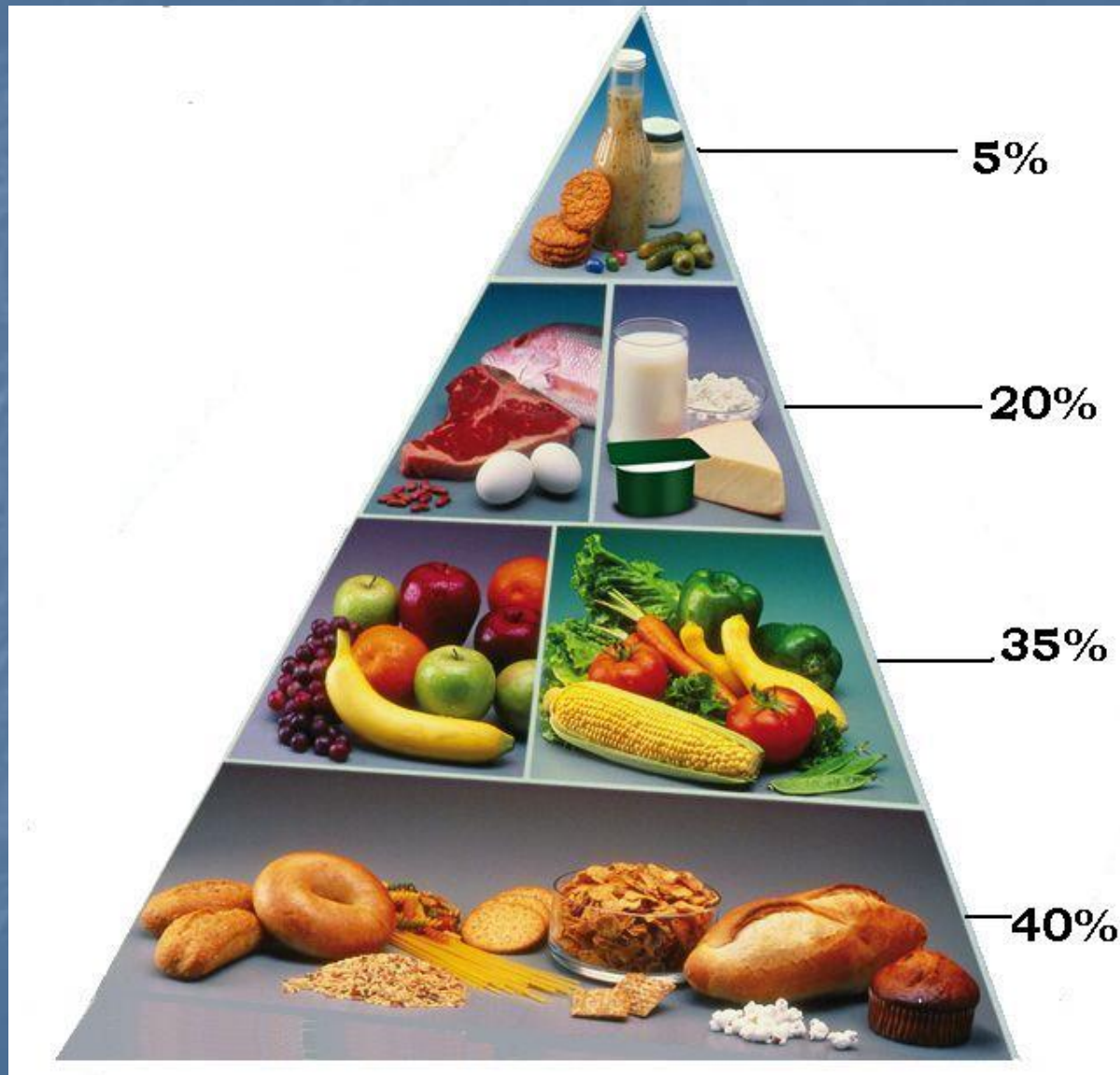


POSUDZOVANIE STAVU VÝŽIVY

Mgr. Petronela Osacká, PhD.

**Univerzita Komenského v Bratislave,
Jesseniova lekárska fakulta v Martine,
Ústav ošetrovateľstva,
November 2011**

Pyramída výživy



Posudzovanie stavu výživy

Metódy posudzovania stavu výživy

- A** - Antropometrické vyšetrovacie metódy
- B** - Hodnotenie biochemických parametrov
- C** - Hodnotenie klinických parametrov
- D** - Výživová anamnéza

A - antropometrické vyšetrovacie metódy 1

a) Broccov vzorec

Ideálna hmotnosť (kg) = telesná výška (cm) – 100

b) Broccov index (BI)

$$\text{BI} = \frac{\text{skutočná telesná hmotnosť (v kg)}}{\text{ideálna hmotnosť (v kg)}} \times 100$$

A - antropometrické vyšetrovacie metódy 2

Hodnotenie BI:

- ideálna hmotnosť = 90 – 100%
- nadváha = 101 – 115%
- mierna obezita = 116 – 125%
- stredná obezita = 130 – 150%
- ťažká obezita = 150 – 200%
- morbidná obezita = viac ako 200%

A - antropometrické vyšetrovacie metódy 3

a)Body mass index (BMI)

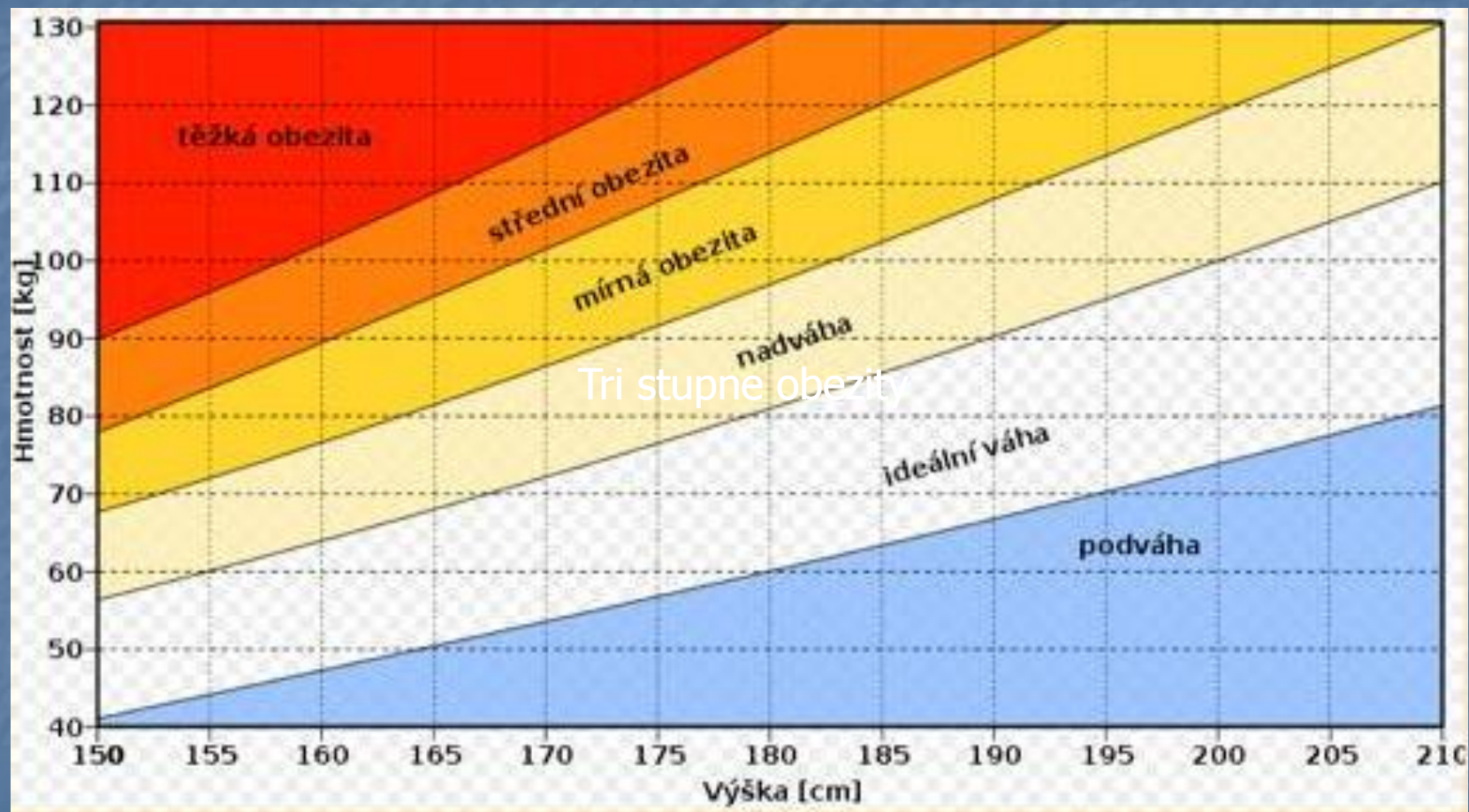
$$\text{BMI} = \frac{\text{hmotnosť' (kg)}}{[\text{výška (m)}]^2}$$

A - antropometrické vyšetrovacie metódy 4

Hodnoty BMI podľa WHO 1997

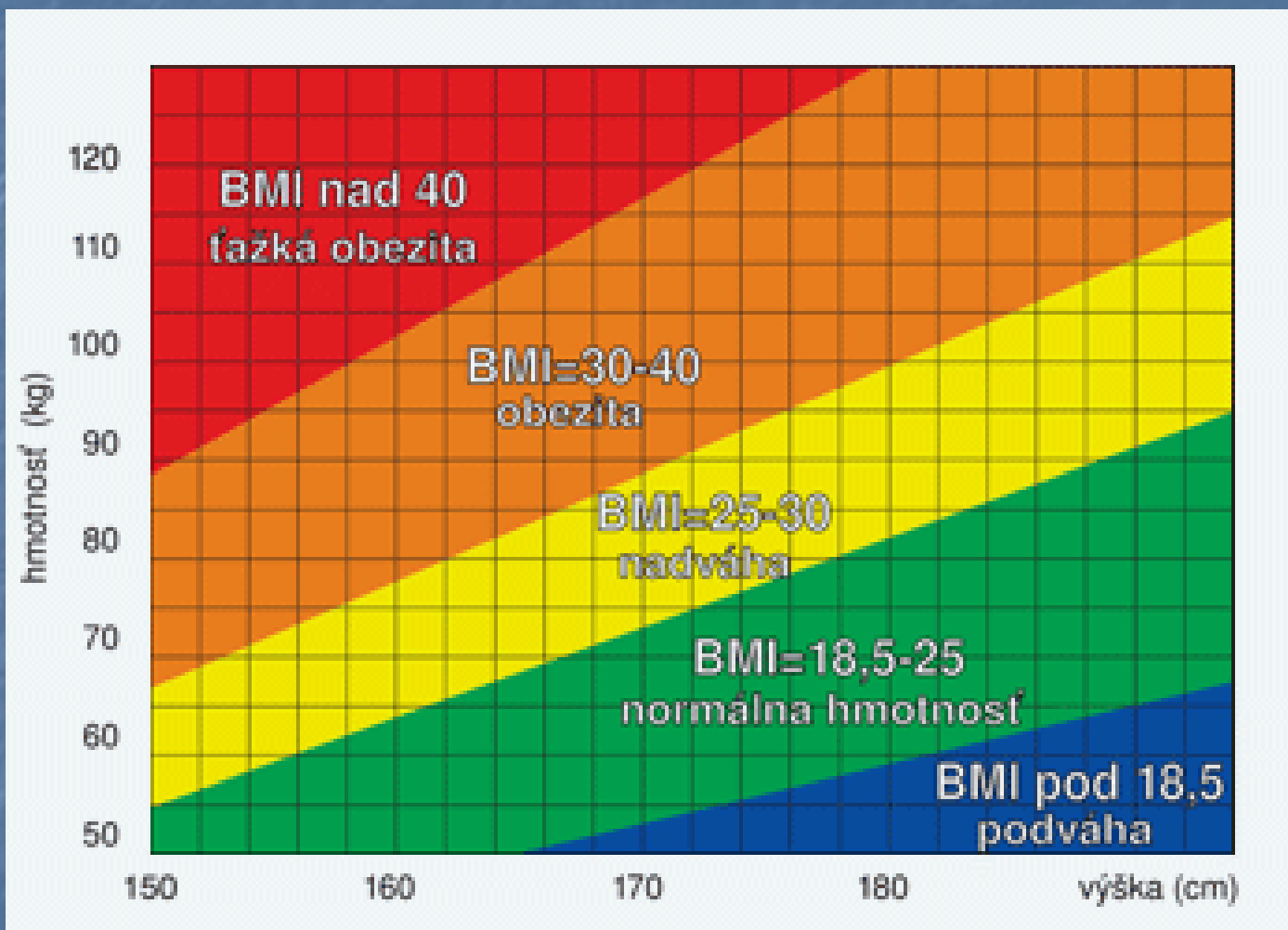
< 18,5 : podváha
18,5 – 24,9 : normálna hmotnosť
? 25,0 : zvýšená váha
25,0 – 29,9 : nadváha (preobezita)
30,0 – 34,9 : obezita 1.štádia
35,0 – 39,9 : obezita 2.štádia
? 40,0 a viac : obezita 3.štádia

Pomôcka – posúdenie BMI 1



Tri stupne obezity

Pomôcka – posúdenie BMI 2



Dva stupne obezity

A - antropometrické vyšetrovacie metódy 5

b) Index WHR

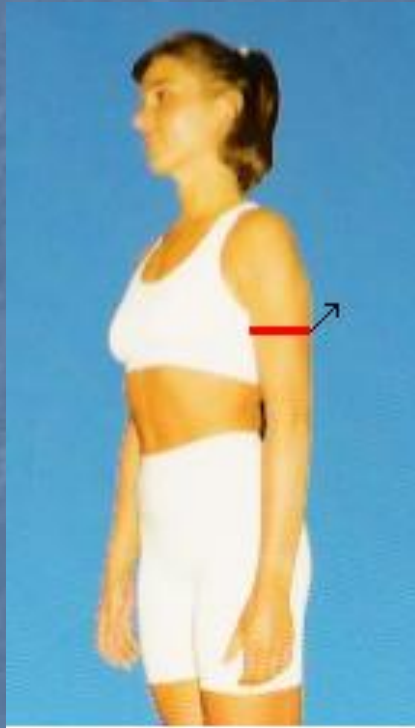
(waist/hip ratio – pomer medzi pásom a bokmi)

$$W/H = \frac{\text{Obvod pásu (cm)}}{\text{Obvod bokov (cm)}}$$

Hodnotenie WHR indexu

	WHR	
	bez rizika	riziko
Pohlavie		
Muži	do 0,9	nad 0,9
Ženy	do 0,85	nad 0,85

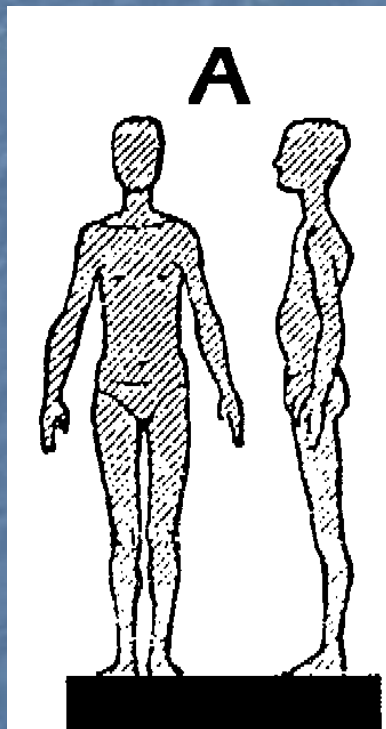
Meranie obvodu svalov ramena



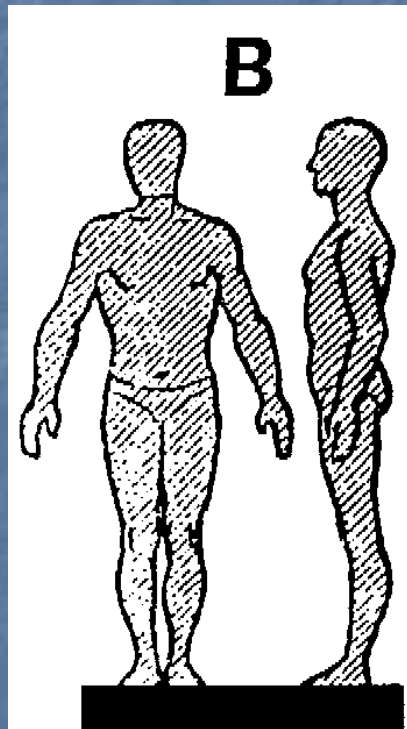
Ukazovateľ telových proteínových rezerv

Miesto merania obvodu určíme v polovici medzi akromiálnym výbežkom a výbežkom lakt'a

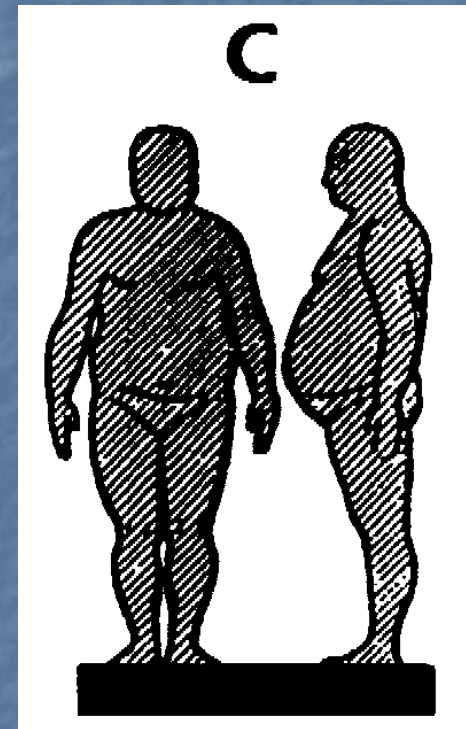
Hodnotenie habitus - základné somatotypy



Astenik
(leptosom)

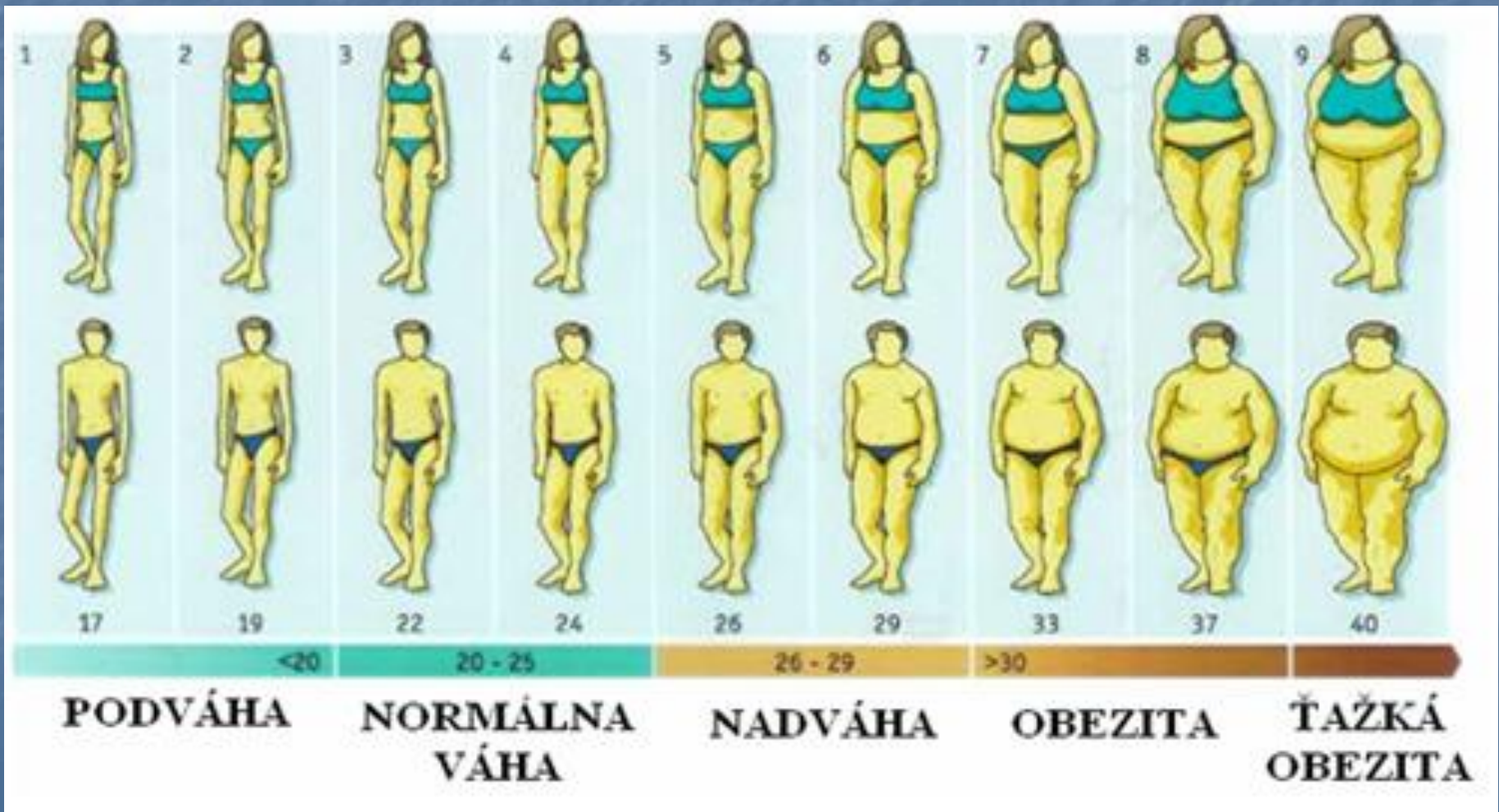


Normostenik
(mezom, atletický)



Hyperstenik
(eurysom, pyknik)

Hodnotenie - habitus a BMI



Meranie množstva tuku v ľudskom tele 1



Kaliper

Meranie množstva tuku v ľudskom tele 2



Merače tuku

B - hodnotenie biochemických parametrov

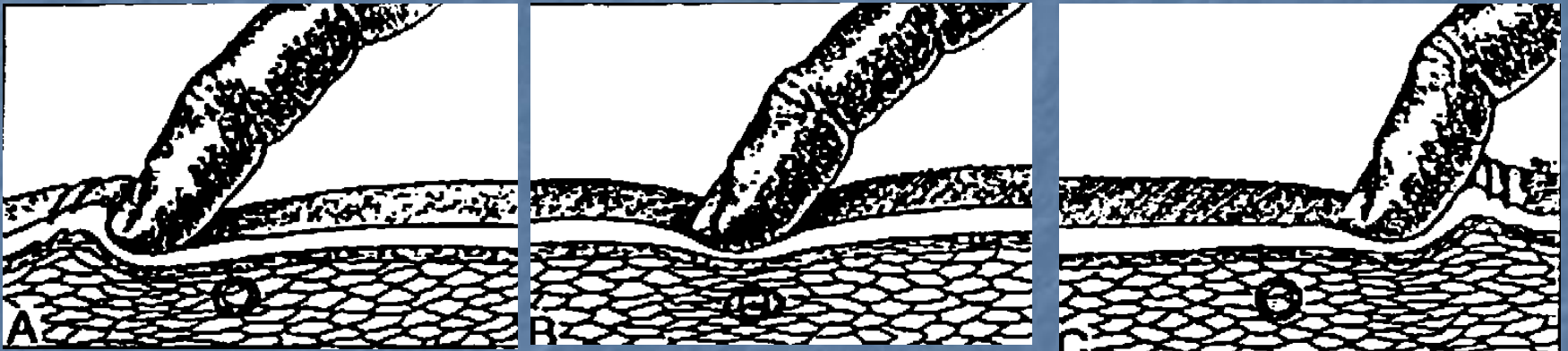
- sérový albumín a transferín
- hemoglobulín a hematokrit
- celkový počet lymfocytov
- stanovenia urey
- kreatinínu v moči

C - hodnotenie klinických parametrov

Posudzujeme:

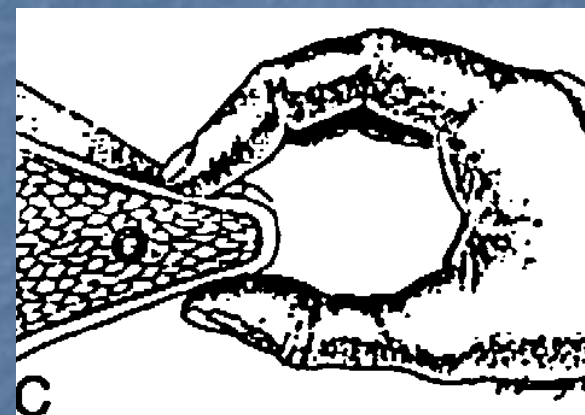
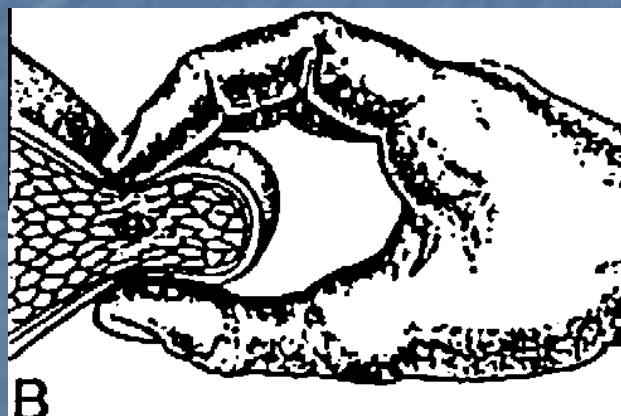
1. Gastrointestinálny trakt
2. Kožný aparát: koža, jazyk, vlasy a nechty
3. Kardiovaskulárny systém
4. Kostrovosvalový systém
5. Oči
6. Nervový systém
7. Vitalita
8. Spánok

Palpačné posúdenie tónusu kože podľa Travellovej a Simonsa 1



Plošná palpácia posunutím kože

Palpačné posúdenie tónusu kože podľa Travellovej a Simonsa 2



Palpácia „kliešťovým“ hmatom

Bibliografické zdroje

OSACKÁ, P. a kol. *Techniky a postupy
v ošetrovatel'stve* [CD-ROM]. 1. vyd. Bratislava :
JLF UK, 2007. 505 s. ISBN 978-80-88866-48-0.

www.vyzivavnemoci.cz

www.hami.sk

www.hadcg.sk

www.nutriciamedical.sk