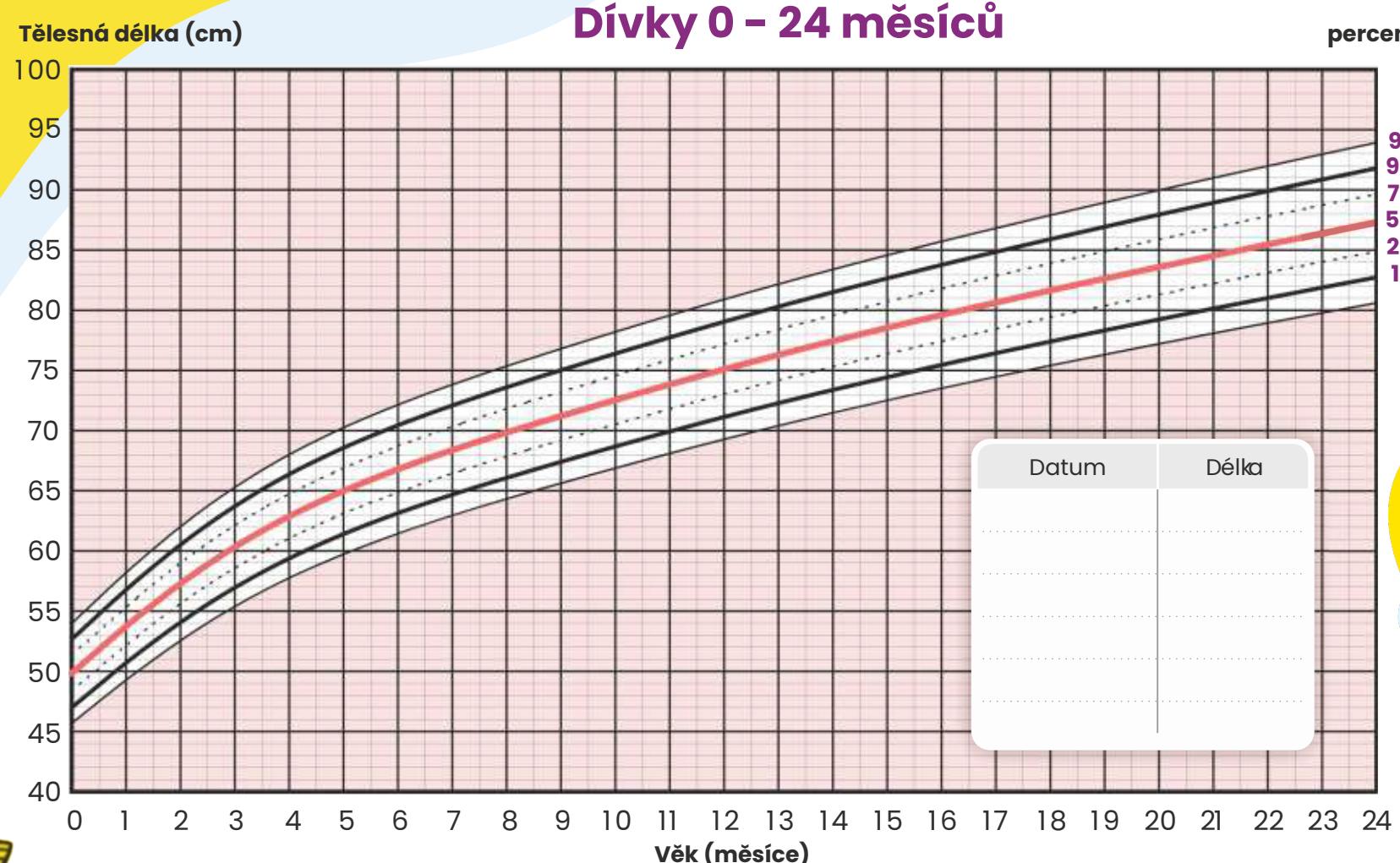


# Tělesná délka

**Jméno  
a příjmení dítěte:**

**Datum narození:**



# Tělesná délka

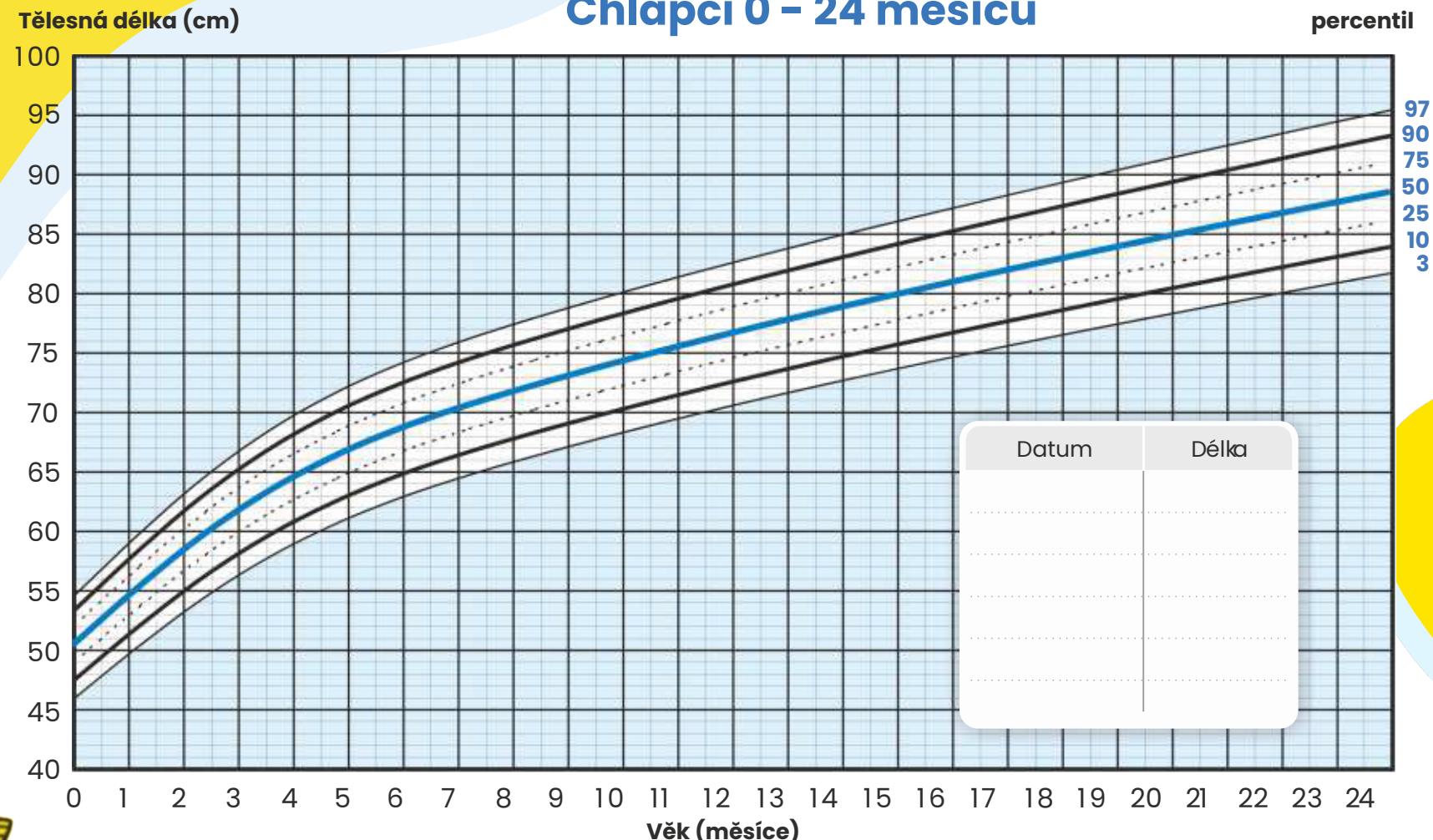
Jméno  
a příjmení dítěte:

Datum narození:

Jako  
z vody



## Chlapci 0 – 24 měsíců



# Informace pro vás

**Percentilové růstové grafy** jsou uživatelsky nejpřenosnější i nejoblíbenější podobou růstových norem. Nejen každému dětskému lékaři, ale také rodičům by tyto grafy měly pomoci průběžně hodnotit všechna základní růstová data dítěte od narození až do jeho 18 let. V těchto grafech lze současně hodnotit, zda dítě roste podle svého růstového dědičného potenciálu, či nikoliv. Z tohoto důvodu je potřeba do grafů zaznamenat rovněž výšku matky a otce.<sup>1</sup>

Vodorovná osa (osa „x“) percentilového grafu vyjadřuje věk v letech, svislá osa (osa „y“) tělesnou výšku v centimetrech. Prostřední tučná křivka zvaná 50. percentil ukazuje v jednotlivých letech růst dítěte, které má střední tělesnou výšku. Pokud je dítě se svou výškou na 50. percentili, 50 % stejně starých dětí je větších a 50 % je menších. Číslo percentilu vyjadřuje, jaké procento dětí má tělesnou výšku nižší, než vymezuje příslušná křivka. Pokud se tedy vaše dítě nachází na 25. percentili, znamená to, že pouze 25 % dětí stejného věku je menších, a tím pádem je zároveň 75 % dětí větších. Pásma střední tělesné výšky je vymezeno plochou mezi 25. a 75. percentilem. V rozmezí tohoto pásmo se nachází polovina dětí.

Dítě s malou výškou se nachází pod 3. percentilem.

Percentilový graf také slouží k dlouhodobému sledování růstu. Zdravé dítě obvykle mezi druhými narozeninami a začátkem puberty své pásmo v grafu tělesné výšky nemění. Rovnoměrný růst podél určité křivky grafu je u dítěte nejlepším důkazem jeho dlouhodobého příznivého zdravotního stavu.<sup>2</sup>

## Předpokládaná tělesná výška v dospělosti<sup>2</sup>

Při výpočtu se vychází ze skutečnosti, že rozdíl průměrné výšky mezi dospělými muži a ženami činí 13 cm. Rodič téhož pohlaví (otec/syn, matka/dcera) předává dítěti vlohu, která odpovídá jeho vlastní výšce, rodič opačného pohlaví dítěte (otec/dcera, matka/syn) vlohu o 13 cm zvyšuje (matka/syn) nebo snižuje (otec/dcera).

### Jak tedy spočítáme, jakou vlohu pro tělesnou výšku v dospělosti jsme dítěti předali?

K tělesné výšce rodiče téhož pohlaví (otec/syn, matka/dcera) přičteme výšku druhého rodiče zvětšenou (u chlapců) nebo zmenšenou (u dívek) o 13 cm a součet vydělíme dvěma. Získáme nejpravděpodobnější dospělou výšku dítěte. Pokud k této výšce přičteme 8,5 cm a stejný počet i odečteme, vznikne rozmezí, do kterého naše dítě doroste s pravděpodobností 95 %.

**Předpokládaná tělesná výška v dospělosti u chlapců = [výška otce + (výška matky + 13 cm)] / 2 = výsledek ± 8,5 cm**

**Předpokládaná tělesná výška v dospělosti u dívek = [výška matky + (výška otce - 13 cm)] / 2 = výsledek ± 8,5 cm**

### Příklad:

Pepíkova maminka měří 164 cm a tatínek 176 cm. Pravděpodobnou výšku v dospělosti u Pepíka spočítáme následovně:

$$176 + (164 + 13) = 353$$

$$353 : 2 = 176,5$$

$$176,5 + 8,5 = 185$$

$$176,5 - 8,5 = 168$$

Předpokládaná výška v dospělosti u Pepíka bude 176,5 cm. S 95% pravděpodobností doroste do výšky mezi 168 až 185 cm.

### A jak na to jednoduše s percentilovým grafem?

Výše uvedený výpočet je sice spolehlivý, avšak přináší výsledek, se kterým se nemusíte spokojit. Další možností jak odhadnout budoucí tělesnou výšku je proto využití percentilového grafu. Pro tento odhad se doporučuje použít výšku dítěte ve věku od 2 do 10 (u chlapců 11) let.

Od bodu, který vyznačuje současnou výšku dítěte, protáhneme myšlenou křivku souběžně s nejbližší percentilovou křivkou až na pravý okraj grafu do věku 18 let. Místo, kde tato myšlená křivka protne pravý okraj grafu, naznačuje pravděpodobnou výšku dítěte v dospělosti.

**rustovyhormon.cz**



**Mějte zdravý růst dětí pod kontrolou.  
My vám s tím rádi pomůžeme.**