

CHECKLISTE KINDER VORSORGETERMINE

DIE WICHTIGSTEN VORSORGE- UND ARZTTERMINE

Stand Oktober 2026

Alle U-Untersuchungen, Impfungen nach STIKO 2026 sowie Zahnarzt- und Augenarzt-Termine von der Geburt bis 17 Jahre, nach Alter sortiert

Name des Kindes: _____

Geburtsdatum: _____

KINDERARZT

Warum U-Untersuchungen?

Sie finden Entwicklungsverzögerungen, Seh-, Hör- und Sprachprobleme oder angeborene Erkrankungen früh, oft bevor Eltern etwas bemerken

U1-U9 und J1 zahlt jede Krankenkasse

IMPFUNG

Warum nach STIKO impfen?

Babys sind z.B. gegen Keuchhusten, Meningokokken oder Pneumokokken besonders verletzlich

Der Zeitplan sorgt dafür, dass der Schutz steht, bevor die Gefahr am größten ist

ZAHNARZT

Warum schon mit dem ersten Zahn?

Milchzähne halten den Platz für die bleibenden Zähne und sind wichtig fürs Sprechen und Kauen

Frühkindliche Karies ist häufig und Fluoridlack und Putzberatung beugen vor

AUGENARZT

Warum zusätzlich zum Augenarzt?

Kinder merken nicht, dass ein Auge schlechter sieht

Der Sehtest beim Kinderarzt ist ein Suchtest und ersetzt keine augenärztliche Untersuchung

Gut zu wissen

Zu jedem Termin mitnehmen: Gelbes Untersuchungsheft, Impfpass, Versichertenkarte

Termine früh vereinbaren: Die Zeiträume der U-Untersuchungen sind eng

Verpasste Impfungen: Lassen sich fast immer nachholen (es muss nicht neu begonnen werden)

U10, U11 und J2 wird nicht von allen Krankenkassen übernommen (nachfragen)

Mögliche Abweichungen vom Schema bei Frühgeborenen oder chronisch kranken Kindern

Alle Termine nach Alter

Geburt / Erste 10 Tage

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ KINDERARZT	U1- Neugeborenen-Untersuchung Atmung, Herzschlag, Muskelspannung, Aussehen und Reflexe Gewicht, Größe, Kopfumfang Erste Vitamin K-Gabe	Direkt nach der Geburt	_____
☐ KINDERARZT	Neugeborenen-Screening und Hörtest Blutentnahme aus der Ferse auf angeborene Stoffwechsel- und Hormonstörungen Dazu Hörscreening und Sauerstoffmessung	36. – 72. Lebensstunde	_____
☐ KINDERARZT	U2 Ganzkörperuntersuchung Zweite Vitamin K-Gabe Beratung zu Vitamin D und Fluorid	3. – 10. Lebenstag	_____
☐ IMPFUNG	RSV-Prophylaxe Immunisierung mittels monoklonalen Antikörpern <u>Geboren Oktober bis März:</u> Möglichst bald nach der Geburt, ideal bei der U2 <u>Geboren April bis September:</u> Im Herbst vor der ersten Saison	Vor bzw. in der ersten RSV-Saison, je nach Geburtsmonat	_____

1 – 2 Monate

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ KINDERARZT	U3 Ultraschall der Hüften Ganzkörperuntersuchung Dritte Vitamin K-Gabe Trinken, Gewicht, Entwicklung	4. – 5. Lebenswoche	_____
☐ IMPFUNG	Rotaviren – 1. Dosis Schluckimpfung	Ab 6 Wochen	_____
☐ IMPFUNG	6-fach-Impfung – 1. Dosis Tetanus, Diphtherie, Pertussis, Hib, Poliomyelitis, Hepatitis B	2 Monate	_____
☐ IMPFUNG	Pneumokokken – 1. Dosis	2 Monate	_____
☐ IMPFUNG	Meningokokken B – 1. Dosis	2 Monate	_____

3 – 4 Monate

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ IMPFUNG	Rotaviren – 2. Dosis Schluckimpfung	3 Monate (mind. 4 Wochen nach der 1. Dosis)	_____
☐ KINDERARZT	U4 Motorik, Hören, Sehen, Ernährung, Entwicklung	3. – 4. Monat	_____
☐ IMPFUNG	6-fach-Impfung – 2. Dosis Tetanus, Diphtherie, Pertussis, Hib, Poliomyelitis, Hepatitis B	4 Monate	_____
☐ IMPFUNG	Pneumokokken – 2. Dosis	4 Monate	_____
☐ IMPFUNG	Meningokokken B – 2. Dosis	4 Monate	_____

☐	IMPFUNG	Rotaviren – 3. Dosis Schluckimpfung Achtung: Je nach verwendetem Impfstoff evtl. keine 3. Dosis nötig!	4 Monate (mind. 4 Wochen nach der 2. Dosis)	_____
--------------------------	---------	--	---	-------

6 – 9 Monate

NEU 2026: Zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchungen Z1–Z6, werden jetzt im U-Heft dokumentiert

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ KINDERARZT	U5 Greifen, Drehen, Sitzen, Lautbildung Verweis zum Zahnarzt im gelben Heft	6. – 7. Monat	_____
☐ ZAHNARZT	Z1 – Erster Zahnarztbesuch Blick auf die ersten Zähne Tipps zum Putzen und Fluorid Ab 6 Monaten bis 6 Jahre übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen das Auftragen von Fluoridlack zweimal pro Kalenderjahr	6. – 9. Monat Ab dem ersten Zahn	_____
☐ AUGENARZT	Augenarzt für Risikokinder Bei Frühgeburt, familiärem Schielen, starker Fehlsichtigkeit in der Familie oder erblichen Augenerkrankungen	6. – 12. Monat	_____

10 – 12 Monate

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ KINDERARZT	U6 Krabbeln, Hochziehen, Erste Silben, Feinmotorik	10. – 12. Monat	_____
☐ IMPFUNG	6-fach-Impfung – 3. Dosis Tetanus, Diphtherie, Pertussis, Hib, Poliomyelitis, Hepatitis B	11 Monate (mind. 6 Monate nach der 2. Dosis)	_____
☐ IMPFUNG	Pneumokokken – 3. Dosis	11 Monate (mind. 6 Monate nach der 2. Dosis)	_____
☐ IMPFUNG	MMR + Windpocken – 1. Dosis Masern, Mumps, Röteln + Windpocken Masernschutz ist in Deutschland Pflicht für Kita und Schule	11. – 14. Monat	_____

☐	ZAHNARZT	Z2 Zahnentwicklung, Karieskontrolle, Putz- und Ernährungstipps	10. – 20. Monat	_____
--------------------------	----------	--	-----------------	-------

1 – 2 Jahre

NEU 2026: Meningokokken C-Impfung mit 12 Monaten entfällt
Stattdessen gibt es MenACWY mit 12-14 Jahren

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ IMPFUNG	Meningokokken B – 3. Dosis	12 Monate (mind. 6 Monate nach der 2. Dosis)	_____
☐ IMPFUNG	MMR + Windpocken – 2. Dosis Masern, Mumps, Röteln + Windpocken	15 Monate, spätestens mit 23 Monaten	_____
☐ KINDERARZT	U7 Laufen, Erste Wörter und Zwei-Wort-Sätze, Sozialverhalten	21. – 24. Monat	_____
☐ ZAHNARZT	Z3 Milchgebiss kontrollieren, Kariesrisiko, Zahnpflegetipps	21. – 33. Monat	_____

2 – 3 Jahre

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ AUGENARZT	Augenärztliche Vorsorge für alle Kinder Früherkennung von Fehlsichtigkeit, Schwachsichtigkeit und unauffälligem Schielen	30. – 42. Monat	_____
☐ KINDERARZT	U7a Erster richtiger Sehtest, Sprache, Sozialverhalten	34. – 36. Monat	_____
☐ ZAHNARZT	Z4 Zahnkontrolle, Kariesrisiko, Mundhygiene, Ernährung	34. – 38. Monat	_____

4 – 5 Jahre

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ KINDERARZT	U8 Sehen, Hören, Aussprache, Motorik, Selbstständigkeit	46. – 48. Monat	_____
☐ ZAHNARZT	Z5 Zahnentwicklung, Kariesrisiko, Zahnfleisch prüfen, Zahnpflegetipps	49. – 60. Monat	_____

5 – 6 Jahre / Vor der Einschulung

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ KINDERARZT	U9 Schulreife: Konzentration, Sprache Sehprüfung vor Einschulung	60. – 64. Monat	_____
☐ ZAHNARZT	Z6 Zahnwechsel kontrollieren, Kariesrisiko, Zahnpflegetipps	61. – 72. Monat	_____
☐ IMPFUNG	Auffrischung Tetanus, Diphtherie, Pertussis	5 – 6 Jahre	_____

6 – 11 Jahre

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ ZAHNARZT	Individualprophylaxe Kontrolle, Putzanleitung, Fluoridierung	Halbjährlich von 6 bis 17 Jahren	_____ Starttermin
☐ ZAHNARZT	Fissurenversiegelung Versiegelung der ersten bleibenden Backenzähne	Ca. 6 – 8 Jahre, wenn die Zähne durch sind	_____
☐ KINDERARZT	U10 Lese-, Rechtschreib- und Rechenschwäche, Aufmerksamkeit, Motorik	7 – 8 Jahre	_____

☐	IMPFUNG	HPV – 2 Dosen Nachholen bis 17 möglich (ab 15 Jahren sind es 3 Dosen)	9 – 14 Jahre, Abstand mind. 5 Monate	_____
☐	IMPFUNG	Auffrischung Tetanus, Diphtherie, Pertussis + Polio	9 – 16 Jahre	_____
☐	KINDERARZT	U11 Schulleistung, Medienkonsum, Bewegung, Ernährung	9 – 10 Jahre	_____

12 – 17 Jahre

Bereich	Termin	Wann	Erledigt am
☐ KINDERARZT	J1 – Jugenduntersuchung Pubertät, Haltung, Impfstatus prüfen	12 – 14 Jahre	_____
☐ IMPFUNG	Meningokokken ACWY Neue Standardimpfung seit 2026, ersetzt die frühere Men C-Impfung im Kindesalter	12 – 14 Jahre, Nachholen bis 24 Jahre	_____
☐ ZAHNARZT	Fissurenversiegelung Versiegelung der zweiten bleibenden Backenzähne	Ca. 12 – 13 Jahre	_____
☐ KINDERARZT	J2 – Jugenduntersuchung Berufswahl, Haltung, Diabetes- Vorsorge Gespräch kann auf Wunsch ohne die Eltern stattfinden	16 – 17 Jahre	_____

Haftungsausschuss

Diese Übersicht ersetzt keine ärztliche Beratung. Alle Inhalte dieser Liste sind ohne Anspruch auf Vollständigkeit und ohne Gewähr. Irrtümer und Änderungen bleiben vorbehalten.

Grundlagen: STIKO-Impfempfehlungen 2026 (Epid. Bull. 4/2026), G-BA Kinder-Richtlinie (U1–U9, J1), G-BA Richtlinie zur zahnärztlichen Früherkennung (Z1–Z6, gültig seit 01.01.2026) und Individualprophylaxe (GKV), Empfehlungen des Berufsverbands der Augenärzte (BVA)