

# A gyermekek testi fejlődésének mércéje a percentilis táblázat

## A gyermekek testi fejlődésének mércéje a percentilis táblázat

A percentilis táblázatok segítségével a gyermekorvos, iskolaorvos, védőnő és egyéb szakember hasznos információhoz juthat a gyermek fejlődésével kapcsolatban. A percentilis táblázatokat hasznosak, de fontos, hogy megfelelően használjuk, ezért elsősorban kérjük szakember segítségét a táblázat értelmezéséhez gyermekünk fejlődésével kapcsolatban.

A fejlődés követéséhez értelemszerűen a gyermek nemének, életkorának megfelelő táblázatot kell használni és SOHA nem szabad következtetést levonni egyetlen adatból, értékből. A percentilis táblázat lényege a fejlődés követése egészséges gyermekeknél, vagyis több adat esetében lehet csak megállapításokat tenni. Ha lehet, a gyermek születésétől kezdve legyenek feltüntetve az adatokat. Az optimális az, ha az értékek a 10 és 90 percentilis közötti sávokban helyezkednek el.

Amennyiben ez alatt vagy feletti értékek vannak, akkor szükséges vizsgálat, esetleg kivizsgálás, hogy nincs-e valamilyen betegség. Amennyiben az kizárásra került, akkor csak kövessük tovább az értékeket, valószínűleg genetikailag az átlagnál nagyobb vagy kisebb gyermekünk. Amennyiben a gyermek adatai a táblázat párhuzamos ívelt sávjaiban (mint egy autópályán egy útvonalon) haladnak, akkor önmagának megfelelően fejlődik. Így követhetőek a 10 alatti és a 75 feletti sávban lévő értékekkel rendelkező gyermekek is, hogy önmagukhoz képest jól fejlődnek.

Amennyiben bármely sávból két sávnyit, akár felfele, akár lefele eltérnek gyermekünk adatai az eddigiekhez képest, ezt jelezzük a gyermekorvosnak, védőnőnek és kérjük segítségét, hogy megvizsgálja, jól értelmeztük-e a táblázatot és kiderítse, szükséges-e orvosi vizsgálat.

Súlyos betegségnél, koraszülötteknel a fejlődés visszamaradhat, a táblázat értelmezése nem vagy nehezen lehetséges. Ilyenkor is jó segítség azonban a gyógyulás követésében, amikor a gyermek értékei az évek során szépen átlépnek az átlagos sávba és ott haladnak tovább.

Percentilis táblázatok a szövegre kattintva kinyomtathatóak és a papíron vezethető gyermekünk fejlődése.

A testhosszúság referencia-percentilis táblázat születéstől 3 éves korig (fiúk)

A testhosszúság referencia-percentilis táblázat születéstől 3 éves korig (lányok)

A testtömeg referencia-percentilis táblázat születéstől 3 éves korig (fiúk)

A testtömeg referencia-percentilis táblázat születéstől 3 éves korig (lányok)

A testmagasság referencia-percentilis táblázat 2-18 éves korig (fiúk)

A testmagasság referencia-percentilis táblázat 2-18 éves korig (lányok)

A testtömeg referencia-percentilis táblázat 2-18 éves korig (fiúk)

A testtömeg referencia-percentilis táblázat 2-18 éves korig (lányok)

A testtömeg-index (BMI) referencia-percentilisei 6-18 éves

korig (fiúk és lányok)

Forrás: Országos Longitudinális Gyermeknövekedés-vizsgálat referenciaértékei alapján; Joubert K., Darvay S., Ágfalvi R., KSH Népeségtudományi Kutatóintézet

A honlapról a magyar gyermekekre vonatkozó adatok alapján készült táblázatok tölthetőek le, mert a testméretek változóak az egyes népcsoportokban a genetikai és környezeti hatásoknak megfelelően.

A WHO által készített gyermeknövekedési táblázatok az alábbi oldalról tölthetőek le. Ezek is jól használhatóak, hiszen a változások egy gyermek fejlődése esetében követhetőek lesznek.  
<https://www.who.int/tools/child-growth-standards>