner Schule sowie deinen Eltern, wenn du das möchtest und es notwendig ist. Bei manchen gesundheitlichen Problemen kann es sein, dass du an eine spezialisierte Fachärztin oder einen Facharzt für einen bestimmten Bereich weitergeleitet wirst.

**Gibt es Probleme, die an der Schule – zum Beispiel mit Lehrerinnen und Lehrern oder Mitschülerinnen und Mitschülern – gelöst werden können, steht dir deine Schulärztin oder dein Schularzt dabei zur Seite.** Alle notwendigen Schritte werden vorher mit dir abgesprochen, nichts passiert, ohne dass du es möchtest!

**Schau auf dich und auf das, was du brauchst, um dich gut zu fühlen.** Es gibt viele Themen rund um die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, über die du Bescheid wissen solltest. Angefangen bei Verhütung, sexuell übertragbare Erkrankungen und Impfungen bis hin zu Essstörungen und ausgewogener Ernährung, selbstverletzendem Verhalten oder dem richtigen Maß an Bewegung. Sprich mit deiner Schulärztin oder deinem Schularzt, wenn du etwas wissen möchtest oder wenn du Hilfe brauchst.

Auf [www.schulaerzte.at](http://www.schulaerzte.at) findest du viele Informationen rund um Gesundheitsthemen.

**Deine Gesundheit ist wichtig! Du bist wichtig!**

**Deine MR Dr.in Claudia Mark**

Präsidentin der Gesellschaft der Schulärzt:innen Österreichs (GSÖ)