

## Sante Mantal Timoun Ou: Sou Kisa pou Ou Chita Pale Pandan yon Vizit kay Doktè

Antanke paran, ou konnen nan ki pwen li enpòtan pou ou reflechi sou sante fizik timoun ou an pandan yon vizit swen jeneral. Men, èske ou te konnen pedyat timoun ou an enterese nan tout aspè devlopman an bòn sante timoun nan? Sa gen sante mantal ladann.

Vizit swen jeneral timoun ou an se moman ideyal pou abòde nenpòt pwoblèm ou genyen sou plan emosyonèl, konpòtmantal oswa sante mantal. Li enpòtan pou abòde nenpòt enkyetid kounye a, egzakteman jan ou ta fè li pou pwoblèm sante fizik yo. Sa ede doktè yo idantifye pwoblèm sante mantal yo bonè, anvan yo vin twò grav.

Gen anba a kèk chanjman doktè timoun ou an ta renmen konnen.

### CHANJMAN NAN KONPÒTMAN

Èske te gen nenpòt chanjman vizib nan konpòtmant abityèl timoun ou an?

Pa egzanp:

- Apeti ak abitud manje
- Somèy (plis oswa mwens anpil, sanble fatige toutan)
- Karaktè (tristès, enkyetid, kè sou biskèt, anksyete, estrès, chimerik)
- Relasyon avèk zanmi (mwens zanmi, rezistans pou patisipe nan moman pou jwe oswa nan kan dete)
- Konpòtmant lakay (distrè, agresif, obsede, mwens souplès oswa fache pou ti bagay, kriz kòlè)
- Volonte pou ale lekòl
- Rapò sou konpòtmant nan lekòl
- Rannman eskolè nan lekòl
- Kominikasyon avèk paran, frè ak sè oswa lòt manm fanmi
- Twalèt oswa pipi nan kabann

### CHANJMAN NAN PÈSONALITE

Èske te gen nenpòt chanjman aklè nan pèsonalite timoun ou an?

Pa egzanp:

- Plis fèmèn sou limenm oswa izole
- Li plis kolan
- Kriye oswa aji pi rechiya pase dabitid
- Nouvo obsesyon (lòd, jwèt videyo, rityèl, manje)
- Pi dezobeyisan oswa pa respekte règ

### CHANJMAN NAN ENTERÈ

Èske enterè timoun ou an chanje toudenkou oswa chanje anpil?

Pa egzanp:

- Pa fè bagay li renmen anjeneral (pase tan avèk zanmi, mizik, espò)
- Pase anpil kantite tan nan nouvo aktivite (fè egzèsis, gade televizyon)

### REZIME

Nenpòt nan siy avètisman sa yo ka chanjman tanporè nan timoun ou an. Oswa se gendwa kòmansman yon bagay ki pi grav. Pa bliye ke 50% nan pwoblèm sante mantal yo kòmanse nan laj 14 zan. Kidonk, ou ta dwe abòde nenpòt pwoblèm nan vizit swen jeneral timoun ou an kòm yon pati nan sante li anjeneral.