

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

اقدام	طبقه بندی	نشانه ها	ارزیابی
جهت تکمیل اقدامات تشخیصی و درمانی پس از معاینه اولیه و ثبت وضعيت عمومی، فرد به بیمارستان ارجاع فوری داده شود	لاغری شدید	-4 z-score زیر BMI	- شرح حال کامل، بوبینه، شرح حال تغذیه ای بیکاری و عوامل خطر زیر را سوال کنید: ۱. سابقه چاقی در فرد یا خانواده ۲. اختلالات خوردن در فرد (مانند پر لشتهای عصی یا یولمه) ۳. بیماری های قلبی عروقی در افراد خانواده اعم از آزمیزین/ستکه قلبی زودرس (مردان قبل از ۶۵ سال و زنان قبل از ۵۵ سال) و یا سکته مغزی ۴. بالا بودن چربی خون در فرد و خانواده ۵. بیماری های کیسه صفراء در فرد و خانواده ۶. فشارخون بالا در نزد و خانواده ۷. دیابت در فرد و خانواده ۸. آپنه یا خرخر در فرد در هنگام خواب ۹. میزان فعالیت فیزیکی، مدت زمان استفاده از تلویزیون، کامپیوتر و بازی های ویدیویی در روز ۱۰. مصرف طولانی مدت داروها (مانند کورتیکوستروئیدها، ضد افسردگی ها و ... ) و یا استفاده دوره ای از آن ها
- معاینه کامل و بررسی از نظر وجود بیماری، یا غیر طبیعی بودن هر یک از آزمایش ها، به متخصص ارجاع غیر فوری نماید. - در صورت وجود بیماری، یا غیر طبیعی بودن هر یک از آزمایش ها، به متخصص ارجاع غیر فوری نماید. * در غیر این صورت: ➢ توصیه های تغذیه ای مناسب ارایه نماید. ➢ یک ماه بعد پیگیری کنید: - در صورت عدم بهبود پس از یک دوره پیگیری، به متخصص ارجاع غیر فوری نماید.	لاغر	بين BMI z-score -2 و -2 z-score	
- تشویق به حفظ وضع موجود و آموزش تغذیه صحیح با تأکید بر تداوم آن و ادامه مراقبت ها	وزن مناسب	بين BMI z-score -1 و 1 z-score	
۱- در صورت وجود بیماری و یا هر گونه مورد غیر طبیعی در معاینه ای فیزیکی، به متخصص ارجاع غیر فوری داده شود. ۲- در صورت طبیعی بودن معاینه ای فیزیکی: توصیه ای تغذیه ای مناسب ارایه داده و به خانواده آموزش نماید. برای مشاوره و دریافت برنامه غذایی به کارشناس تغذیه ارجاع شود و یک ماه بعد پیگیری کنید: * در صورت بهبود، مستورات داده شده ادامه یافته و پیگیری تازمان رفع مشکل اضافه وزن ادامه یابد. در صورت کاهش ای روند رشد به سمت افزایش وزن پس از یک دوره پیگیری، برای ارزیابی بیشتر به پزشک متخصص ارجاع غیر فوری نماید.	اضافه و وزن بدون عامل خطر	بين BMI z-score -1 و 1 z-score	
۱- آزمایش های اولیه ارسال گردند: AST/ ALT, FBS, TSH, T4, T3U, LDL, HDL, Total chole, TG, ALkP در حالت ناشتاپی - در صورت غیر طبیعی بودن معاینه های هر یک از آزمایش ها، به پزشک متخصص ارجاع غیر فوری نماید. - در صورت طبیعی بودن معاینه های آزمایش ها: توصیه ای تغذیه ای مناسب ارایه داده و به خانواده آموزش نماید. برای مشاوره و دریافت برنامه غذایی به کارشناس تغذیه ارجاع شود و یک ماه بعد پیگیری کنید: * در صورت بهبود، مستورات داده شده ادامه یافته و پیگیری تازمان رفع مشکل اضافه وزن ادامه یابد. در صورت کاهش ای روند رشد به سمت افزایش وزن پس از یک دوره پیگیری، برای ارزیابی بیشتر به پزشک متخصص ارجاع غیر فوری نماید.	اضافه و وزن با عامل خطر + حداقل یک عامل خطر	بين BMI z-score -1 و 1 z-score	- معاینه فیزیکی کامل و بررسی از نظر وجود بیماری رانجام نماید. در معاینه فیزیکی به موارد زیر بیشتر توجه کنید: فشار خون بیمار، آکانتوز نیکریکان گردش یا چین های پوستی، استریا های قرمز رنگ روی شکم، سینه و ران، وضعیت بلوغ، اختلال تکاملی و یا کند ذهنی، مشکل بینایی، کوتاهی قد و وجود آنومالی در انکشاف 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.
	چاق	بالای BMI z-score	