



ΜΑΘΗΜΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΑ ΣΤΑΔΙΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

ΕΡΓΑΣΙΑ: 1. ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ

Ιατρικό Ιστορικό:

Οι γονείς ενός 10 χρονου κοριτσιού προσέρχονται για συμβουλές καθώς παρατήρησαν ότι η κόρη τους σταματά να αναπνέει όταν κοιμάται. Επίσης παρατήρησαν ότι ροχαλίζει, έχει ανήσυχος ύπνο και παρουσιάζει νυχτερινή ενοούρηση και πονοκεφάλους το πρωί. Έχει επίσης δυσκολίες συγκέντρωσης στο σχολείο που επηρεάζουν την απόδοσή της.

Οι γονείς αναφέρουν ότι τα τελευταία χρόνια πήρε 4,5 κιλά ανά έτος και ότι έχει καθιστική ζωή. Κατά την κλινική εξέταση δεν παρουσιάστηκε κάποιο παθολογικό εύρημα. Ο παιδίατρος σημείωσε ότι βρίσκεται στο στάδιο Tanner 3.

Ανθρωπομετρία:

Βάρος γέννησης: 4,500 Kg

Μήκος γέννησης: 58,42 cm

Παρόν βάρος: 52 kg

Παρόν ύψος: 144,7 cm

Διαιτολογικό ιστορικό:

Το κορίτσι έχει καλή όρεξη και τρώει ποικιλία τροφίμων. Της αρέσει να παίζει βιντεοπαιχνίδια και να διαβάζει. Δεν έχει κάποια αλλεργία και δεν έχει ξαναπάει σε διαιτολόγο. Η μητέρα σκέφτεται μήπως θα ήταν καλό να παραλείπουν κάποια σνακ και να επιβραβεύει τη μικρή με κάποιο γλυκάκι αν καταφέρνει να ασκείται.

Ανάκληση 24 ώρου:

Πρωί: 2 αραβικές πίτες, 1 ποτήρι γάλα πλήρες, 1 ποτήρι χυμός πορτοκάλι

Μεσημέρι: Μακαρόνια με κιμά και τυρί τριμμένο, 1 ποτήρι γάλα πλήρες

Απογευματινό: 2 φέτες ψωμί με μέλι και ταχίνι, 1 ποτήρι γάλα πλήρες

Βράδυ: Κοτόπουλο ψητό (2 μπουτία), 1 κούπα πουρέ πατάτας, 1 κούπα τηγανιτά κολοκυθάκια, 500 ml κρύο τσάι με ζάχαρη

Σνακ: 3 κούπες ποπ κορν

Βιοχημικοί δείκτες:

	Φυσιολογική τιμή	Ευρεθείσα τιμή
Νάτριο (mEq/L)	136-145	142
Κάλιο (mEq/L)	3,5- 5,5	4,3
Χλώριο (mEq/L)	95-105	101
BUN (mg/dL)	8-18	8
Κρεατινίνη ορού (mg/dL)	0,6- 1,2	0,6
Γλυκόζη (mg/dL)	70- 100	112 ↑
Αλβουμίνη (g/dL)	3,5-5	4,8
Προαλβουμίνη (mg/dL)	16-35	33
Αλκαλική φωσφατάση ALP (U/L)	30-120	99
ALT (U/L)	4-36	5
AST (U/L)	0-35	6
CPK (U/L)	30-135	72
Γαλακτική αφυδρογονάση (U/L)	208-378	220
Χοληστερόλη (mg/dL)	<170	165
HDL-χοληστερόλη (mg/dL)	>55 (Θ)	34 ↓
LDL-χοληστερόλη (mg/dL)	<110	110
Τριγλυκερίδια (mg/dL)	<150	114
Τρανσφερίνη (mg/dL)	250-380 (Θ)	254

Ερωτήματα:

1. Συζητήστε τα αίτια της παιδικής παχυσαρκίας
2. Συζητήστε τη σχέση άπνοιας ύπνου και παχυσαρκίας
3. Ποιοι είναι οι στόχοι για το βάρος στα παχύσαρκα παιδιά;
4. Αξιολογήστε το βάρος του κοριτσιού με βάση τις καμπύλες ανάπτυξης
5. Αναλύστε τη δίαιτα του παιδιού με τη βοήθεια πινάκων σύνθεσης τροφίμων (π.χ. USDA database)
6. Διατυπώστε τη διατροφική διάγνωση (PES STATEMENT)
7. Παρουσιάστε τους διατροφικούς στόχους ανάλογα με τα προβλήματα του κοριτσιού
8. Παρουσιάστε τις συνεδρίες που θα θέλατε να γίνουν για την εκπαίδευση του κοριτσιού ή/ και των γονιών του