DÍVKY

Jméno:

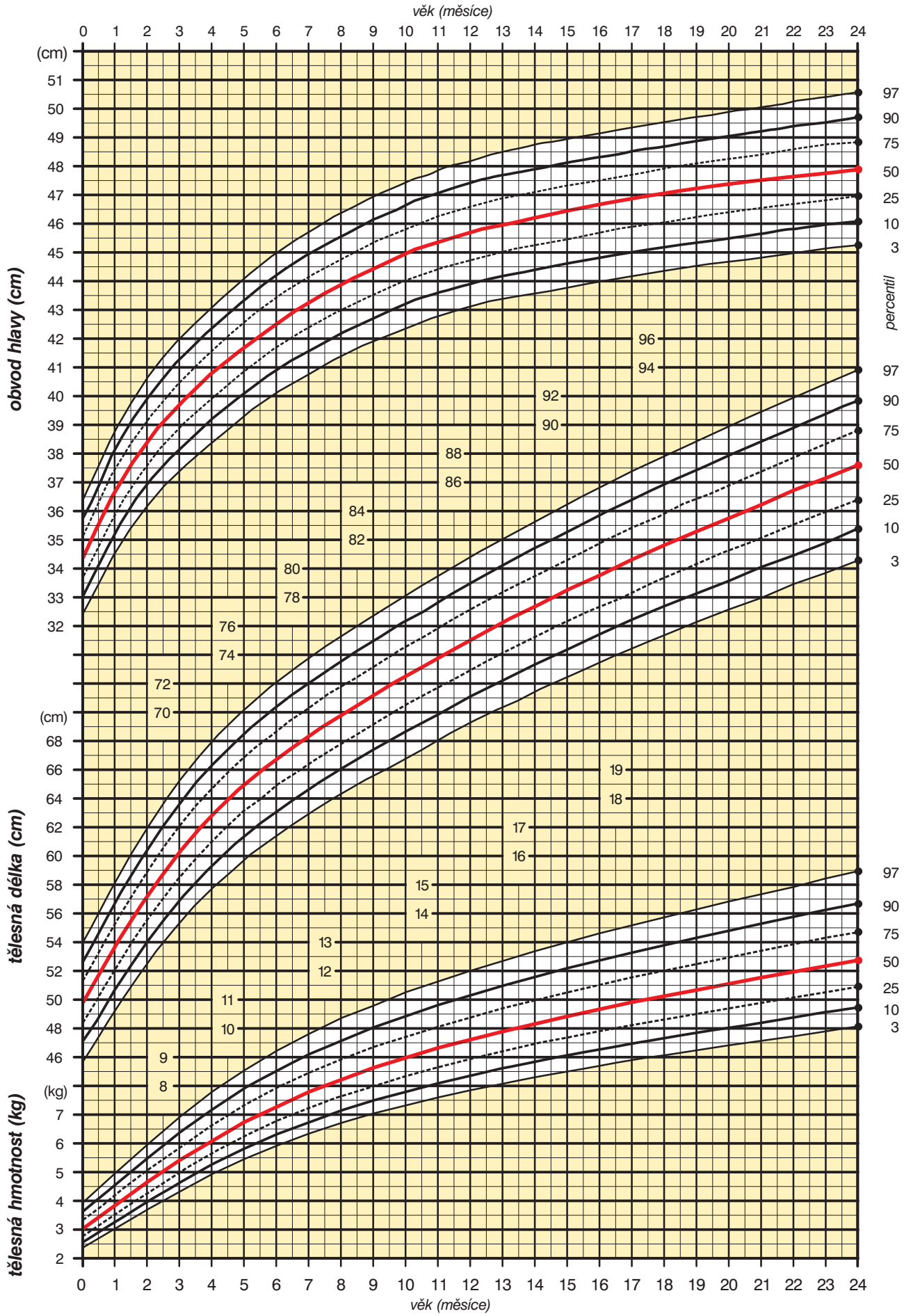
.....

Porodní váha: ..... g

Porodní délka: ..... cm

Týden porodu: .....

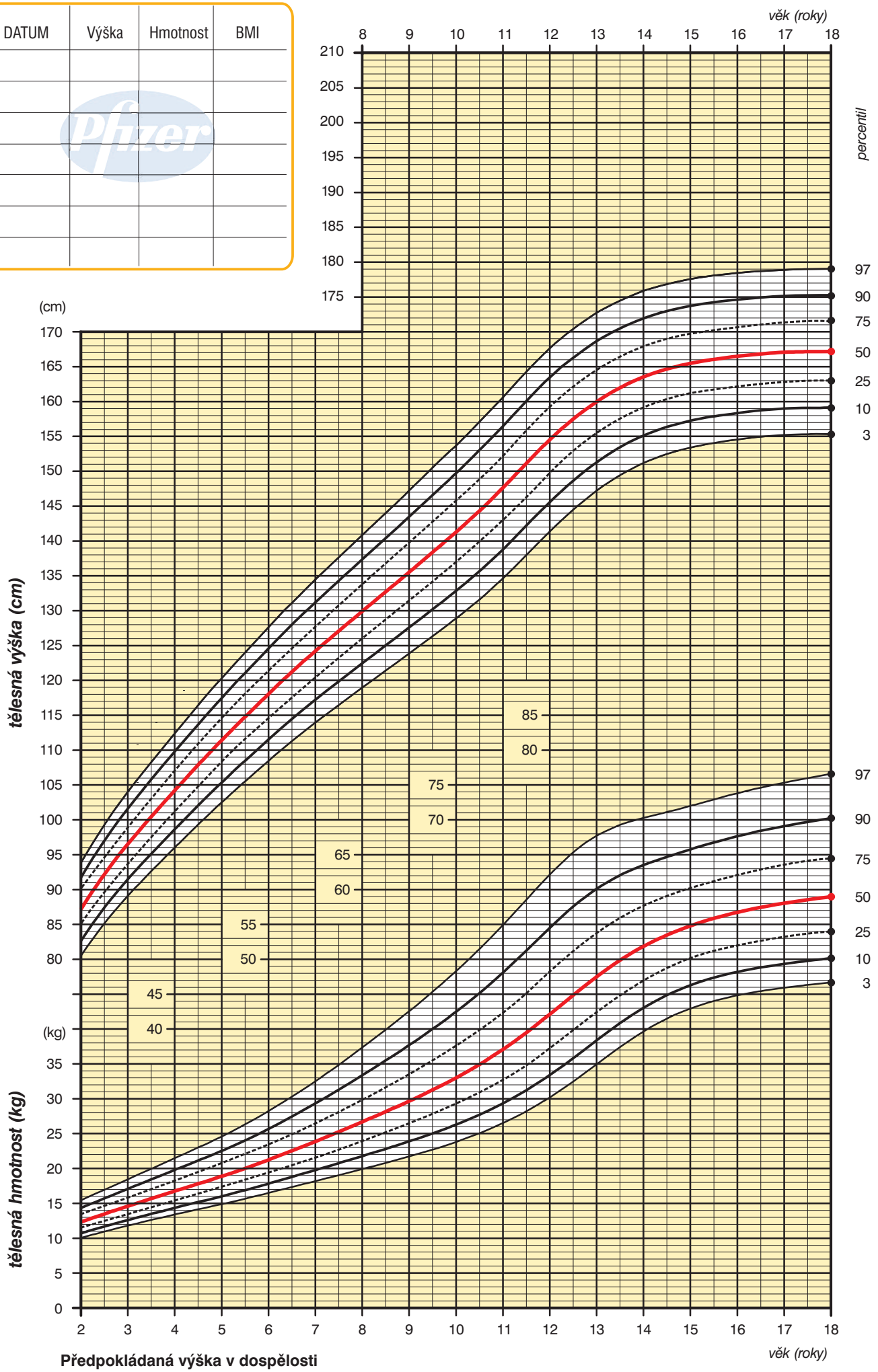
TĚLESNÁ HMOTNOST / TĚLESNÁ DÉLKA / OBVOD HLAVY (0-24 MĚSÍCŮ)



Zdroj: Lhotská L., Bláha P., Vignerová J., et al.:
V. celostátní antropologický výzkum dětí a mládeže 1991. České země. SZÚ, Praha 1993.
Vignerová J., Riedlová J., Bláha P. et al.:
6. Celostátní antropologický výzkum dětí a mládeže 2001. Česká republika.
Souhrnné výsledky. Praha: PřF UK, SZÚ, Praha 2006.

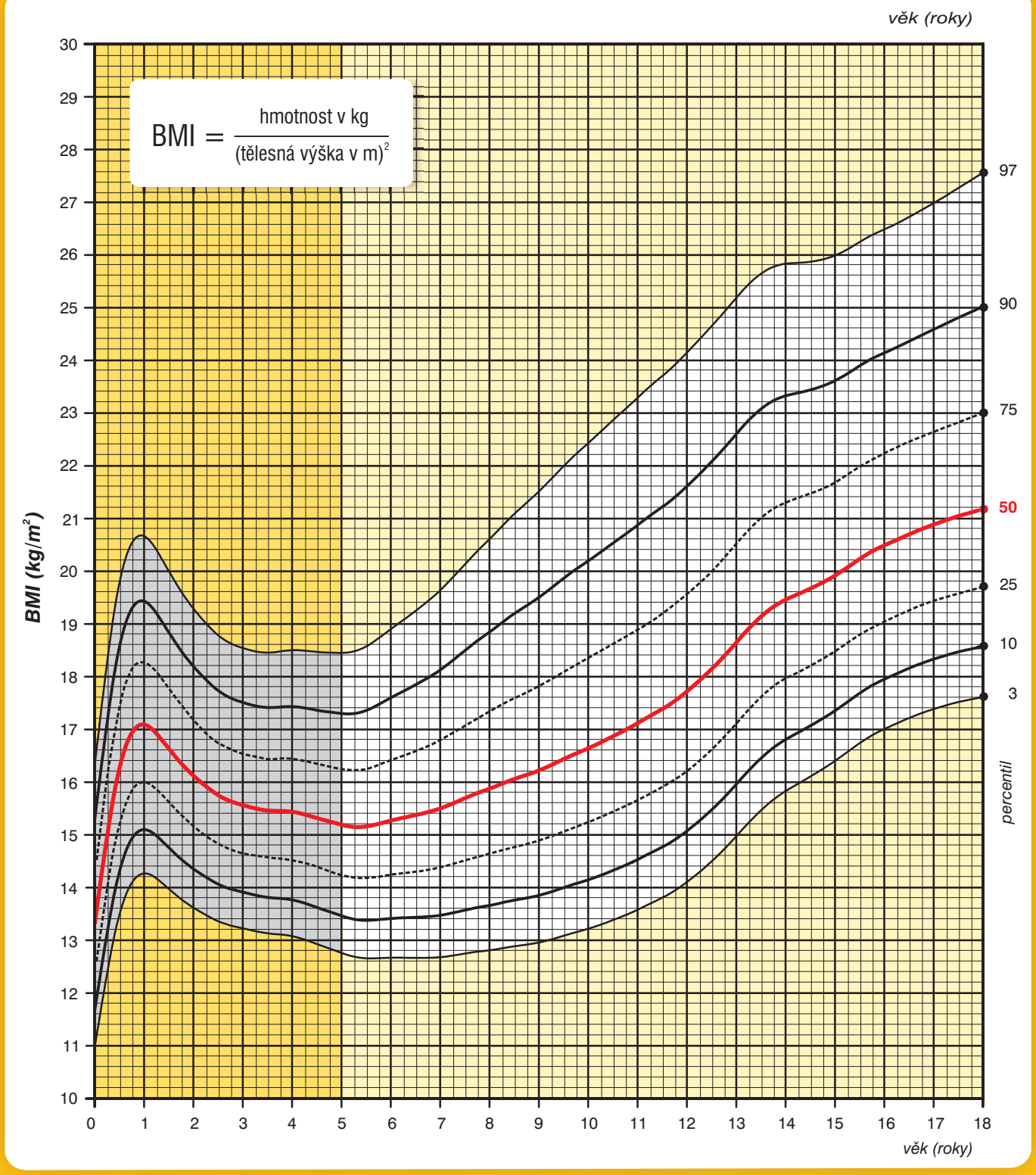
TĚLESNÁ VÝŠKA A HMOTNOST (2-18 LET)

DATUM	Výška	Hmotnost	BMI



Předpokládaná výška v dospělosti

[**výška matky** _____ + (**výška otce** _____ - 13 cm)] / 2 = výsledek _____ ± 8,5 cm



METODIKA MĚŘENÍ

TĚLESNÁ HMOTNOST

Tělesnou hmotnost zjišťujeme u dětí do 18 měsíců na kojenecké váze, u dětí schopných samostatného stání na osobní nášlapné váze. Kojenci se váží nazí na podložce, jejíž hmotnost se odečítá, ostatní nejlépe ve spodním prádle. Na váze stojí dítě rovnoměrně na obou nohách, vždy bez obuvi, paže visí volně podél těla, ničeho se nepřidržuje a nedotýká. Použitá měřidla: **osobní váha, kojenecká váha**.

OBVOD HLAVY

Obvod měříme pásovou mírou vedenou těsně nad obočím a vzadu přes největší vyklenutí týlu. Pásová míra přiléhá těsně k hlavě, není položena přes horní okraj ušního boltce a je po obou stranách hlavy stejně vysoko. Měříme zpředu. Neměříme přes sponky, gumičky, drdoly, čelenky atd., požádáme o odložení. (Někdy je nutno odstranit úpravu účesu.) Měříme s přesností na 0,1 cm. Použitá měřidla: **pásová míra**.

TĚLESNÁ DÉLKA / TĚLESNÁ VÝŠKA

Tělesná délka / výška je vzdálenost temena hlavy od podložky. U dětí do 24 měsíců používáme korýtko nebo na přebalovacím stole upevněnou pásovou míru. U kojenců je třeba k měření dvou osob, jedna drží dítěti hlavičku tak, aby se temeno dotýkalo svislé plochy u nulového bodu měřidla. Druhá osoba drží natažené nohy dítěte u kotníků a přisune posuvnou kolmou plochu (např. dřevěný blok) k patičkám dítěte a odečte délku na stupnici. Podmínkou správného měření je, aby byly nohy dítěte natažené v kolenou a aby se obě paty dotýkaly posuvné svislé plochy současně. Měříme s přesností na 0,1 cm.

Výšku těla vstoje měříme u svislé stěny, při měření stojí dítě vzpřímeně na rovné podložce, rovnoměrně na obou nohách, paty i špičky nohou jsou u sebe, paže volně podél těla. Dítě se dívá před sebe (pohled „upřený do dálky"). Záda, hýždě a paty se dotýkají svislé stěny, týl hlavy výjimečně. Před měřením je nutno odstranit případnou úpravu účesu na temeni hlavy. Použitá měřidla: **korýtko**, **pásová míra**, **antropometr aj**.

PERCENTILOVÉ GRAFY

Děti do 2 let: Grafy obvodu hlavy, tělesné délky a hmotnosti (str. 1) jsou umístěny na společné věkové stupnici tak, aby podaly ucelenou informaci o prospívání dítěte. U kojenců a dětí do 2 let slouží růstové grafy zejména k posouzení přiměřenosti výživy mateřským mlékem a posléze k posouzení přiměřenosti doplňkové stravy. K tomuto hodnocení doporučujeme graf hmotnosti vztažené k tělesné délce (str. 4), který je možno využívat k posuzování proporcionality i u dětí starších (do 120 cm).

Děti 2-18 let: U starších dětí umožňují růstové grafy tělesné výšky (str. 2) včasné zachycení růstových poruch i chorob spojených se zpomalením růstu (např. celiakie, Crohnova chorba, metabolické poruchy, srdeční choroby aj., vč. nádorových onemocnění). Tento graf předkládáme opět v kombinaci s grafem hmotnosti (str. 2), na společné věkové stupnici. Pro posouzení nízké hmotnosti, nadváhy a obezity používáme pro děti starší 5 let zařazení do percentilového pásma grafu body mass indexu (BMI), (str. 3).

HODNOCENÍ TĚLESNÉ VÝŠKY

Tělesná výška je rozměrem, který citlivě vypovídá o celkovém prospívání dítěte. Vzhledem k tomu, že je rovněž silně ovlivněna geneticky, je třeba při jejím hodnocení přihlížet i k tělesné výšce rodičů, zejména u extrémních hodnot. Není zcela rozhodující, do kterého percentilového pásma je dítě zařazeno, ale zda jeho růstová křivka sleduje dané percentilové pásmo. Varující je především zpomalení nebo zastavení individuální růstové křivky.

HODNOCENÍ BODY MASS INDEXU

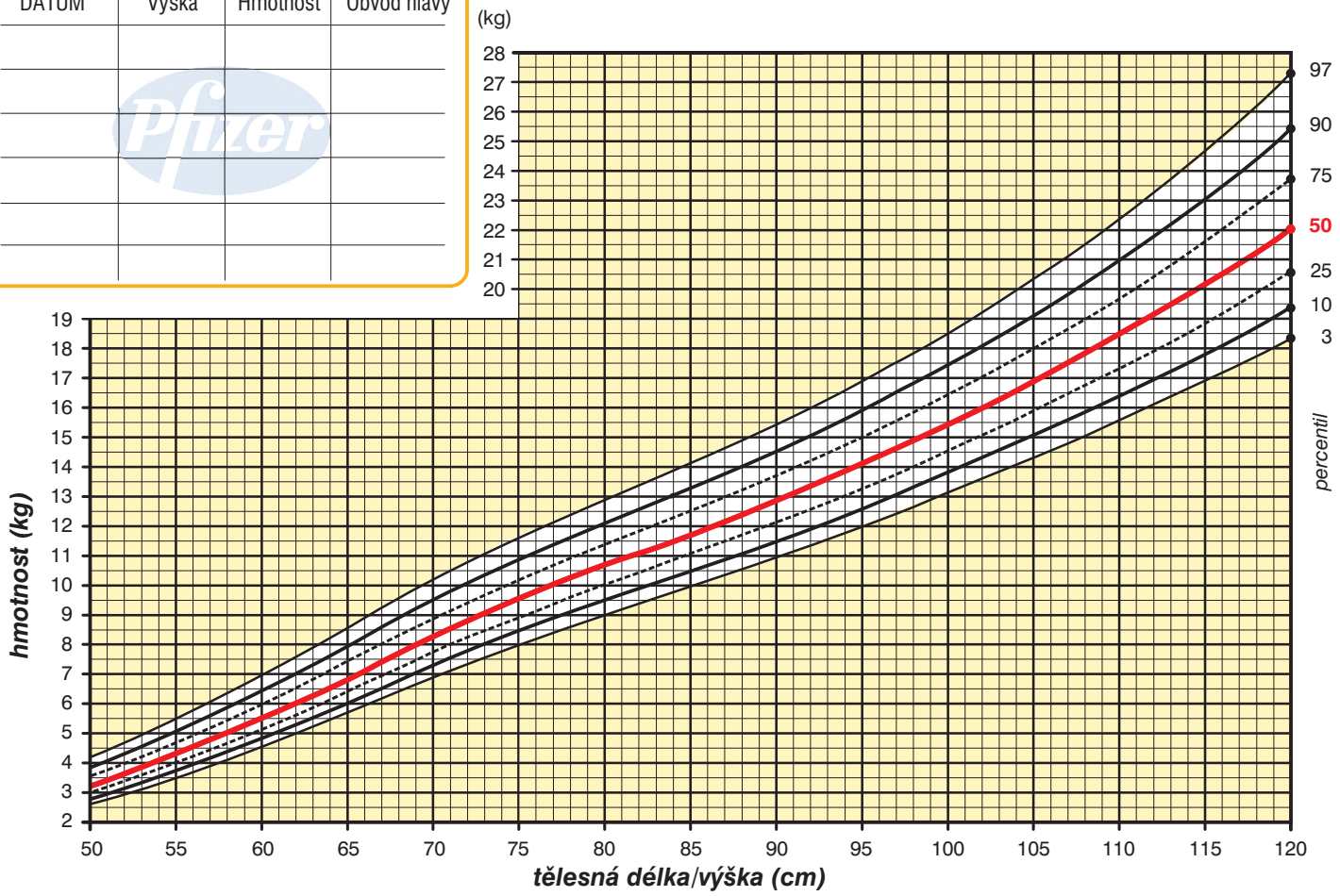
Za nízkou hmotnost je považováno zařazení dítěte podle grafů hmotnosti k tělesné výšce nebo BMI do pásma pod 10. percentilem, dítě zařazené v grafu hmotnosti k výšce nebo hodnotou BMI v pásmu pod 3. percentilem považujeme za hubené a je nutné pátrat po příčině.

Za nadměrnou hmotnost považujeme hodnoty mezi 90. a 97. percentilem, za obezitu zařazení do pásma nad 97. percentilem. Zařazení dítěte mladšího 5 let do percentilového pásma podle grafu hmotnosti k tělesné výšce a zároveň do grafu BMI (tmavší oblast grafu ze str. 3) nemusí být vždy totožné. U těchto dětí je vhodné využít k posouzení stavu výživy spíše grafu hmotnosti k tělesné výšce na str.4.

Zejména u dospívajících chlapců je nutno přihlížet k rozvoji svalové hmoty sledovaného jedince. Vyšší hodnoty BMI nemusí v některých případech jednoznačně znamenat zvyšující se podíl tukové složky. Při vysokých hodnotách BMI, kdy jde o nadměrné hromadění tuku, je vhodné provést laboratorní vyšetření (celkový cholesterol, LDL, HDL, TRG, glykemie nalačno aj.), případně předat pacienta příslušnému specialistovi.

percentilové pásmo	hodnocení tělesné výšky	hodnocení BMI
97 <	velmi vysoké	obézní
90 - 97	vysoké	nadměrná hmotnost
75 - 90	vyšší	robustní
25 - 75	střední	proporční
10 - 25	menší	štíhlé
3 - 10	malé	nízká hmotnost
< 3	velmi malé	hubené

DATUM	Výška	Hmotnost	Obvod hlavy



www.rustovyhormon.cz

Růstové grafy si můžete objednat
nebo sami vytisknout přes internetové stránky:
www.rustovyhormon.cz/odbornik

Pfizer

GEN-2008.01.35