

## غیر پزشک

### مراقبت از نظر وضعیت نمایه توده بدنی (BMI)

اقدام	طبقه بندی	نشانه ها	ارزیابی
ارجاع فوری به پزشک	لاغری شدید	BMI زیر $-3$ z-score	<p>- وزن و نمایه توده بدنی (BMI) را اندازه گیری کنید.</p> <p>- نمایه توده بدنی (BMI) را در منحنی مربوطه رسم کنید و با استانداردها مقایسه کنید.</p>
ارجاع غیر فوری به پزشک	لاغر	BMI بین $-2$ z-score و $-3$ z-score	
- تشویق به حفظ وضع موجود و آموزش تغذیه صحیح با تاکید بر تداوم آن - ادامه مراقبت ها	وزن متناسب	BMI بین $-2$ z-score و $+1$ z-score	
- توصیه ی تغذیه ای مناسب ارایه داده و به خانواده آموزش دهید. - ارجاع غیر فوری به پزشک	اضافه وزن	BMI بین $+1$ z-score و $+2$ z-score	
- توصیه ی تغذیه ای مناسب ارایه داده و به خانواده آموزش دهید. - ارجاع غیر فوری به پزشک	چاق	BMI بالای $+2$ z-score	

## پزشک

ارزیابی	نشانه ها	طبقه بندی	اقدام
- شرح حال کامل، بویژه شرح حال تغذیه ای بگریبدو عوامل خطر زیر را سوال کنید:	BMI زیر z-score -3	لاغری شدید	جهت تکمیل اقدامات تشخیصی و درمانی، پس از معاینه ی اولیه و تثبیت وضعیت عمومی، فرد به بیمارستان ارجاع فوری داده شود.
1. سابقه چاقی در فرد یا خانواده 2. اختلالات خوردن در فرد (مانند پر اشتهایی عصبی یا بولمیا، بی اشتهایی عصبی یا آنورکسیا نروزا) 3. بیماری های قلبی عروقی در افراد خانواده اعم از آنزین/سکته قلبی زودرس (مردان قبل از 65 سال و زنان قبل از 55 سال) و یا سکته مغزی	BMI بین z-score -2 و z-score -3	لاغر	- معاینه کامل و بررسی از نظر وجود بیماری و درخواست CBC diff, BUN, Cr, FBS, TSH, T4, T3U, U/A, U/C, S/E X 3 1- در صورت وجود بیماری، یا غیر طبیعی بودن هر یک از آزمایش ها، به متخصص کودکان ارجاع غیر فوری دهید. 2- در غیر این صورت: Ø توصیه های تغذیه ای مناسب ارائه دهید. Ø یک ماه بعد پیگیری کنید: - در صورت عدم بهبود پس از یک دوره پی گیری، به متخصص کودکان ارجاع غیر فوری دهید.
4. بالا بودن چربی خون در فرد و خانواده 5. بیماری های کیسه صفرا در فرد و خانواده 6. فشارخون بالا در فرد و خانواده 7. دیابت در فرد و خانواده 8. آپنه یا خرخر در فرد در هنگام خواب 9. میزان فعالیت فیزیکی، مدت زمان استفاده از تلویزیون، کامپیوتر و بازی های ویدیویی در روز 10. مصرف طولانی مدت داروها (مانند کورتیکواستروئیدها، ضد افسردگی ها و ... ) و یا استفاده دوره ای از آن ها	BMI بین z-score -2 و z-score 1	وزن متناسب	- تشویق به حفظ وضع موجود و آموزش تغذیه صحیح با تاکید بر تداوم آن و ادامه مراقبت ها
- معاینه فیزیکی کامل و بررسی از نظر وجود بیماری را انجام دهید. در معاینه فیزیکی به موارد زیر بیش تر توجه کنید: فشار خون بیمار، آکانتوز نیگریکان گردنی یا چین های پوستی، استریاهای قرمز رنگ روی شکم، سینه و ران، وضعیت بلوغ، اختلال تکاملی و یا کند ذهنی، مشکل بینایی، کوتاهی قد و وجود آنومالی در انگشتان دست و پا. - وزن و نمایه توده بدنی (BMI) را اندازه گیری کنید. - نمایه توده بدنی (BMI) را در منحنی مربوطه رسم کنید و با استانداردها مقایسه کنید.	BMI بین z-score 1 و z-score 2 + حداقل یک عامل خطر	اضافه وزن بدون عامل خطر	1- در صورت وجود بیماری و یا هر گونه مورد غیر طبیعی در معاینه ی فیزیکی، به متخصص کودکان ارجاع غیر فوری داده شود. 2- در صورت طبیعی بودن معاینه ی فیزیکی: توصیه ی تغذیه ای مناسب ارائه داده و به خانواده آموزش دهید. برای مشاوره و دریافت برنامه غذایی به کارشناس تغذیه ارجاع شود و یک ماه بعد پیگیری کنید: • در صورت بهبود، دستورات داده شده ادامه یافته و پیگیری تا زمان رفع مشکل اضافه وزن ادامه یابد. در صورت ادامه ی روند رشد به سمت افزایش وزن پس از یک دوره پیگیری، برای ارزیابی بیش تر به پزشک متخصص کودکان ارجاع غیر فوری دهید.
	BMI بین z-score 1 و z-score 2 + حداقل یک عامل خطر	اضافه وزن با عامل خطر	1- آزمایش های اولیه ارسال گردد: AST/ AIT, FBS, TSH, T4, T3U, LDL, HDL, Total chole, TG, ALkP در حالت ناشتایی) - در صورت غیر طبیعی بودن معاینات یا هر یک از آزمایش ها، به پزشک متخصص کودکان ارجاع غیر فوری دهید. - در صورت طبیعی بودن معاینات و آزمایش ها: توصیه ی تغذیه ای مناسب ارائه داده و به خانواده آموزش دهید. برای مشاوره و دریافت برنامه غذایی به کارشناس تغذیه ارجاع شود و یک ماه بعد پیگیری کنید: • در صورت بهبود، دستورات داده شده ادامه یافته و پیگیری تا زمان رفع مشکل اضافه وزن ادامه یابد. در صورت ادامه ی روند رشد به سمت افزایش وزن پس از یک دوره پیگیری، برای ارزیابی بیش تر به پزشک متخصص کودکان ارجاع غیر فوری دهید.
	BMI بالای z-score 2	چاق	

