



LENGTEGROEI

Informatie voor ouders over de lengtemeting bij de Jeugdgezondheidszorg

WAAROM MEET DE JEUGDGEZONDHEIDSZORG DE LENGTE VAN KINDEREN EN JONGEREN?

Ieder kind is anders en ieder kind groeit anders. Soms groeit een kind sneller of langzamer dan verwacht. Dan kan een kinderarts in het ziekenhuis onderzoeken waarom het kind anders groeit dan verwacht. Als dat komt door een aandoening, dan heeft het kind soms een behandeling nodig. Ernstige aandoeningen zijn zeldzaam.



AFBEELDING 1.

Een baby wordt gemeten in een meetbak.



AFBEELDING 2.

Een kind wordt staand gemeten.

HOE LANG WORDT MIJN KIND?

Hoe lang een kind wordt, is niet precies te voorspellen. Pas na de leeftijd van 10 jaar kan er een betrouwbare voorspelling worden gedaan. De lengtegroei is afhankelijk van veel dingen. Bijvoorbeeld de lengte van de ouders, voeding, de start van de puberteit, etc.

HOE MEET DE JEUGDGEZONDHEIDSZORG DE LENGTE?

Baby's tot ongeveer 18 maanden

De lengte van baby's wordt gemeten met een meetbak (zie afbeelding 1). De ouder legt de baby op de meetbak. Het hoofd van de baby moet tegen de bovenkant van de plank liggen. De assistent of jeugdverpleegkundige strekt de benen van de baby voorzichtig en schuift de meetlat tegen de voeten. Daarmee leest zij/hij af hoe lang de baby is.

Vanaf ongeveer 18-24 maanden

Als het kind goed zelfstandig rechtop kan blijven staan, wordt de lengte staand gemeten (zie afbeelding 2). De assistent of jeugdverpleegkundige vertelt het kind wat er gaat gebeuren. Het kind mag geen schoenen of sokken aanhebben. Daarnaast mag er niets op het hoofd van het kind zitten, bijvoorbeeld staartjes of speldjes. De assistent of jeugdverpleegkundige schuift het bovenstuk tegen het hoofd van het kind. Daarmee leest zij/hij af hoe lang het kind is.

Wat zijn betrouwbare websites of apps met informatie over lengtegroei?

Websites:

www.kindengroei.nl
www.opvoeden.nl

Apps:

iGrow
GroeiGids

HOE BEPAALT DE JEUGDGEZONDHEIDSZORG DE PUBERTEITSFASE?

Aan het einde van de puberteit groeit een kind niet meer. Voor het beoordelen van de lengtegroei tussen de 12 en 14 jaar is het belangrijk om te weten hoe de puberteit verloopt. Er zijn twee manieren waarop een jeugdarts of jeugdverpleegkundige kan bepalen in welke fase van de puberteit je kind zit.

1. De jeugdverpleegkundige of jeugdarts doet een lichamelijk onderzoek. Het kind moet zich hierbij (deels) uitkleden. Als het kind dat niet wil, dan hoeft het niet. Het is ook niet altijd mogelijk om een lichamelijk onderzoek te doen. Bijvoorbeeld omdat er geen geschikte ruimte is.
2. De jeugdverpleegkundige of jeugdarts stelt vragen om te beoordelen in welke fase van de puberteit het kind zit. En hij/zij vraagt aan het kind om de lichamelijke veranderingen op plaatjes aan te wijzen (zie bijlage). Deze methode is minder betrouwbaar.

HOE WORDT BEPAALD OF MIJN KIND GOED GROEIT?

De jeugdarts of jeugdverpleegkundige kijkt goed naar de lengtegroei van het kind. Daarbij gebruiken zij een groeidiagram (zie figuur 1). Op dit diagram staan een aantal lijnen. De middelste lijn is de gemiddelde lengte voor die leeftijd. De meeste kinderen groeien binnen het donkergekleurde gedeelte. Ook als het kind buiten het gekleurde gedeelte groeit, is er niet altijd iets ernstigs aan de hand.

Bij het beoordelen van de lengtegroei gebruikt de jeugdverpleegkundige of jeugdarts ook de lengte van de ouders.

De jeugdarts of jeugdverpleegkundige maakt op basis van allerlei berekeningen een beslissing of de lengte kleiner of groter is dan verwacht. Als de lengte anders is dan verwacht, zal de jeugdarts het kind verwijzen naar het ziekenhuis voor extra onderzoek.

IK HEB VRAGEN OVER LENGTEGROEI, WAT KAN IK DOEN?

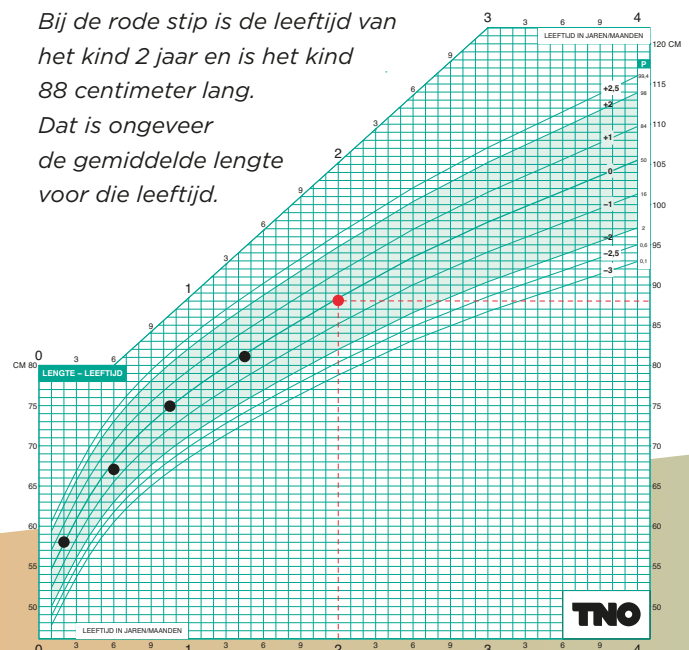
Als je vragen hebt over de lengtegroei kun je ze stellen aan de jeugdarts of jeugdverpleegkundige, of aan je huisarts. De meeste jeugdgezondheidsorganisaties hebben een inloopspreekuur. Daar kun je het kind laten meten. En je kunt je vragen stellen.

FIGUUR 1.

Een voorbeeld van een groeidiagram.

Bij de rode stip is de leeftijd van het kind 2 jaar en is het kind 88 centimeter lang.

Dat is ongeveer de gemiddelde lengte voor die leeftijd.





INFORMATIE VOOR OUDERS VAN KINDEREN MET EEN ANDERE LENGTEGROEI DAN VERWACHT

DE JEUGDARTS OF JEUGDVERPLEEGKUNDIGE HEEFT MIJN KIND VERWEZEN NAAR HET ZIEKENHUIS OM DE LENGTEGROEI. MOET IK ME ZORGEN MAKEN?

In het ziekenhuis kan de arts onderzoeken of het kind een aandoening heeft. Voor sommige aandoeningen is een behandeling nodig. Ernstige aandoeningen zijn zeldzaam. Bij een groot deel van de kinderen die naar het ziekenhuis gaan voor de lengtegroei wordt niets gevonden.

WAT WORDT ER GEDAAN IN HET ZIEKENHUIS?

In het ziekenhuis wordt er een röntgenfoto gemaakt van de linkerhand van het kind. En er wordt bloed afgenomen voor een bloedonderzoek. Soms worden er nog meer onderzoeken gedaan. Een bezoek in het ziekenhuis voor lengtegroei duurt ongeveer 2,5-3 uur, soms langer. Neem daarom voldoende speelgoed en eten mee voor je kind.

WAT KOST HET BEZOEK AAN HET ZIEKENHUIS?

Een onderzoek in het ziekenhuis is gratis voor kinderen tot 18 jaar. Ook de behandeling voor groeiaandoeningen in het ziekenhuis kost niets voor kinderen tot 18 jaar. Wel kan het geld kosten om bijvoorbeeld te parkeren bij het ziekenhuis.

MIJN KIND IS LANG. WAT ZIJN DE GEVOLGEN?

De gevolgen voor kinderen die lang zijn, zijn voor iedereen anders. Als de grote lengtegroei komt door een aandoening kan de arts in het ziekenhuis meer vertellen over de gevolgen. De jeugdarts en jeugdverpleegkundige kunnen vertellen over de gevolgen voor kinderen die lang zijn.

TIPS

- Sommige mensen behandelen een lang kind alsof het kind al ouder is. Zeg tegen die mensen dat het kind lang lijkt, maar nog jong is.
- Sommige mensen overschatten lange kinderen. Dat kan tot gevaarlijke situaties leiden. Bijvoorbeeld als het kind mee mag op een boot bij oudere vriendjes, terwijl het zelf nog niet goed kan zwemmen.
- Laat het kind dingen doen die passen bij de leeftijd. Bijvoorbeeld nog niet in de enge achtbaan, ook al is hij er lang genoeg voor.
- Laat het kind kleding dragen die past bij de leeftijd.
- Bespreek met de juf of meester dat het kind langer is, maar even oud als klasgenootjes. En dat het belangrijk is dat de juf of meester en de andere kinderen in de klas het kind niet als ouder behandelen. Je kunt ook bespreken dat andere ouders moeten weten dat het kind langer is, maar even oud is als de klasgenootjes. Bijvoorbeeld via een mail of op een ouderavond.
- Bespreek ook met de juf of meester dat het kind misschien aangepast meubilair nodig heeft (hogere stoel en tafel).

MIJN KIND BLIJFT WAARSCHIJNLIJK KLEIN. WAT ZIJN DE GEVOLGEN?

De gevolgen voor kinderen die klein zijn, zijn voor iedereen anders. Als de kleine lengtegroei komt door een aandoening kan de arts in het ziekenhuis meer vertellen over de gevolgen. De jeugdarts en jeugdverpleegkundige kunnen vertellen over de gevolgen voor kinderen die klein zijn.

TIPS

- Sommige mensen behandelen een klein kind alsof het kind nog erg jong is. Zeg tegen die mensen dat het kind klein lijkt, maar al ouder is.
- Sommige mensen onderschatten kleine kinderen. Dat kan tot vervelende situaties voor het kind leiden. Bijvoorbeeld dat het kind ergens niet aan mee mag doen, omdat het nog te jong lijkt.
- Laat het kind dingen doen die passen bij de leeftijd. Bijvoorbeeld ook op de grote schommel en klimrek als de andere kinderen van dezelfde leeftijd dat ook doen.
- Laat het kind kleding dragen die past bij de leeftijd.
- Leer het kind om voor zichzelf op te komen en vertel dat hij of zij alles mag wat leeftijdsgenootjes ook mogen. Bijvoorbeeld "ik mag dat wel, want ik ben al vier jaar".
- Bespreek met de juf of meester dat het kind kleiner is, maar even oud als klasgenootjes. En dat het belangrijk is dat de juf of meester en de andere kinderen in de klas het kind niet als jonger behandelen. Je kunt ook bespreken dat andere ouders moeten weten dat het kind kleiner is, maar even oud is als de klasgenootjes. Bijvoorbeeld via een mail of op een ouderavond.
- Bespreek ook met de juf of meester dat het kind misschien aangepast meubilair nodig heeft (lagere stoel en tafel).

Wat zijn betrouwbare websites of apps met informatie over lengtegroei?

Websites:

www.kindengroei.nl
www.opvoeden.nl

Apps:

iGrow
GroeiGids

TIP VOOR OUDERS VAN EEN KLEINER KIND:

Laat het kind dingen doen die passen bij de leeftijd. Bijvoorbeeld ook op de grote schommel en klimrek als de andere kinderen van dezelfde leeftijd dat ook doen.



TIP VOOR OUDERS VAN EEN LANGER KIND:

Sommige mensen overschatten lange kinderen. Dat kan tot gevaarlijke situaties leiden. Bijvoorbeeld als het kind mee mag op een boot bij oudere vriendjes, terwijl het zelf nog niet goed kan zwemmen.