

# Protocol **BMI en middelomtrek meten**

Naam van de praktijk	Titel van protocol: <b>BMI en middelomtrek meten</b>	
Logo van de praktijk	Protocolnummer:	Versie:
	Auteur:	Vaststellingsdatum:
	Beheerder (naam):	Herzieningsdatum:
	Bestemd voor (functie(s)):	
Doel: vastleggen van betrouwbare meetwaarde van lichaamsgewicht, body mass index en eventueel de middelomtrek.		

## Achtergrondinformatie

De NHG-Standaard Cardiovasculair risicomanagement beveelt in navolging van de WHO aan om de BMI voor de classificatie van overgewicht en obesitas te gebruiken. Bij een BMI die rond de grens van obesitas schommelt, is de middelomtrek als aanvullende maat te gebruiken. Het risico op HVZ is toegenomen bij een middelomtrek > 80 cm bij vrouwen en > 94 cm bij mannen. Bij een middelomtrek > 88 cm bij vrouwen en > 102 cm bij mannen is het risico op morbiditeit duidelijk verhoogd. De BMI en de middelomtrek voorspellen het risico op ziekte of sterfte door HVZ even goed. Er bestaat een grote samenhang tussen deze maten. De toegevoegde waarde van meting van de middelomtrek is afhankelijk van een correcte meettechniek. De middelomtrek heeft aanvullende waarde bij personen ouder dan 55 jaar. Of dat ook zo is bij personen jonger dan 50 jaar is niet goed bekend.

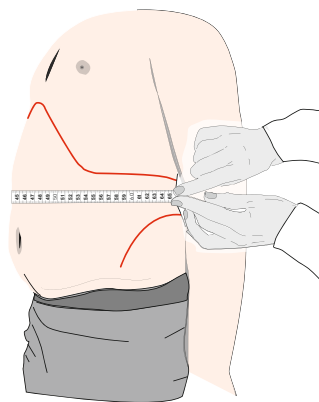
Bron: NHG-Standaard Cardiovasculair risicomanagement 2012 (eerste herziening).

## Randvoorwaarden

- De weegschaal moet op een vlakke vloer staan.

## Benodigheden

- Meetlat en meetlint.
- Geijkte weegschaal.
- Rekenmachine of schuiftabel om de BMI uit te rekenen (Veel HIS'en rekenen de BMI, ook queteletindex geheten, zelf uit aan de hand van lengte en gewicht).



### Activiteitentabel

Verantwoordelijkheden:	<b>B</b> = beslissen	<b>U</b> = uitvoeren	<b>O</b> = ontvangen	/ = en / of
------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-------------

Activiteiten (incl. benodigdheden, voorbereiding, checklist, werkwijze, complicaties)	Verantwoordelijkheden functie(-groep)
<b>1. Ontvangst patiënt</b> Laat de patiënt de schoenen en zware kleding (zoals overjas en colbert) uitdoen.	U: praktijkassistente / POH
<b>2. Meten van de lengte</b> Bepaal éénmaal per 5 jaar de lengte. Vraag de patiënt met de hakken tegen de muur aan te gaan staan en laat hem recht vooruitkijken. Meet het hoogste punt van het hoofd met een aan de wand bevestigde meetlat.	U: praktijkassistente / POH
<b>3. Meten van het gewicht</b> Laat de patiënt midden op de weegschaal stilstaan. Bepaal het gewicht in kilogrammen.	U: praktijkassistente / POH
<b>4. Bepalen van BMI</b> Bepaal de BMI door het gewicht te delen door het kwadraat van de lengte in meters. Dit kan met een rekenmachine, een schuiftabel, via het HIS of via <a href="http://www.nhg.org/BMI">www.nhg.org/BMI</a> .	U: praktijkassistente / POH
<b>5. Meten van de middelomtrek (zie figuur)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laat de patiënt rechtop staan met de voeten ongeveer 25 tot 30 cm uit elkaar.</li> <li>• Meet halverwege het laagste punt van de onderste rib en bovenvoorzijde van de bekkenkam (horizontaal streepje zetten op dit punt).</li> <li>• Meet op de blote huid, na een normale uitademing, zonder dat de centimeter druk uitoefent op de huid.</li> <li>• Meet met de centimeter (plastic) over de horizontale streepjes heen, recht over de buik.</li> <li>• Meet twee keer de omtrek en noteer de gemiddelde waarde in cm afgerond op 0,5 cm.</li> </ul>	U: praktijkassistente / POH
<b>6. Registreren van de meetwaarden</b> Registreer de lengte, het gewicht, de berekende BMI en indien gemeten de middelomtrek als meetwaarde in het HIS.	U: praktijkassistente / POH