

به نام خدا

ارزیابی تغذیه ای جلسه سوم

دکتر طباطبائی

گروه تغذیه

دانشکده پزشکی مشهد

ارزيابي تغذيه اي (Nutritional assessment)

1. شرح حال

2. ارزيابي فيزيكي و باليني (Physical & Clinical examination)

3. ارزيابي تن سنجي (Anthropometry)

4. تركيب بدن (Body composition)

5. ارزيابي آزمايشگاهي (Laboratory tests)

6. ارزيابي غذائي (Nutrient intake analysis)

ارزیابی تن سنجی (Anthropometry)

تعریف: علم اندازه گیری سائز، وزن و نسبتهای بدن انسان

مشمول بر اندازه گیری های فیزیکی یک فرد و مرتبط کردن با استانداردهای که منعکس کننده رشد و نمو یک فرد باشد

ضروری در ارزیابی و مانیتور اثرات دخالت های تغذیه ای

ارزشمند است وقتی که دقیق و در طول زمان اندازه گیری شده باشند

Common, valuable Anthropometric measurements

Height

Head circumference

Weight

Skin-fold thicknesses

Other girth measurements
(e.g. waist circumference)

Head circumference

Useful in children younger than 3 years of age

As an indicator of nonnutritional abnormalities

Undernutrition must be very severe to affect head circumference

قد

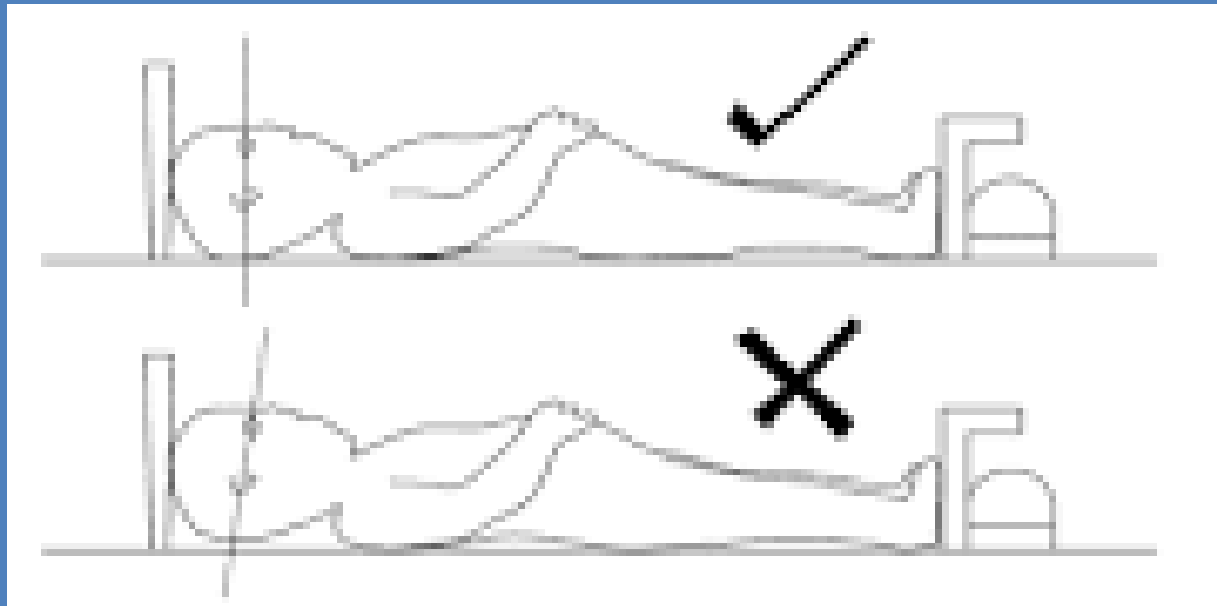
Frankfurt plane:

A line from
the lower
border of the
left orbit to
the upper
margin of the
canal

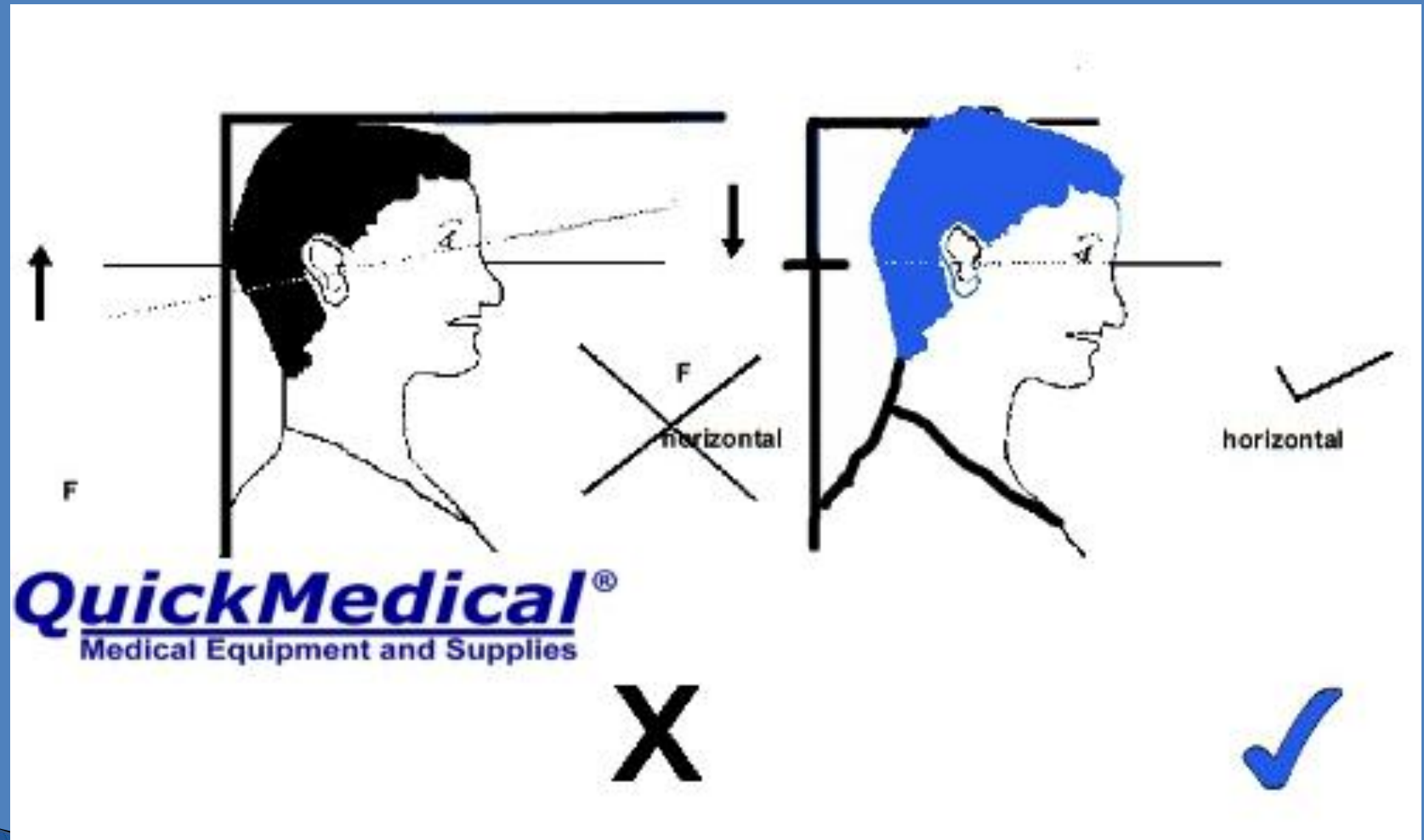


- Stretch up
- Take a deep breath
- Shoulders relaxed
- Stand as tall as possible
- Shoulders blades, buttocks, and heels touching measurement boards
- Arm at sides

Frankfurt plane:



Frankfurt plane:



جایگزینهای قد

اندازه زانو

Men	19-59 years:	$\text{Height cm} = (\text{Knee height cm} \times 1.88) + 71.85$
	60-80 years:	$\text{Height cm} = (\text{Knee height cm} \times 2.05) + 59.01$
Women	19-59 years:	$\text{Height cm} = (\text{Knee height cm} \times 1.86) - (\text{age years} \times 0.05) + 70.25$
	60-80 years:	$\text{Height cm} = (\text{Knee height cm} \times 1.91) - (\text{age years} \times 0.17) + 75.00$

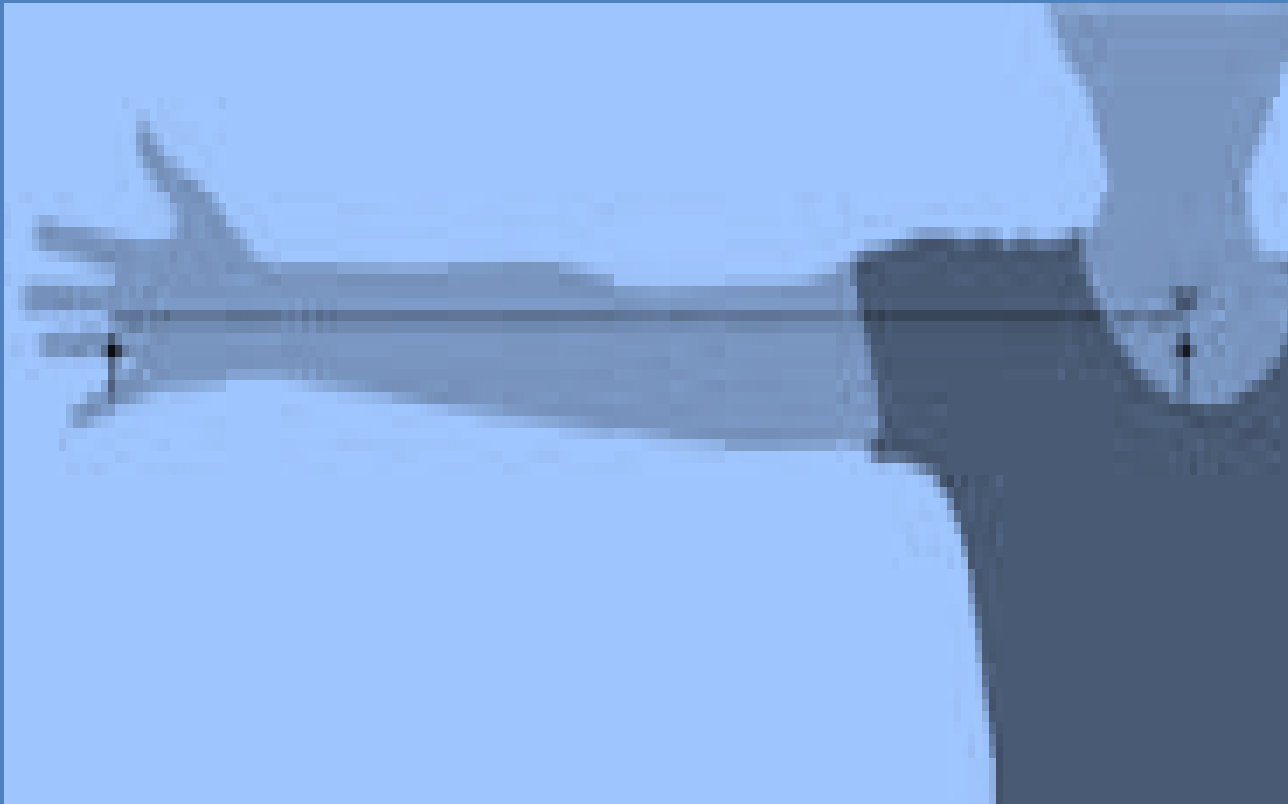
اندازه demispan

Adult males:	$\text{Height cm} = (\text{Demispan cm} \times 1.40) + 57.8$
Adult females:	$\text{Height cm} = (\text{Demispan cm} \times 1.35) + 60.1$

Demispan

From a point on the midline at suprasternal notch to the base of their middle and ring fingers along either horizontally outstretched arm and wrist in neutral rotation and zero extension or flexion.

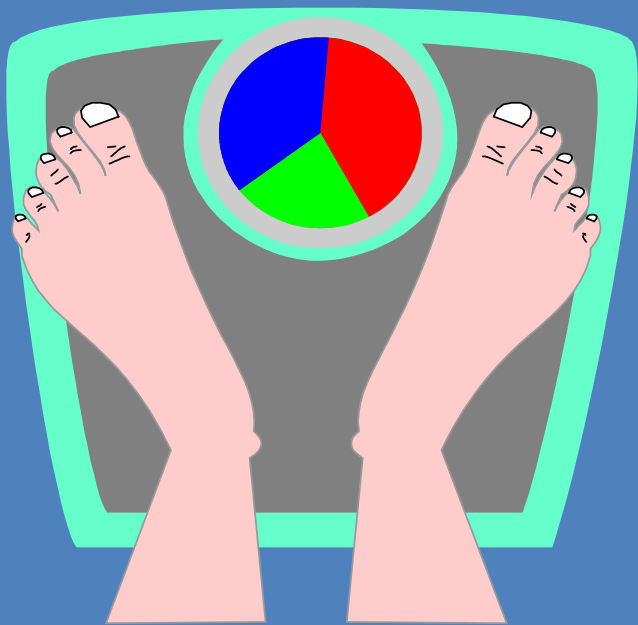
Demispan



اندازه گیری قد نوزادان



وزن (Weight)



یک مارکر عمومی (خام) از ترکیب بدن است. در بچه ها وضع تغذیه اخیر را نشان میدهد.

دربالغین تغییر وزن در ارزیابی تغذیه ای مهم است.

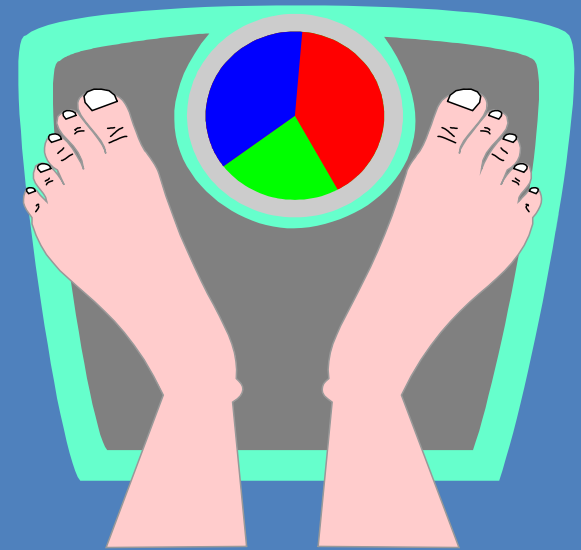
روش آسان برای ارزیابی وضعیت تغذیه ای اما در ارتباط با قد

حداقل وزن برای زنده ماندن 48%-55%

وزن معمول است (Buchman, 1997)

نکات مهم در اندازه گیری وزن

وزنه متناسب با گروه سنی
یک ترازو در تمام مدت
قرار گیری نوع دستی در سطح سخت
درستی ترازو چک شود. چگونه؟
با یک وزنه استاندارد 20 kg
کنترل اشیاء سنگین داخل جیب
کنترل از نظر ادم
تخلیه کاتتر بگ در بیمارستان
مطمئن باشید وزنه روی صفر است
با تقریب 0،1 بخوانید



تفسير میزان تغییر وزن

< 5% weight loss	Not significant (unless likely to continue)
5-9% weight loss	Only of clinical significance if rapid, or if malnutrition is clearly present
10-20% weight loss	Clinically significant; nutritional support indicated
> 20% weight loss	Severe; aggressive nutritional support indicated.

سرعت تغییر وزن

شدت کاهش وزن	حلی یکماه	حلی سه ماه	حلی شش ماه
Significant	5%	7/5%	10%
Severe	>5%	>7/5%	>10%

Body mass index = BMI

نمایه توده بدن

$$\text{BMI} = \text{Weight (kg)} / \text{Height (m)}^2$$

$$\text{BMI} = 65 \text{ kg} / 1.61 \text{ m} \times 1.61 \text{ m}$$

$$\text{BMI} = 65 \text{ kg} / 2.56 \text{ m}$$

$$\text{BMI} = 25.4 \text{ kg/m}^2$$

Body mass index = BMI

نمایه توده بدن

گروه	BMI
کم وزن	$\leq 5/18$
نرمال	5/18-9/24
اضافه وزن	25-9/29
چاقی متوسط تا شدید	30-9/39
چاقی خیلی شدید	≥ 40