

Dětská obezitologická poradna FN Olomouc

Přehled návštěv, náplň vyšetření

Návštěva 1.

- **Podrobné sepsání anamnézy:**
 - **Rodinná anamnéza:** výskyt obezity u rodičů, sourozenců a prarodičů a jejich zdravotní stav (diabetes mellitus, dyslipidémie, hypertenze, ischemická choroba srdeční, centrální mozková příhoda, úmrtí na kardiovaskulární onemocnění u mužů před 55. rokem, u žen před 65. rokem věku)
 - **Osobní anamnéza:** (výskyt gestačního diabetu u matky, intrauterinní růstová retardace, porodní hmotnost/ délka, gestační stáří při porodu, délka kojení, zhodnocení růstových grafů (vývoj BMI, BMI percentil, výška a hmotnost, poměr výška/ hmotnost), hypotonie v novorozeneckém věku, menstruační cyklus – menarché a pravidelnost, bolesti hlavy, poruchy spánku (ospalost přes den), poruchy dýchání (dušnost, chrápání, apnoické pauzy), únava, intolerance zimy, obstipace, medikace, jídelní zvyklosti – hyperfagie, noční jedení, nárazové přejídání, total screen time (celkový počet hodin strávených u televize a/nebo počítače denně).
 - **Sportovní anamnéza:** celkový počet hodin týdně (denně).
 - **Farmakologická anamnéza**
 - **Alergologická anamnéza**
- **Klinické vyšetření** (včetně dysmorfické rysy (genetické syndromy), štítná žláza (struma), acanthosis nigricans (hyperinzulinémie, inzulinová rezistence, porušená glukózová tolerance), striae (Cushingova choroba), akromikrie, retence varlat a hypotonie v novorozeneckém věku (Praderův-Williho syndrom), ortopedické abnormality, známky hyperandrogenizmu (hirsutizmu) u dívek (PCOS - syndrom polycystických ovárií), pubertální vývoj (opoždění, hypogonadismus, předčasné adrenarché, gynekomastie), menarché a pravidelnost menstruace (syndrom polycystických ovárií))
- **Antropometrické měření** (výška, váha, BMI, pas, boky)
- **Zhodnocení laboratorního vyšetření** pokud mají (pokud ne – proved' odběry!!)
- **Zhodnocení dosavadního jídelníčku** a pohybu pokud mají s sebou
- **Edukace**

Výživa: pravidelné pokrmy pětkrát denně s pestrou stravou, vždy snídat, nejíst nikdy u televize, co nejvíce omezit přílohu jídel a naopak navýšit oblohu, nedojídat porce, pít jen nesladké tekutiny, sladkosti jíst jen o víkendu,

Pohyb: denně 30min. chůze ob den intenzivnější aktivita do zadýchání.

Závěr: růstový graf, zpráva, termín návštěvy 2., edukační materiály COPAT, formulář na zapisování stravy, kontakt na www.pridejseknamity.cz, event Facebook (zapiš do seznamu), vypiš tabulku

Úkol k další návštěvě 14 dní psát jídelníček a pohyb.

Návštěva 2.

- **Kontrola antropometrických parametrů** (výška, váha, BMI, pas, boky)
- **Bodystat** (u dětí nad 6 let)- zdarma
- **Spiroergometrie** (pouze u dětí nad 11 let) vykázat na poj. Dle žádanky PLDD (té původní)
- **Zhodnocení dosavadní změny v pohybovém režimu**, edukace dle stanovené TF (60-70% VO2max)

Závěr: Zpráva, žádanka na nutrici, stanovení termínu návštěvy 3, vypiš tabulku

Úkol k další návštěvě: jídelníček za 14 dní

Návštěva 3.

- **Kontrola antropometrických parametrů** (výška, váha, BMI, pas, boky)

Závěr: Zpráva, žádanka k psychol. Vypiš tabulku

Úkol k další návštěvě: rozpis pohybové aktivity za 14 dní s důkazy (vstupenky z bazénu, permanentka, fotky z výletu)

Návštěva 4.

- **Kontrola antropometrických parametrů** (výška, váha, BMI, pas, boky)
- **Nabídnout lázně**
- **Vyšetření fyzioterapeutem edukace** (decho cvičení balóny, vadné držení těla)

Závěr: Zpráva, žádanka k psychol. Vypiš tabulku

Úkol k další návštěvě:jídelníček za 14 dní

Návštěva 5.

- **Kontrola antropometrických parametrů** (výška, váha, BMI, pas, boky)

Závěr: zpráva+ tabulka

Návštěva 6.

- **Kontrola antropometrických parametrů** (výška, váha, BMI, pas, boky)
- **Spiroergometrie** u dětí nad 12 let
- **Bodystat** (u dětí nad 6 let, pouze je-li redukce hmotnosti)
- **Zhodnocení dosavadní redukce**

Závěr: zpráva+ tabulka

Návštěva 7.

- **Kontrola antropometrických parametrů** (výška, váha, BMI, pas, boky)

Psychol

Návštěva 8.

- **Kontrola antropometrických parametrů** (výška, váha, BMI, pas, boky)

Další dispenzarizace každé 2 měsíce. Kontrolní spiroergometrie za 6 měsíců od návštěvy číslo 6.

První návštěvu objednává sestra v kartotéce, objednavajícího upozorní na to, že s sebou bude mít :

- ✓ Žádanku
- ✓ Antropometrická data z prevent. prohlídek (nebo je v očkovacím průkaze)
- ✓ Jídelníček za 14 dní
- ✓ Výsledky lab. odběrů (pokud byly provedeny, lze objednat i po 9 hodině)
- ✓ Pokud odběry nebyly dosud provedeny, edukuje pacienta (nalačno, ale napitý nesl. tekutin!!)
- objednávat na 7.15-9.00.

ODKAZY:

www.pridejseknamity.cz

www.copat.cz/content/publikace

www.hravezijzdrave.cz

www.vyzivadeti.cz

www.sdetmiprotiobezite.cz

www.os-lenochod.cz

PUBLIKACE:

S dětmi proti obezitě (Marinov, Pastucha a kol.)

Praktická dětská obezitologie (Marinov, Pastucha)

Pohyb v terapii a prevenci dětské obezity (Pastucha)

LÁZNĚ:

V případě úspěšné redukce hmotnosti (pokles hmotnosti minimálně na 3 posledních návštěvách) lze vydat poukaz na lázeňskou léčbu obezity v Lázních Bludov nebo v Priessnitzových léčebných lázních Jeseník.