

# Ismertesse a tápláltsági állapot vizsgálómódszereit felnőttek és gyermekek körében!

Ismertesse a tápláltsági állapot vizsgálómódszereit felnőttek és gyermekek körében!

A. Felnőttkorban: Különbéle indexek

1. BMI = testtömeg (kilogrammban mérve) elosztva a testmagasság négyzetével (méterben mérve) =  $\text{kg/m}^2$

A felnőttkori alultápláltság, túlsúly és elhízás nemzetközi osztályozása a BMI alapján. (WHO, 1997.)

18,49 alatt	alultáplált
18,5 – 24,99	normális testsúly
25 – 29,99	túlsúlyos
30 – 34,99	I. fokú elhízás
35 – 39,99	II. fokú elhízás
40 felett	III. fokú (súlyos) elhízás

2. Derékkörfogat

A derékkörfogat mérése különösen hasznos olyan betegek esetében, akik a BMI alapján a normál vagy túlsúlyos tartományba esnek.

Az elhízással kapcsolatos betegségek fokozott kockázata

férfiak: > 102 cm

nők: > 88 cm

### 3. Derék-csípő arány

A hasi elhízás mérésére alkalmas a derékkörfogat és derék-csípő arány mérése, amelyek a BMI-vel korrelálnak.

A csípőkörfogat mérése nehezkesebb lehet, mint a derékkörfogat mérése.

A derékkörfogat mérést előnyben részesítik a derék-csípő arány méréssel szemben.

Derék-csípő arány = derékkörfogat / csípőkörfogat

Egészségügyi Világszervezet (WHO) határértékek és metabolikus szövődmények kockázata

Indikátor	Határérték	Metabolikus szövődmény kockázata
Derékkörfogat	>94 cm (férfi); >80 cm (nő)	Fokozott
Derékkörfogat	>102 cm (férfi); >88 cm (nő)	Lényegesen fokozott
Derék-csípő arány	>0,90 cm (férfi); >0,85 cm (nő)	Lényegesen fokozott

### Testzsír-százalék (felnőtt, gyermek)

triceps bőrredő (mm)

biceps bőrredő (mm)

subscapularis bőrredő (mm)

suprailiacalis bőrredő (mm)

mérőeszköz: CALIPER

B.Gyermekkorban:

Percentilis táblák vagy görbék

BMI határértékek

### **Percentilis görbék, táblázatok:**

Az adott tulajdonság szempontjából reprezentatív populáció nagyszámú egyedének egyéni mérési adatai alapján készülnek.

A percentilis ábrákon feltüntetett értékek megmutatják, hogy az adott életkorú csecsemők vagy gyermekek hány százalékának kisebb, illetve hány százalékának nagyobb a mérete a vizsgált csecsemő vagy gyermek értékétől.

A testhosszúság referencia percentilisei születéstől 2 és 7 éves korig táblázatok ide kattintva letölthetők

A testtömeg-index (BMI) referencia-percentilisei 6–18 éves korig táblázatok ide kattintva letölthetők

Forrás:

[https://semmelweis.hu/nepegeszsegtan/files/2017/04/1617\\_II\\_A0Kgy\\_09\\_Taplalkozas\\_2.pdf](https://semmelweis.hu/nepegeszsegtan/files/2017/04/1617_II_A0Kgy_09_Taplalkozas_2.pdf)

<https://demografia.hu/hu/letoltes/kutatasok/Gyermeknovelkedes-vizsgalatok-teljes-anyag.pdf>