

Alternativni izračun ITM

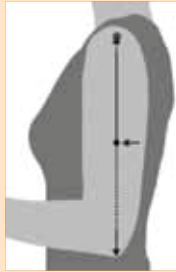
- ITM je mogoče oceniti na podlagi obsega sredine nadlakta, t. i. MUAC (mid-upper arm circumference). To je obseg nadlakta na polovici razdalje med ramo (akromijem) in komolcem (olekranonom) (glejte sliko 2).



Slika 2. MUAC (mid-upper arm circumference) - obseg nadlakta na polovici razdalje med akromijem in olekranonom

Meritev MUAC:

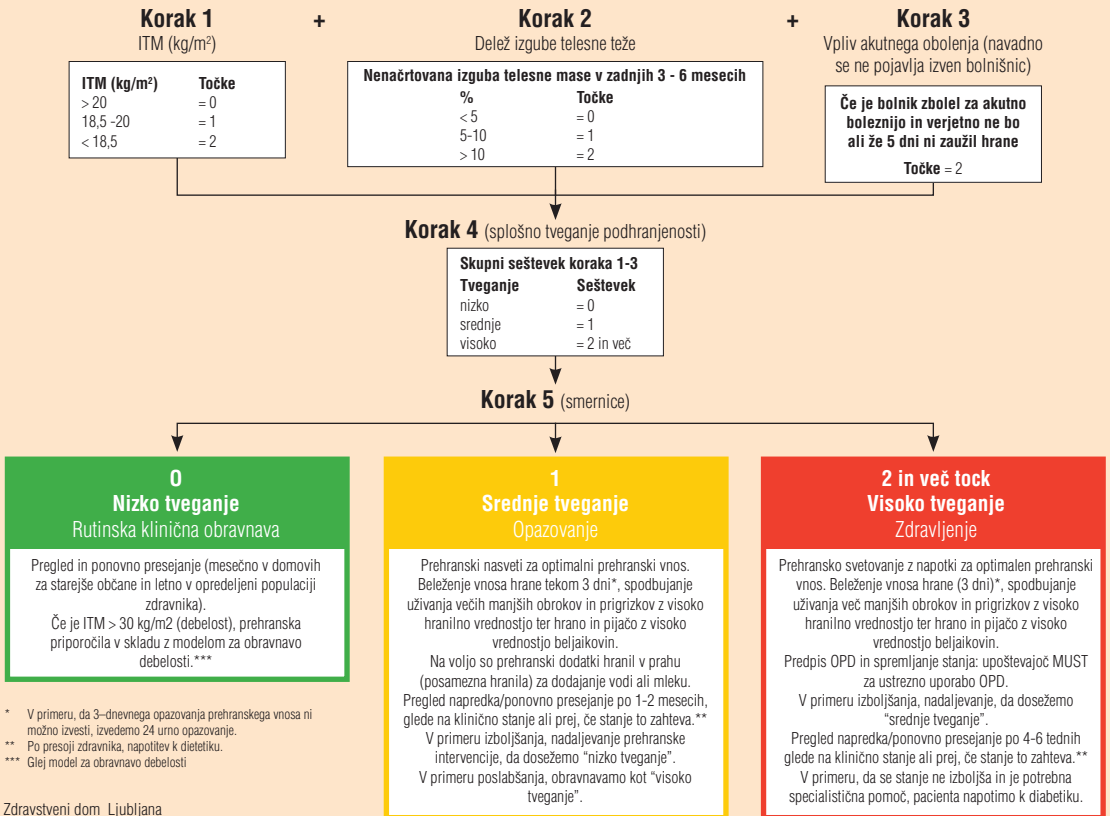
- Oseba naj sedi ali stoji.
- Zaželeno je, da je meritev opravljena na levi roki. Osebo prosite, naj s te roke sleče obleko, tako da je roka gola. Locirajte ramenski akromij in olekranon na komolcu.
- Izmerite razdaljo med tema dvema točkama in na polovici razdalje naredite oznako (glejte sliko 3).
- Potem bolniku na označenem mestu z metrom izmerite obseg, in sicer tako, da meter ne pritiska roke, temveč jo rahlo obdaja.



Slika 3. Mesto merjenja MUAC

Razlaga rezultatov:

- Če je MUAC manjši od 23,5 cm, je ITM najverjetneje manjši od 20 kg/m²; to pravzaprav pomeni, da je bolnik podhranjen.
- Če je MUAC večji od 32,0 cm, je ITM najverjetneje večji od 30 kg/m²; to pravzaprav pomeni, da je bolnik debel.



* V primeru, da 3-dnevnega opazovanja prehranskega vnosa ni možno izvesti, izvedemo 24 urno opazovanje.
** Po presoji zdravnika, napotitev k dietetiku.
*** Glej model za obravnavo debelosti

Zdravstveni dom Ljubljana



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

norway
grants

ŽEPNI PRIROČNIK ZA POMOČ PRI OCENI PREHRANSKE OGROŽENOSTI

ZDL
Zdravstveni dom Ljubljana
Community Health Centre Ljubljana

Prava pota
KALITA

Mestna občina
Ljubljana

Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije –
Zveza strokovnih društev medicinskih sester,
babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije

DNV-GL

Univerza v Ljubljani



INDEKS TELESNE MASE [ITM = kg /m²]

< 18 TEŽKA PODHRANJENOST 18-20 PODHRANJENOST 20-25 NORMALNA TEŽA > 25 DEBELOST

Table with 28 columns (heights 8-88 cm) and 28 rows (weights 1.92-1.52 m). Cells are color-coded: green for normal, yellow for underweight, red for overweight.

TELESNA TEŽA [kg]

IZGUBA TELESNE TEŽE [%]

Table with 5 columns (Normalna teža, -5%, -10%, -15%, -20%) and 28 rows (weights 90-74 kg). Cells are color-coded: green for normal, yellow for underweight, red for overweight.

■ normalna telesna teža [kg] ■ ■ trenutna telesna teža [kg]

ALTERNATIVNA MERITEV VIŠINE IN ITM

Če ni mogoče dobiti podatkov o bolnikovi višini in teži, lahko uporabite alternativna postopka za določanje višine in ITM po naslednjih navodilih:

Alternativna meritev višine

- Prosrite bolnika, naj dlan roke (po možnosti leve roke) preko prsi položi na nasprotno ramo (glejte sliko 1).
- Z metrom izmerite razdaljo (v centimetrih) med točko na komolcu (olekranon) in izboklino na dlani (stiloidni odrastek).
- S priloženo tabelo Ocena višine iz dolžine podlahtnice (tabela 2) dobljeni podatek o dolžini podlahtnice (cm) pretvorite v višino (m).



Slika 1. Meritev dolžine podlahtnice (ulne)

Table with 2 columns (Višina (m), Moški (< 65 let), Moški (> 65 let)) and 10 rows (Dolžina podlahtnice (cm), Ženske (< 65 let), Ženske (> 65 let), Moški (< 65 let), Moški (> 65 let), Dolžina podlahtnice (cm), Ženske (< 65 let), Ženske (> 65 let)).

Tabela 2. Ocena višine iz dolžine podlahtnice

--

--

--