

Samengesteld door Kinderartsen Isala-klinieken, huisartsen, jeugdgezondheidsartsen GGD Regio IJssel-Vecht, fysiotherapie, diëtisten Icare en Carinova.

BEGRIPPEN

Overgewicht	Indien BMI berekening boven +1SDS en onder +2SDS.
Obesitas	Indien de BMI berekening boven +2SDS is.
Kinderen	Leeftijd 2 tot 19 jaar.

DIAGNOSTIEK

Uitgangspunten Tabel

Commentaar

Nomogram BMI, grafiek grenzen overgewicht.
Zie: http://games.voedingscentrum.nl/body_mass_index/body_mass.html.

Andere variabelen

Lengtegroei
Lichaamsbouw
Vetverdeling lichaam
Puberteitsstadium
Etniciteit
Schoolprestaties

EVALUATIE

Eerste inventarisatie Erkenning probleem?

Commentaar

Met name bij ouders.

Motivering aanpak?

Risico-perceptie bespreken. Voorbeeldgedrag ouders bespreken (sporten/ontbijten/samen aan tafel).
Bij 2-10 jaar gedrag grotendeels bepaald door gedrag ouders. Adolescenten vereisen een eigen aanpak. Zij kunnen in toenemende mate op hun eigen gedrag worden aangesproken. Signalering risico eetstoornis.

KEUZE BEHANDELING

1. Adviezen (BOFT)

Buitenspelen

Door huisarts. Laat eventueel een eet- en beweegdagboek bijhouden.

Ontbijten

Dagelijks lopend of fietsend naar school. Minimaal 1 uur per dag buitenspelen of sporten.

Frisdrank beperken

Samen ontbijten bij voorkeur met 1 van de ouders. Graanbevattend (ongezoet) ontbijt aanbevelen.

TV kijken beperken

Bespreken dat zuiver vruchtensap en limonade ook hoogcalorisch zijn, advies: maximaal 1 glas per dag, leren thee drinken en water drinken.

Nooit langer achter een beeldscherm (TV, computer) dan bewegen (max. 1-2 u/dag).
Geen TV/computer op kamer.

2. Veranderplan

Jeugdgezondheidsarts ziet de kinderen tweemaal tijdens de basisschooljaren. Huisarts kan bij signalering tussentijds verwijzen naar jeugdgezondheidsarts. Deze kan het kind dan extra zien en een veranderplan voor overgewicht toepassen. Signaleren of beweging (sport/fysiotherapie), voeding(diëtist) of opvoeding(orthopedagoog) extra ondersteuning behoeft.

3. Verwijswijzer / links

Kinderarts Isala

Ter uitsluiting endocriene of syndromale afwijkingen (bv Prader Willi) met name indien:
- BMI > 35 (morbide obesitas).
- Afbuigende lengtegroei.
- Sterk afwijkende / dalende schoolprestaties.
Zie Verwijswijzer MCC.Klik, www.mccklik.nl.

Consultatiebureau

GGD Regio IJssel-Vecht: www.rijv.nl.

Diëtist

www.carinova.nl.
www.icare.nl.

Multidisciplinaire groepsbegeleiding

Samenwerking orthopedagoog / fysio / diëtist.
www.carinova.nl.

Landelijk en Regionaal

Zie www.mccklik.nl
– Zwolse Werkafspraken – Servicepagina, onder 'Kinderen met overgewicht';
en voor een sociale kaart: www.mccklik.nl
– Zwolse Werkafspraken – Hulpdocumenten, onder 'Overgewicht'.