

Diagnostiek obesitas

Vorbereiding

Klaarleggen instrumenten:

- personenweegschaal
- lengtemeter/meetlat (aan de muur)
- middel-omtrek meter of centimeter (niet rekbaar)
- BMI-calculator of website (bv. BMI-meter van voedingscentrum.nl)

Toelichting

Vorbereiding

Patiënt is in lichte kleding (evt. ondergoed) zonder schoenen

Toelichting (gewicht meten)

- Zorg dat de weegschaal stabiel horizontaal staat en is geïjkt op 0 kg.
- Laat de patiënt licht gekleed en zonder schoenen en zonder zware inhoud in de zakken op de weegschaal stappen.
- Lees het gewicht af in tienden nauwkeurig.
- Noteer het gewicht met de aantekening gekleed/in ondergoed en “zonder schoenen”.

Toelichting (lengte meten)

- Laat de patiënt plaatsnemen onder de meetlat rechtopstaand met ogen en oren op dezelfde hoogte, met het haar los en zonder schoenen (evt. op blote voeten).
- Laat de patiënt de hielen tegen de achterwand schuiven.
- Laat de dwarslat op de kruin zakken.
- Zorg ervoor dat deze dwarslat een loodrechte hoek maakt met de verticale meetlat.
- Lees af in meters of centimeters, tot op de halve cm nauwkeurig.

Diagnostiek obesitas

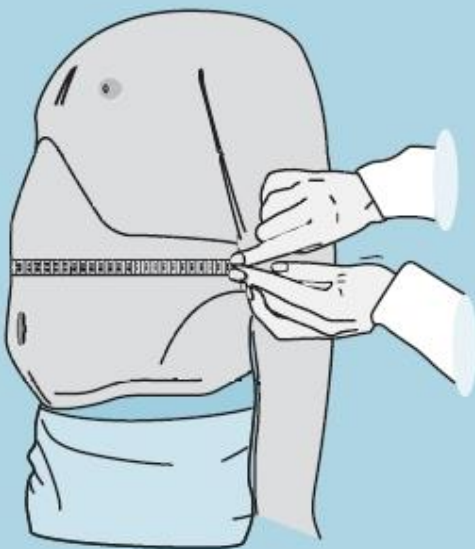
Toelichting (vervolg)

Toelichting (middellomtrek meten)

- Laat de patiënt rechtop staan met de voeten 25-30 cm uit elkaar.
- Zet twee streepjes li en re halverwege het laagste punt van de onderste rib en de bovenzijde van de bekkenkam.
- Meet op de blote huid, na een normale uitademing, zonder dat de cm druk uitoefent op de huid.
- Meet met de centimeter over de horizontale streepjes heen, recht over de buik.
- Meet twee keer de omtrek en noteer de gemiddelde waarde in cm afgerond op een halve cm.

| | Mannen | Vrouwen |
|-----------------------------|-----------|----------|
| Normale buikomvang | ≤ 94 cm | ≤ 80 cm |
| Vergrote buikomvang | 94-102 cm | 80-88 cm |
| Ernstig vergrote buikomvang | ≥ 102 cm | ≥ 88 cm |

Figuur 1 Bepaling van de buikomvang



- patiënt staat rechtop met de voeten ongeveer 25 tot 30 cm uit elkaar;
- meting halverwege laagste punt van de onderste rib en boven-voorzijde van de bekkenkam (horizontaal streepje zetten op dit punt);
- meting op blote huid, na een normale uitademing, zonder dat de centimeter druk uitoefent op de huid;
- meet met de (plastic) centimeter over de horizontale streepjes heen, recht over de buik;
- meet tweemaal de omtrek en noteer de gemiddelde waarde in cm, afgerond op 0,5 cm.

Diagnostiek obesitas

Nazorg

Voorlichten

Bereken BMI met behulp van calculator of website: voer gewicht en lengte in.

| | |
|------------------|---------------|
| Normaal gewicht | BMI 18,5-24,9 |
| Overgewicht | BMI 25-29,9 |
| Obesitas | BMI 30-39,9 |
| Morbide obesitas | BMI \geq 40 |

Literatuur

- Goudswaard AN, In 't Veld CJ, Kramer WLM. Handboek diagnostische verrichtingen in de huisartsenpraktijk. Houten/Utrecht: Prelum Uitgevers BV, Nederlands Huisartsen Genootschap, 2012.
- De Jongh, e.a. Fysische diagnostiek. Bohn Stafleu van Loghum, Houten, 2015.
- NHG-Standard Obesitas, M95, 2010.