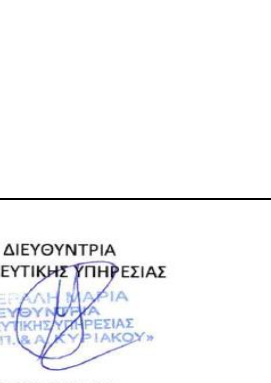




**ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ**



<b>Γενικό Νοσοκομείο Παίδων Αθηνών «Παν. &amp; Αγλαΐας Κυριακού»</b>	
<b>Νοσηλευτικό Πρωτόκολλο Κλινικής Πρακτικής:</b> <b>Μέτρηση, καταγραφή και αξιολόγηση σωματομετρικών δεικτών σε βρέφη και παιδιά</b> <b>Α) Σωματικό βάρος</b>	
<b>Σύνταξη:</b> Μιχαλιτσιάνου Μαίρη, Παιδιατρική Νοσηλεύτρια, RN, MSc	
<b>Επιμέλεια: Γραφείο Εκπαίδευσης Νοσηλευτικής Υπηρεσίας</b> Αλεξάνδρα Δρακάκη, ΠΕ Νοσηλευτική, MSc	
<b>Διευθύντρια Νοσηλευτικής Υπηρεσίας</b> Δρ. Μαρία Γέραλη, ΠΕ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ, MSc, PhD	
<b>Εγκρίσεις:</b>  <b>1. Νοσηλευτική Διεύθυνση</b>	<p>Η ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ ΔΡ. ΓΕΡΑΛΗ ΜΑΡΙΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ Γ.Ν.Π.Α. «Π. &amp; Α. ΚΥΡΙΑΚΟΥ»</p>  <p>ΜΑΡΙΑ ΓΕΡΑΛΗ</p>
<b>2. Επιστημονικό Συμβούλιο</b>	ΠΡΑΚΤΙΚΟ 8 <sup>ης</sup> Συνεδρίασης 30.5.2024 (Θ:2)
<b>3. Διοικητικό Συμβούλιο</b>	ΠΡΑΚΤΙΚΟ 15 <sup>ης</sup> Συνεδρίασης Ε.Η.Δ 19.6.2024 (Θ:5)

**Νοσηλευτικό Πρωτόκολλο Κλινικής Πρακτικής:**  
**Μέτρηση, καταγραφή και αξιολόγηση σωματομετρικών δεικτών σε βρέφη και παιδιά**  
**A) Σωματικό βάρος**

**Σκοπός**

Ο ορθός τρόπος μέτρησης και καταγραφής του σωματικού βάρους σε βρέφη και παιδιά

**Εισαγωγικά στοιχεία**

1. Ο τακτικός έλεγχος της ανάπτυξης αποτελεί ένα από τα βασικά εργαλεία για την αξιολόγηση της διατροφής και της διατροφικής κατάστασης των βρεφών, των παιδιών και των εφήβων και θα πρέπει να αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι των παιδιατρικών υπηρεσιών παροχής υγείας (WHO, 2000).
2. Η παρακολούθηση της ανάπτυξης είναι η τακτική μέτρηση του μεγέθους ενός παιδιού προκειμένου να τεκμηριωθεί η ανάπτυξη. Οι μετρήσεις μεγέθους του παιδιού πρέπει στη συνέχεια να σχεδιαστούν σε ένα αναπτυξιακό διάγραμμα. Αυτό είναι εξαιρετικά σημαντικό καθώς μπορεί να ανιχνεύσει πρόωρες αλλαγές στην ανάπτυξη ενός παιδιού. Παιδιά που αναπτύσσονται πολύ αργά ή πολύ γρήγορα μπορεί να υποδηλώνουν ένα θρεπτικό ή άλλο πρόβλημα υγείας. Η μέτρηση του μεγέθους ενός παιδιού έχει πολύ μικρή αξία εκτός και αν χρησιμοποιείται για την παρακολούθηση της ανάπτυξης.
3. Εκπαιδεύστε το προσωπικό που ασχολείται με την μέτρηση και καταγραφή των σωματομετρικών δεικτών σχετικά με τις διαδικασίες και τα μέτρα ελέγχου λοιμώξεων. Η συχνή εκπαίδευση διασφαλίζει την ποιοτική παροχή νοσηλευτικής φροντίδας
4. Η σωστή εκτίμηση των σωματομετρικών δεικτών είναι ζωτικής σημασίας. Ως σωματομετρικούς δείκτες νοούνται οι:  
**Σωματομετρικοί δείκτες:**
  - Βάρος
  - Ύψος (<24 ετών)
  - Περίμετρος κεφαλής (< 36 μηνών)
  - Περίμετρος βραχίονα
  - Δερματικές πτυχές
  - Δείκτης μάζας σώματος – BMI
5. **Σωματικό βάρος**
  - Η πιο συχνά χρησιμοποιούμενη μέτρηση μεγέθους του σώματος
  - Άμεσος δείκτης θρέψης
  - Μέτρηση σε βρεφικό ζυγό ή ζυγαριά εδάφους με ακρίβεια 0.1kg
  - Ειδικές περιστάσεις (παιδιά με ειδικές ανάγκες).

- Διαδοχικές μετρήσεις ανά τακτά χρονικά διαστήματα ανάλογα με την
  - ✓ ηλικία
  - ✓ πάθηση

#### 6. Φυσιολογική αύξηση βάρους

- Επανάκτηση του βάρους γέννησης τη 10<sup>η</sup>-14<sup>η</sup> ημέρα
- Διπλασιασμός του βάρους στον 4ο – 6ο μήνα
- Τριπλασιασμός του βάρους στον 12ο μήνα
- Η βρεφική ηλικία (0 – 12 μήνες) είναι η περίοδος ταχύτερης αύξησης του βάρους
- Η προσχολική και σχολική ηλικία είναι μια περίοδος πιο αργής και σταθερής αύξησης
- Η εφηβεία είναι η δεύτερη περίοδος ταχείας αύξησης του βάρους

#### 7. Ταχύτητα αύξησης του βάρους

- 0-4 μηνών: 1.0kg/μήνα (30g/ημέρα)
- 5-8 μηνών: 0.75kg/ μήνα (20gm/ ημέρα)
- 9-12 μηνών: 0.50kg/ μήνα (15g/ ημέρα)
- 1-3 ετών: 2.25kg/χρόνο
- 4-9 ετών: 2.75 kg/ χρόνο
- 10-18 ετών: 5.0-6.0kg/ χρόνο (0.5kg/ μήνα)

#### 8. Ερμηνεία αξιολόγησης σωματομετρικών δεικτών

- Η 50η θέση αντιπροσωπεύει τη μέση τιμή της συγκεκριμένης μέτρησης (π.χ. βάρος) του πληθυσμού για το συγκεκριμένο φύλο και ηλικία.
- Τιμές κάτω από την 3η εκατοστιαία θέση και πάνω από την 97<sup>η</sup> εκατοστιαία θέση αποτελούν μη ειδικούς αλλά σημαντικούς δείκτες σοβαρών παθολογικών καταστάσεων.
- Όταν η πρόσληψη ενέργειας είναι ανεπαρκής, πρώτα επηρεάζεται το βάρος, μετά το ύψος και τέλος η περίμετρος κεφαλής.
- Προσοχή απαιτούν οι μεγάλες δυσαναλογίες μεταξύ του ύψους, του βάρους και της περιμέτρου κεφαλής

## Αναλυτική Προσέγγιση- Αιτιολόγηση Πρωτοκόλλου

### A) Απαραίτητο Υλικό

- Ζυγαριά, βρεφοζυγός
- Απολυμαντικό υγρό μικρών επιφανειών
- Υπόστρωμα ή χαρτοσέντονο μιας χρήσεως (για το βρεφοζυγό)
- Πρότυπα διαγράμματα

### B) Εφαρμογή Πρωτοκόλλου

ΒΗΜΑ	ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ	ΑΙΤΙΟΛΟΓΗΣΗ- ΕΠΕΞΗΓΗΣΕΙΣ- ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ
1	Ταυτοποιήστε τον ασθενή	Διασφάλιση της ατομικότητας του ασθενή και αποτροπή λαθών
2	Εξηγήστε στο παιδί και την οικογένεια την επικείμενη διαδικασία	Μείωση του άγχους για το παιδί και δημιουργία κλίματος εμπιστοσύνης με την οικογένεια
3	Πραγματοποιήστε απολύμανση ζυγαριάς ή βρεφοζυγού με απολυμαντικό μικρών επιφανειών (spray) με ευρύ αντιμικροβιακό φάσμα	Μείωση κινδύνου μεταφοράς μικροβιακού φορτίου από παιδί σε παιδί
4	Ελέγξτε τη ζυγαριά <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Επιλογή μονάδας βάρους (kg)</li><li>✓ Μηδενισμός προηγούμενων μετρήσεων</li></ul>	Διασφάλιση ορθότητας και ακρίβειας μετρήσεων
5	Εφαρμόστε υγιεινή των χεριών με σαπούνι και νερό ή αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα	Μείωση της πιθανότητας ανάπτυξης νοσοκομειακής λοίμωξης
6	Αφαιρέστε τα περισσότερα ρούχα, τα παπούτσια και την πάνα (στα βρέφη)	Διασφάλιση ορθότητας μέτρησης, σύμφωνης με το πραγματικό βάρος του παιδιού
7	Εξηγήστε στο παιδί ότι πρέπει να παραμείνει ακίνητο κατά την διαδικασία μέτρησης  <b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ:</b> Τα βρέφη ζυγίζονται ξαπλωμένα ή καθιστά	Επίτευξη σταθεροποίησης της ένδειξης μέτρησης  <b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ:</b> Στα βρέφη είναι δύσκολη η επίτευξη ακινησίας
8	Πραγματοποιήστε εκ νέου υγιεινή χεριών	Μείωση της πιθανότητας ανάπτυξης νοσοκομειακής λοίμωξης
9	Καταγράψτε το αποτέλεσμα στο πρότυπο διάγραμμα (ατομικό για κάθε παιδί)	Η καμπύλη αναφοράς δείχνει το ρυθμό ανάπτυξης του παιδιού
10	<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ:</b> Σε περίπτωση επαναλαμβανόμενων μετρήσεων ζυγίστε την ίδια περίπου ώρα της ημέρας με τις ίδιες συνθήκες (πρωί, ίδια ρούχα, ίδια ζυγαριά )	Σύγκριση και αξιολόγηση μετρήσεων

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### ΚΑΜΠΥΛΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Οι **πρότυπες καμπύλες** ή διαγράμματα, περιγράφουν τον ιδανικό τρόπο που θα πρέπει να αναπτύσσονται τα παιδιά σε ένα περιβάλλον όπου τηρούνται οι κατά το δυνατόν πιο υγιείς πρακτικές.

Οι καμπύλες ανάπτυξης προσδιορίζουν τα φυσιολογικά όρια για το βάρος, το ύψος και την περίμετρο κεφαλής του παιδιού, ανάλογα με το φύλο και την ηλικία του και περιγράφουν την αύξηση αυτών των μεγεθών με την πάροδο του χρόνου, δηλαδή με την αύξηση της ηλικίας του παιδιού.

Η ανάπτυξη κάθε παιδιού θεωρείται φυσιολογική εφόσον βρίσκεται σε αποδεκτά για την ηλικία και το φύλο του όρια.

Οι **καμπύλες αναφοράς** περιγράφουν την καταγεγραμμένη ανάπτυξη του παιδιού.

Τα νέα **Πρότυπα Διαγράμματα Αύξησης του Π.Ο.Υ** περιλαμβάνονται στο νέο βιβλιάριο Υγείας του Παιδιού που εκδόθηκε τον Ιούλιο 2017



## Βιβλιογραφία

Carsley S., Parkin C P., Tu K., Pullenayegum E., Persaud N., Maguire L J., Birken C. (2019) Reliability of routinely collected anthropometric measurements in primary care. *BMC Med Res Methodol* 24;19(1):84.

Evan G. Graber DO, Nemours (2023) Physical Growth of Infants and Children. *Alfred I. DuPont Hospital for Children Reviewed/Revised Mar 2023*

Hopkins D., Kyle, A. and Paul SP. (2017) How to carry out growth assessment in infants and children under two years old. *Nursing Standard*, 31 (25): 40-45

Johnson W. (2015) Analytical strategies in human growth research. *Am J Hum Biol.* Jan-Feb;27(1):69-83.

Martin, L. and Collin, J. (2015) An introduction to growth and atypical growth in childhood and adolescence. *Nursing Children And Young People*, Jul;27(6):29-37

Stoner A., Walker J. (2006) Growth assessment: how do we measure up? *Paediatric Nursing* 18 (7): 26-29

Wenhold F., Nel S. (2022) When is the estimation of weight and height good enough? A life cycle view. *South African Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 35, Iss.

Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού: Πρότυπα διαγράμματα σωματικής αύξησης. Π.Ο.Υ Ιούλιος 2017 <http://ygeiapaidiou-ich.gr/graphs>

Σταυρόπουλος-Καλίνου, Α., Σακκάς, Γ., Καρατζαφέρη Χ. (2015). Αξιολόγηση σωματομετρικών χαρακτηριστικών και σωματικής σύστασης [Κεφάλαιο 3]. Στο Εγχειρίδιο για την σωματική αξιολόγηση αθλητών: δοκιμασίες εργαστηρίου και πεδίου για την επιστημονική υποστήριξη του αγωνιστικού αθλητισμού. *Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις*.