

# JGZ-richtlijn Ondergewicht - Werkkaart

Bekijk de JGZ-richtlijn Ondergewicht op [www.jgzrichtlijn.nl](http://www.jgzrichtlijn.nl)

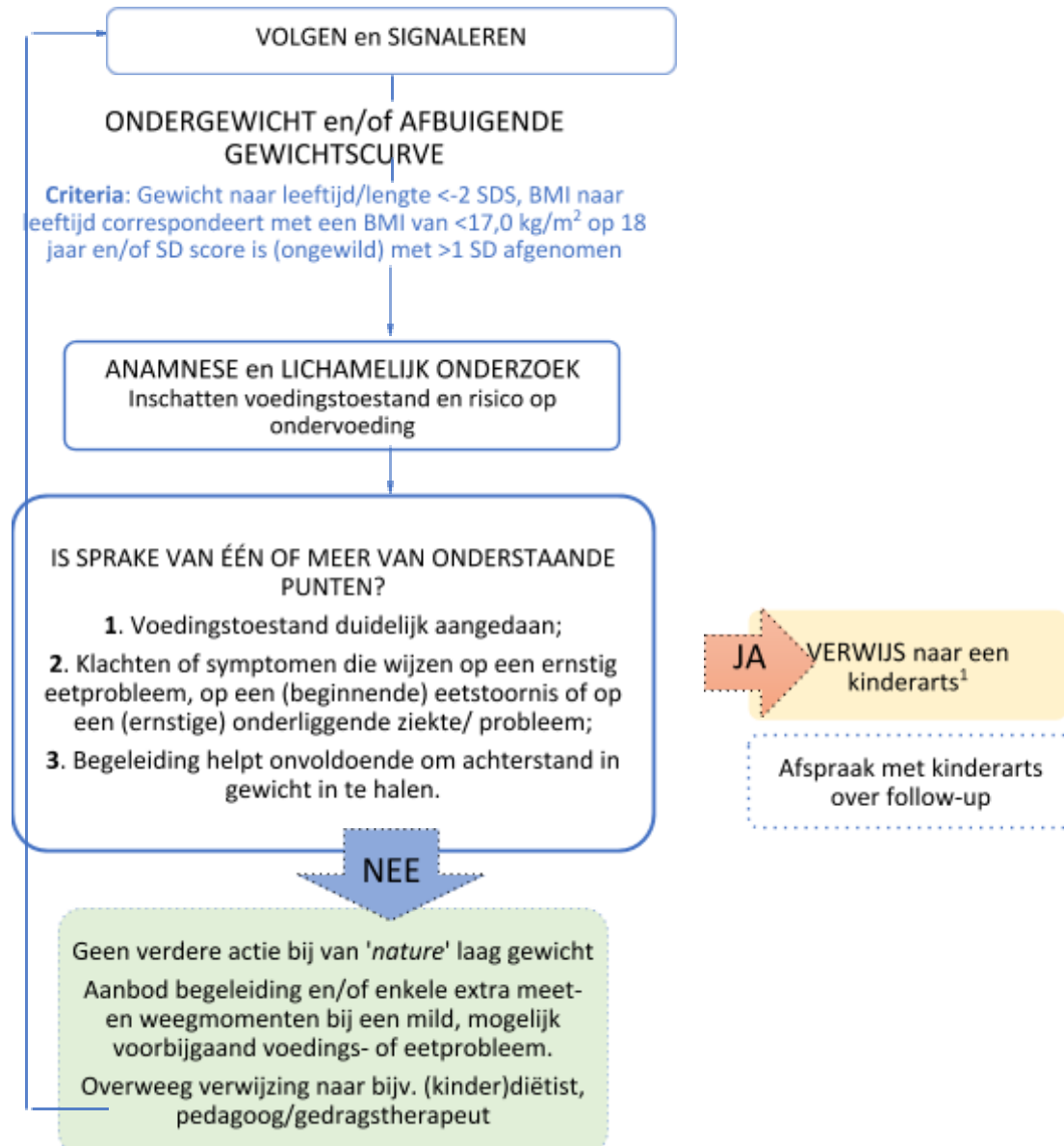
## Begrippen

- **Ondergewicht:** een gewicht dat beduidend lager is dan gebruikelijk voor jeugdigen van dezelfde lichaamslengte en/of leeftijd.
- **Ondervoeding:** een toestand waarbij een structurele disbalans bestaat tussen voedingsbehoefte en voedselinname, waardoor toenemende tekorten aan energie, eiwit en andere voedingsstoffen ontstaan, met meetbaar nadelige effecten op vorm en functie van de weefsels en het lichaam, op groei en ontwikkeling en op de klinische uitkomstmaten van ziekte.

## Beoordeling

- 0 - 1 jaar: gewicht-naar-leeftijd diagram
- 1 - 2 jaar: gewicht-naar-lengte diagram
- 2 jaar en ouder: gewicht-naar-lengte én BMI-naar-leeftijd diagram

## Beleid bij zorgen over het gewicht of het gewichtsverloop



<sup>1</sup> met vermelding van SDS voor gewicht naar leeftijd/lengte en het gewichtsverloop en met bericht aan de huisarts.

## Klinische blik

Aspecten die kunnen wijzen op ondervoeding:

- Ingevallen gelaat
- Verminderde hoeveelheid subcutaan vet, gewichtsverlies
- Verminderde spiermassa
- Het kind is apathisch, moe, passief
- Slappe handdruk, verminderde spierkracht
- Conditie van de huid is verminderd, de huid is droog, schilferig, bleek
- Conditie van het haar is verslechterd, dof haar;
- Zieke indruk
- Vertraagde schedelgroei (<2 jaar)
- Stilstand in de lengtegroei, zie JGZ-richtlijn 'Afwijkende lengtegroei' <LINK>
- Ontwikkelingsachterstand
- Gedragsproblemen
- Bij oudere kinderen: uitblijvende menstruatie, vertraagde seksuele of puberteitsontwikkeling

## Checklist anamnese

### Algemeen

- Welbevinden: algehele malaise, moeheid, lusteloosheid, schoolprestaties
- Eetlust: veranderde eetlust, invloed van ingrijpende gebeurtenissen
- Zelfbeeld
- Voorgeschiedenis: prematuriteit/ dysmaturiteit, langdurige ziekte, ziekenhuisopname, sondevoeding, medicatie

### Familieanamnese

- Ondergewicht bij ouders, broers, zussen
- Voedselallergieën, coeliakie, atopie, eetstoornissen in de familie

### Voeding

- 0-1 jaar: borstvoeding/ flesvoeding/ vaste voeding (verhouding, hoeveelheid, hoe vaak en wanneer); Vanaf 1 jaar: Ga na wat, hoeveel en wanneer het kind eet en drinkt. In overleg kan een eet- en beweegdagboekje worden gebruikt (zie [bijlagen 2 en 3](#)). Voor kinderen ouder dan 4 jaar kunnen ouders (of de jeugdige zelf) ook de Eetmeter van het Voedingscentrum invullen en meenemen: <http://mijn.voedingscentrum.nl/nl/login/>
- Voedingsproblemen: denk aan spugen, langzaam eten/drinken, kokhalzen, verslikken, wegdraaien van het hoofd, allergische reacties, problemen bij overgang van vloeibare naar vaste voeding. Ga ook de duur van de voedingsproblemen na (acuut <3 maanden/ chronisch ≥3 maanden).
- Eetproblemen: bijvoorbeeld selectief eetgedrag, voedselweigering. Ga ernst en duur van de eetproblemen na. Vraag ook naar de plaats waar meestal gegeten wordt (aan tafel?) en de manier waarop ouders het eetgedrag van hun kind ervaren en hanteren.
- Mond motorische problemen en slikklachten: overmatig kwijlen, ongecoördineerd slikken, dysfagie, pijn bij het slikken, passage stoornissen.

### Bewegen

- (Over)activiteit
- Spelen, wandelen, fietsen, buitenspelen: Ga na hoeveel uur per dag hieraan wordt besteed
- Sport: onder andere welke sport en of dit in clubverband is. Ga na hoeveel uur per week aan de sport wordt besteed

### Tractus anamnese

- KNO- en luchtwegproblematiek: duur en frequentie, recidiverende koortsperiodes
- Gastro-intestinaal: buikklachten (rondom de voeding), braken (frequentie, tijdstip, aspect), defecatie (diarree, obstipatie, ontkleurde ontlasting, bloed- of slijm bijmenging), flatulentie/ opgeblazen gevoel
- Mictie: urineweginfectie
- Huid: jeuk, uitslag, eczeem