

Учреждение образования  
«Белорусский государственный медицинский университет»

**ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ (чек-лист)**

для контроля практических навыков по учебной дисциплине  
\_\_\_\_\_ нормальная физиология \_\_\_\_\_

ФИО студента \_\_\_\_\_  
Факультет \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_ Курс \_\_\_\_\_

Практический навык (раздел практических навыков): №10 Оценка массы тела. Расчет индекса массы тела. Физиологическая оценка получаемых показателей и формирование научно обоснованных рекомендаций по коррекции массы тела

№ п/п	Параметр выполнения действия	Отметка в баллах
1	Материалы и оборудование для оценки массы тела.	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2
2	Расчет ДМТ по формуле Брока–Бругша.	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1
3	Расчет ДМТ с учетом пола и роста.	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1
4	Расчет индекса массы тела.	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1
5	Физиологическая оценка полученных показателей.	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2
6	Формирование научно обоснованных рекомендаций по коррекции массы тела в случае повышения / понижения МТ человека по сравнению с ДМТ.	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3
	Итоговая отметка по 10-ти балльной шкале	

Преподаватель  
Дата \_\_\_\_\_

И.О.Фамилия

*Интерпретация результатов практического навыка: № 10 Оценка массы тела. Расчет индекса массы тела. Физиологическая оценка получаемых показателей и формирование научно обоснованных рекомендаций по коррекции массы тела*

№ п/п	Параметр выполнения действия	Отметка в баллах
1	<p><b>Материалы и оборудование для оценки массы тела.</b> Студент рассказывает, как правильно использовать необходимое оборудование: - рычажные весы, деревянный ростомер.</p> <p><b>Выполнение процедуры взвешивания:</b> - открыть затвор арретира, гири сдвинуть к нулю, закрыть затвор арретира; - снять верхнюю одежду, разуться и осторожно встать на центр площадки весов, открыть затвор арретира, продвигать гири на весах влево; - посмотреть данные; - закрыть затвор арретира и сойти с платформы.</p> <p><b>Измерение роста:</b> снять обувь и головной убор; поднять планку ростомера выше предполагаемого роста; встать на середину площадки ростомера так, чтобы касаться вертикальной планки ростомера пятками, ягодицами, межлопаточной областью и затылком; голова должна располагаться в «плоскости Франкфурта» - нижний край глаза и наружный слуховой проход на одной горизонтальной линии; планку ростомера опустить на голову; определить на шкале рост по нижнему краю планки (на выдохе).</p>	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2
2	<p><b>Расчет ДМТ по формуле Брока–Бругша.</b> Студент рассчитывает свою должную массу тела по одной из формул:  <math>DMT = \text{Рост (см)} - 100</math> (при росте до 165 см);  <math>DMT = \text{Рост (см)} - 105</math> (при росте от 166 до 175 см);  <math>DMT = \text{Рост (см)} - 110</math> (при росте свыше 175 см)</p>	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1
3	<p><b>Расчет ДМТ с учетом пола и роста.</b> Студент рассчитывает свою должную массу тела по одной из формул:  <math>DMT (\text{мужчин}) = 48 + (\text{Рост (см)} - 152) \cdot 1,1 \text{ кг/см}</math>;  <math>DMT (\text{женщин}) = 48 + (\text{Рост (см)} - 152) \cdot 0,9 \text{ кг/см}</math></p>	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1
4	<p><b>Расчет индекса массы тела.</b> Студент рассчитывает свой индекс массы тела по формуле (с учётом фактических МТ и роста):  <math>ИМТ = \text{МТ}_{\text{кг}} / (\text{Рост}_{\text{м}})^2</math></p>	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1
5	<p><b>Физиологическая оценка полученных показателей.</b> Повышение МТ человека по сравнению с ДМТ:          – на 15–29 % свидетельствует об ожирении I степени;          – на 30–49 % свидетельствует об ожирении II степени;          – на 50–100 % свидетельствует об ожирении III степени;          – свыше 100 % свидетельствует об ожирении IV степени. Пониженная МТ человека по сравнению с ДМТ          – на 10–20 % означает слабую степень белково-энергетической недостаточности (БЭН) рациона;          – на 21–30 % означает умеренную степень (БЭН) рациона;          – на 31–40 % означает тяжелую степень (БЭН) рациона;          – свыше 40 % означает кахексию.</p> <p>Студент анализирует ИМТ:  <math>ИМТ = 18,5-24,9 \text{ кг/м}^2</math> – нормальная масса тела;  <math>ИМТ &lt; 18,5 \text{ кг/м}^2</math> – гипотрофия, риск развития заболеваний: анемии; снижение иммунитета и повышение частоты инфекционных заболеваний легких, мочевых путей и др.; остеопороз, кахексия;  <math>ИМТ \geq 25; &lt; 30 \text{ кг/м}^2</math> – гипертрофия, повышенная масса тела, риск развития заболеваний: ожирение, сахарный диабет, атеросклероз, артериальная гипертензия и др.  <math>ИМТ \geq 30 \text{ кг/м}^2, &lt; 35</math> - ожирение I степени  <math>ИМТ \geq 35 \text{ кг/м}^2, &lt; 40</math> - ожирение II степени  <math>ИМТ \geq 40 \text{ кг/м}^2</math> - ожирение III степени</p>	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2

6	<p><i>Формирование научно обоснованных рекомендаций по коррекции массы тела в случае повышения / понижения МТ человека по сравнению с ДМТ.</i></p> <p><b>При снижении / повышении массы тела:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- достаточное, регулярное, сбалансированное питание;</li> <li>- умеренные физические нагрузки;</li> <li>- сокращение стрессовых ситуаций, отказ от вредных привычек;</li> <li>- профилактическая проверка уровня гормонов, а также профилактические осмотры на предмет заболеваний желудочно-кишечного тракта и эндокринной системы;</li> <li>- при обнаружении недостаточного / избыточного веса необходимо обратиться к специалисту и пройти обследование.</li> </ul>	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3
	<i>Итоговая отметка по 10-ти балльной шкале</i>	