



## Nutritional Assessment Platform

### Gewicht meting

Standard Operating Procedures

**Versie 1.0**

**11/25/2019**

**Auteurs:** Heidi Zweers, Anneke van den Berg, Anneke Droop, Hinke Kruijenga

**Doel:** Bepalen van het lichaamsgewicht

**Doelgroep:** Volwassenen en kinderen van alle leeftijden.

**Tijdsduur:** 5 minuten



## Inhoudsopgave

---

1. Doel .....	3
Bepalen van de lichaamsgewicht.....	3
2. Begrippen en bepalingen .....	3
2. Achtergrondinformatie .....	3
3. Doelgroep.....	3
4. Indicatie.....	3
Contra indicatie.....	3
5. Veiligheid en milieu.....	3
6. Beschrijving meetmethode, benodigdheden en uitkomst .....	4
Benodigdheden:.....	4
Meetmethode .....	4
Opstap weegschaal .....	4
Weegstoel .....	5
Kinderen tot 2 jaar of tot bereik weegschaal.....	5
Kinderen >15 kg: opstapweegschaal.....	5
Uitwerking resultaat: .....	5
7. Methodologische kwaliteit .....	6
8 Referenties .....	7



## 1. Doel

Bepalen van de lichaamsgewicht

## 2. Begrippen en bepalingen

---

Deelnemer	persoon bij wie de meting wordt uitgevoerd
Testafnemer	persoon die de meting uitvoert

## 2. Achtergrondinformatie

---

De lichaamsgewicht is een veel gebruikte maat in de gezondheidszorg. Het wordt onder andere gebruikt bij het berekenen van de BMI, de energiebehoefte, de lichaamsoppervlakte en de vetvrije massa (VVM). Door het meten van het lichaamsgewicht en dit te combineren met andere maten zoals de lengte kan op eenvoudige wijze inzicht verkregen worden in hoeverre er sprake is van over- of ondergewicht.

## 3. Doelgroep

---

Kinderen en volwassenen van alle leeftijden.

## 4. Indicatie

---

Lichaamsgewicht kan worden gebruikt voor het monitoren van veranderingen tijdens groei, gedurende chronische ziekte of tijdens voedingsinterventie.

### Contra indicatie

Geen

## 5. Veiligheid en milieu

---

Er is geen risico voor deelnemer of testafnemer.

### Milieu

N.v.t.



## 6. Beschrijving meetmethode, benodigdheden en uitkomst

---

Het lichaamsgewicht kent bij afwezigheid van ziekte een dag tot dag variatie. Het meest stabiele gewicht wordt verkregen als het gewicht in de ochtend voor het ontbijt en zonder bovenkleding en schoenen gewogen wordt. [1]

Gewicht wordt gewogen op een geijkte digitale opstapweegschaal waarbij de deelnemer op het midden van de weegschaal staat en het gewicht goed over beide benen verdeeld. Hierbij is het belangrijk dat de deelnemer zelfstandig staat, zonder ondersteuning en zonder te leunen tegen bijvoorbeeld een muur of tafel. Als het gewicht niet op een staweegschaal gewogen kan worden kan gebruik gemaakt worden van een weegstoel of weegbed.

In de klinische situatie is het van belang dat eventuele drain- of stomazakjes niet meegewogen worden.

### **Benodigdheden:**

Opstapweegschaal: ijkbare digitale opstap weegschaal voor professioneel gebruik (let op voldoende reikwijdte voor je doelgroep)

Weegstoel: ijkbare digitale weegstoel voor professioneel gebruik

Babyweegschaal: ijkbare digitale babyweegschaal met een bereik van 0-15 kg

### **Meetmethode**

#### **Opstap weegschaal**

- Weeg deelnemer bij voorkeur nuchter zonder bovenkleding en zonder schoenen
- Vraag de deelnemer op het midden van de weegschaal te staan, het gewicht goed te verdelen over beide benen en nergens tegen aan te leunen.
- Indien deelnemer een stoma of drain heeft: plaats het stoma- of drainzakje op een tafeltje of stoel of meet het gewicht direct na het legen van stoma- of drainzakje.
- Lees het gewicht af in kilogram op 1 decimaal nauwkeurig
- Testafnemer checkt of het gewicht past binnen de range waarin de weegschaal geijkt is
- Testafnemer noteert of gewicht nuchter of niet nuchter gemeten is
- Testafnemer noteert met welke weegschaal gemeten is meerdere weegschalen mogelijk zijn



In de praktijk is het niet altijd mogelijk om de deelnemer zonder bovenkleding te wegen. In dat geval kan een correctiefactor voor de kleding toegepast worden[2]:

- 0,5 kilo voor zomerkleding (jurkje of korte broek/rok met T-shirt)
- 1 kilo voor enkellaags kleding, bijvoorbeeld lange broek met overhemd
- 1,5 kilo voor dubbellaags kleding, bijvoorbeeld jeans, T shirt en trui

### Weegstoel

- Weeg deelnemer bij voorkeur nuchter zonder kamerjas, bovenkleding, pantoffels of schoenen
- Zet de weegschaal op de rem
- Vraag de deelnemer op het midden van de weegschaal te zitten en de voeten op het voetensteun van de weegstoel te laten rusten
- Indien deelnemer een stoma of drain heeft: zorg dat het stoma- of drainzakje niet meegewogen wordt of meet het gewicht direct na het legen van stoma- of drainzakje.
- Lees het gewicht af in kilogram op 1 decimaal nauwkeurig
- Testafnemer checkt of het gewicht past binnen de range waarin de weegschaal geijkt is
- Testafnemer noteert of gewicht nuchter of niet nuchter gemeten is
- Testafnemer noteert met welke weegschaal gemeten is

### Kinderen tot 2 jaar of tot bereik weegschaal:

- kind zonder kleding en zonder luier op babyweegschaal leggen
- gewicht aflezen op 5 gram nauwkeurig

### Kinderen >15 kg: opstapweegschaal:

- kind wegen in ondergoed
- het kind moet zelfstandig op het midden van de weegschaal staan: niet vasthouden en niet tegen een muur leunen
- gewicht aflezen op 1 decimaal nauwkeurig

### Uitwerking resultaat:

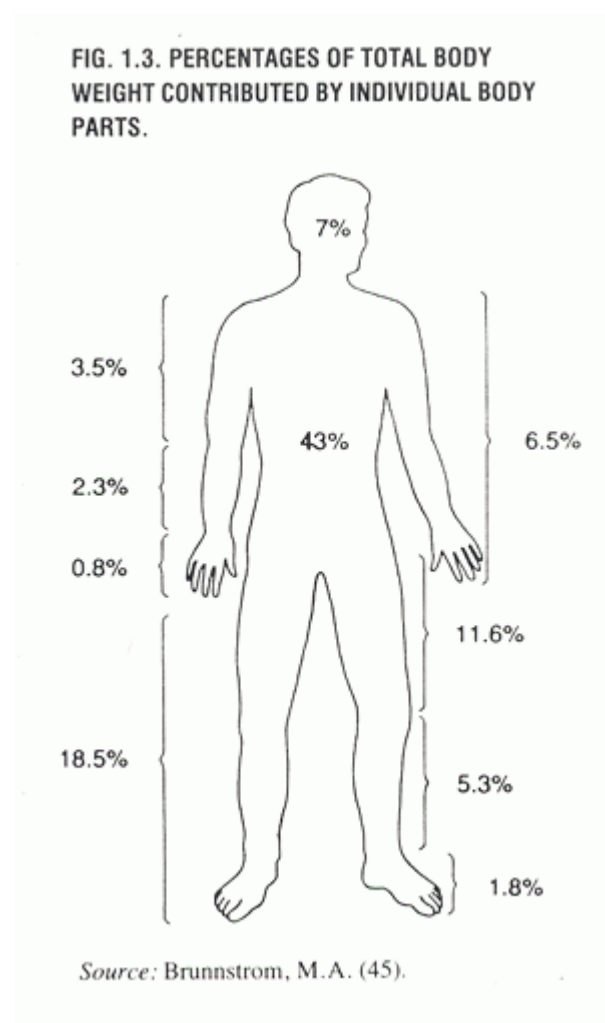
Volwassenen: gewicht is een grove maat om de voedingsstatus te bepalen. Het meet de totale massa maar geeft geen inzicht in de samenstelling. Het regelmatig bepalen van het gewicht geeft een indicatie van veranderingen in de voedingsstatus. Gewicht wordt ook gebruikt in samengestelde parameters zoals BMI.

Kinderen: tot de leeftijd van 1 jaar wordt alleen de groeicurve gewicht naar leeftijd gebruikt. Bij te vroeg geboren en moet de leeftijd gecorrigeerd worden. Daarna zijn de groeicurves voor BMI naar leeftijd (van 24 maanden) en gewicht naar lengte ter interpretatie als



samengestelde parameter geschikt. Weergave in SD-waarden groeidiagrammen ([websiteTNO https://www.tno.nl/nl/aandachtsgebieden/gezond-leven/roadmaps/youth/groeidiagrammen-in-pdf-formaat/](https://www.tno.nl/nl/aandachtsgebieden/gezond-leven/roadmaps/youth/groeidiagrammen-in-pdf-formaat/))

Bij amputaties kan onderstaande figuur gebruikt worden om correcties op gewicht te berekenen. BMI bij werkelijk gewicht is dan niet representatief.[3]



## 7. Methodologische kwaliteit

---

Het is erg belangrijk om gewicht nauwkeurig en gestandaardiseerd te meten omdat het gebruikt wordt in allerlei vervolg berekeningen. Als het gewicht dan niet klopt worden de resultaten van de afgeleide berekeningen ook minder betrouwbaar.

Weegschalen horen gekalibreerd te worden en op een goede ondergrond te staan. Verplaatsen van de weegschaal moet bij goede weegschaal geen invloed op de uitslag hebben.



## 8 Referenties

---

1. Becker-Woudstra G HM., Van Kuijeren R et al. *Het diëtistisch consult*. Den Haag: Boom Lemma uitgevers; 2012.
  2. Rodrigues R, Speksnijder F, Van Eijk J et al. *Correctiefactor voor kleding bij bepalen lichaamsgewicht*. NTVD, 2017(72): p. 28.
  3. Brunstrom S, *Haltung; chapter III of Körperstellung (body posture) by Rudolph Magnus*. Phys Ther Rev, 1953. **33**(6): p. 281.
-