



**AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
HEMŞİRELİK FAKÜLTESİ
2025-2026 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
GÜZ DÖNEMİ**

HALK SAĞLIĞI HEMŞİRELİĞİ DERSİ

ÖĞRENCİ UYGULAMA REHBERİ

2025

ROTASYON ALANLARI UYGULAMA KURALLARI

1. Öğrenciler her ilçede öğretim elemanlarının hazırladığı rotasyon doğrultusunda uygulama yapar. İlçeler arasında uygulama alanları arasında farklılık olsa da her öğrenci toplamda **iki uygulama alanına çıkacak ve bu alanlardan not alacaktır.**
2. Dersin ölçme ve değerlendirme süreci **üç aşamadan** oluşur. **Ara sınav, 3–7 Kasım 2025** tarihleri arasında yapılacak ve 40 sorudan oluşacaktır. **Uygulama değerlendirmesi, toplam notun %40'ını oluşturur; bu notun %60'ı saha uygulamasından, %40'ı ise uygulama sınavından elde edilir. 3 Aralık 2025 Çarşamba günü 12.30–13.20 saatleri arasında** gerçekleştirilecek **uygulama sınavında**, öğrencinin her alanla ilgili kazanması gereken becerilere yönelik senaryo temelli sorular sorulacak, her senaryo için en az iki çoktan seçmeli ve bir yorum sorusu yer alacaktır. **Final sınavı ise dönem sonu final haftasında** yapılacak ve 50 sorudan oluşacaktır. Bu değerlendirme süreci sırasıyla %20 ara sınav, %40 uygulama ve %40 final sınavı olmak üzere toplam başarı notunu oluşturur.
3. Rotasyon alanlarından bazılarında sürekli öğretim elemanı bulunmayabilir. Bu durumda öğrenciler direkt kurumda çalışan personelin sorumluluğu altında çalışırlar. Öğretim elemanının ve kurum çalışanının izni olmadan kurumdan ayrılamazlar ve devamsızlık durumunda önceden kurum çalışanlarını haberdar etmekle yükümlüdürler.
4. Öğrenciler uygulama alanlarında **etik sorumluluklarının bilincinde** olarak etik kurallar çerçevesinde verilen görev ve sorumluluklarını yerine getirirler.
5. Öğrenciler uygulama alanlarında ilgili sağlık çalışanının bilgisi, onayı ve gözetimi olmaksızın **herhangi bir girişimsel işlem (aşı, enjeksiyon vb.) yapamazlar.**
6. Öğrenciler kurumun **işleyişine/ kurallarına ve mesai saatlerine uymak durumundadır.**
7. Öğrenciler uygulama alanlarında etik sorumluluklarının bilincinde olarak etik kurallar çerçevesinde verilen görev ve sorumluluklarını yerine getirirler.
8. Kurumların öğrencilere herhangi bir ücret, yemek, vb. sağlama yükümlülüğü **yoktur.**
9. Öğrenciler, **her bir rotasyon alanı için en fazla 2 gün olmak üzere, toplamda 4 gün devamsızlık** hakkına sahiptir ve her rotasyona ait raporu ilgili öğretim elemanına yönelik MS Teams platformu üzerinden teslim etmelidir.
10. Öğrenciler uygulama yaptıkları her bir alana ilişkin konularda yapılmış olan bir araştırma makalesini (derleme olmamalı) bularak, çıktısını ve bir sayfalık özetini uygulama süresince yanında bulundurmalıdır. Sorumlu öğretim elemanı rehberliğinde uygun olan zaman ve sıklıkta öğrencilerle **makale tartışmaları yapılacaktır.** Makaleler Google Akademik (<https://scholar.google.com/>), Dergipark (<https://dergipark.org.tr/tr/>), PubMed (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>) gibi sitelerden Türkçe ya da İngilizce olarak taranabilir.

ROTASYON ALANLARI RAPORLARININ HAZIRLANMASINA İLİŞKİN KURALLAR

1. Raporlar **bilgisayar ortamında Word** dosyası şeklinde ve bireysel olarak hazırlanmalıdır.
2. Raporlar Times New Roman yazı tipi, 12 punto büyüklük ve 1.5 satır aralıklı yazılmalıdır.
3. Yazımda her sayfanın tüm kenar boşlukları 2.5 cm boşluk bulunmalıdır.
4. Raporlar öğretim elemanları tarafından tek tek kontrol edilecektir, bu nedenle arkadaşından alınan/benzerlik tespit edilen raporlara puan verilmeyecektir.
5. Raporun kapak sayfasında **uygulamaya çıkılan kurum, tarih aralığı, öğrenci ve öğretim**

elemanı adı ve soyadı mutlaka yazılmalıdır.

6. Raporun yönergeye **uygun, düzgün ve zamanında** teslim edilmesi gerekir.
7. Öğrenciler her rotasyon alanına ilişkin rotasyon raporu vermekle yükümlüdür.
8. Rotasyon alanı raporlarının rotasyonun bitimini izleyen haftanın **çarşamba** günü **08:30-17:00** saatleri arasında Halk Sağlığı Hemşireliği dersi için oluşturulan Microsoft Teams platformundaki ödev kısmına yüklemesi gerekmektedir. Belirtilen gün ve saatler arasında rotasyon alanı raporlarının yüklenmesi sorumluluğu tamamen öğrenciye aittir.
9. Zamanında teslim edilmeyen ya da okunaklı olmayan raporlar değerlendirmeye alınmayacak olup, bu öğrenciler rapordan **“0 puan”** almış olacaktır.

UYGULAMA ALANLARINA İLİŞKİN ÖĞRENCİLERDEN BEKLENEN UYGULAMALAR

Bu tablo, öğrencilerden rotasyon alanlarında uygulaması beklenen becerilerin/davranışların sayısının kaydedilmesi amacıyla oluşturulmuştur.

Uygulama alanı	Çalışma şekli <i>Bireysel: B Grup: G</i>	Beklenen beceri/davranış/çalışma	Kullanılacak Formlar/Materyaller	Minimum uygulama sayısı
Aile Sağlığı Merkezi (ASM)	B	15-49 yaş kadın izlemi	15-49 Yaş Kadın İzlem Formu	1
	B	Gebe-lohusa izlemi	Gebe-Lohusa İzlem Formu	1
	B	Bebek-çocuk izlemi	Bebek-Çocuk İzlem Formu Boy, ağırlık persentilleri	1
	B	Çocuk aşı uygulaması	Sağlık Bakanlığı Aşı Kartı	-
	B	Erişkin aşı uygulaması	Sağlık Bakanlığı Aşı Kartı	-
	B	Enjeksiyon	Enjeksiyon Pansuman Defteri	3
	B	Pansuman	Enjeksiyon Pansuman Defteri	1 (olursa)
	B	Kan alma	-	3
	B	Sağlık eğitimi	Broşür, afiş, vb.*	1
Okul	B/G	Boy, kilo ölçümü	Boy ve ağırlık persentilleri	Sınıf
	B/G	BKİ hesaplaması	BKİ persentili	Sınıf
	B/G	Kan basıncı ölçümü	Boy ve kan basıncı persentilleri	Sınıf
	B/G	Göz taraması**	Snellen kartı	Sınıf
	B/G	Saçta bit taraması**	-	Sınıf
	B/G	Tarama sonuçlarının değerlendirilmesi ve raporlanması	Okul Sağlığı Uygulaması Fiziksel Ölçümler Veri Toplama Formu	Sınıf
	B/G	Sonuçlara göre gerekli olan takip, bilgilendirme ve yönlendirme	Okul Sağlığı Uygulaması Fiziksel Ölçümler Veri Toplama Formu, broşür, afiş, vb.	1
	B/G	Sağlık eğitimi	Gereksinime uygun	1

Sağlıklı Hayat Merkezi	B	Gebe eğitimi	Broşür, afiş, sunum vb.	-
	B	Aile planlaması eğitimi	- AP resimli rehber - Broşür, afiş, sunum vb.	1
	B	KKMM eğitimi	- Broşür, afiş, sunum vb. - Meme maketi	1
	B	PAP Smear eğitimi	Broşür, afiş, sunum vb.	1
	B	Sigaranın zararları ve bırakma yolları eğitime katılma, izleme	Broşür, afiş, sunum vb.	-
	B	Gaitada gizli kan testi uygulaması	- Broşür, afiş, sunum vb. - Gaitada gizli kan testi kiti	1
	B	Kolon kanseri ve korunma yolları hakkında eğitim	Broşür, afiş, sunum vb.	1
	B/G	Yetişkin aşı uygulaması	- Kuruma ait resmi formlar	-
	B	Yetişkin BKİ hesaplaması ve Obezite hakkında eğitim	- Broşür, afiş, sunum vb. - Tartı, mezura	-
Yaşlı Evleri	B	Rotasyon Alanları Raporunun içeriğini yazma	Rotasyon Alanları Raporunun içeriği	2
	B	Rotasyon alanlarında yapılan bireysel uygulamalar/gözlemleri raporlama	Rotasyon Alanı Bireysel Uygulama/ Gözlem Formu	2
	B	Alana yönelik literatür tartışmalarının raporlanması	Alana yönelik literatür tartışmanın raporlanması	2
	B/G	Kan basıncı ölçümü	- Tartı, mezura - Glikometre - Tansiyon aleti - Steteskop - Broşür*, afiş, sunum vb.	Sınır yok
	B/G	Kan şekeri ölçümü		Sınır yok
	B/G	Obezite izlemi		Sınır yok
	G	Eğitim (Yaş aralığına uygun kanser taramaları, E-Nabız kullanımı vb. konularda)		Sınır yok

NOT: Öğrenciler uygulama boyunca bu formu yanında bulundurmalı, minimum uygulama sayısına ulaşmalıdır.

*Broşür, afiş, sunum vb. eğitim materyali, öğrenci tarafından hazırlanabileceği gibi, Sağlık Bakanlığı'nın hazır materyalleri de kullanılabilir.

**Bu uygulamalar Kepez Özel Eğitim Uygulama Okulu 2. ve 3. Kademe için zorunlu değildir.

ROTASYON ALANLARI RAPORUNUN İÇERİĞİ

Kurumun/Ünitenin/Birim	Açıklayınız.
Fiziksel ortam (bulunduğu yerin konumu, genel fiziki özellikleri)	
Çalışan insan gücü (sayısı, nitelikleri ve özellikleri)	
Hizmet olanakları (araç-gereç, teknik donanım, cihazlar vb.)	
Kurumda/Ünitede/Birimde Verilen Hizmetler (Sağlık eğitimi, bağışıklama, vb.)	
Kurumda/Ünitede/Birimde kullanılan kayıtlar, formlar	
Hizmetten yararlanma koşulları	
Uygulama Yapılan Birimlerin Değerlendirilmesi	Öğrencinin görüş ve yorumları
Bu uygulama alanının en iyi yönleri/size katkıları nelerdi?	
Bu uygulama alanının hangi yönleri geliştirilebilir?	

Not: Bu form her uygulama/rotasyon alanı için ayrı olarak doldurulacaktır. Uygulama yapılan kurumdaki tüm birimlerin görülememesi durumunda, sadece uygulama yapılan birimlerin tanıtımı yapılabilir.

ROTASYON ALANI BİREYSEL UYGULAMA/ GÖZLEM FORMU

Bu form her uygulama/rotasyon alanı için ayrı olarak doldurulacaktır. 1. Rotasyon grubunda 4 Hafta, 2. Rotasyon grubunda ise 5 Haftalık alan doldurulacaktır.

ASM Uygulamaları	1. HAFTA		2. HAFTA		3. HAFTA		4. HAFTA		5. HAFTA	
	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı
15-49 yaş kadın izlemi										
Gebe-lohusa izlemi										
Bebek-çocuk izlemi										
Çocuk aşı uygulaması										
Erişkin aşı uygulaması										
Enjeksiyon										
Pansuman										
Kan alma										
Sağlık eğitimi										

Okul Uygulamaları	1. HAFTA		2. HAFTA		3. HAFTA		4. HAFTA		5. HAFTA	
	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı
Boy, kilo ölçümü										
BKİ hesaplaması										
Kan basıncı ölçümü										
Göz taraması*										
Saçta bit taraması*										
Tarama sonuçlarının değ. ve raporlanması										
Sonuçlara göre gerekli olan takip, bilgilendirme ve yönlendirme										
Sağlık eğitimi										

***Kepez Özel Eğitim Uygulama Okulu 2. ve 3. Kademe için zorunlu değildir.**

SHM Uygulamaları	1. HAFTA		2. HAFTA		3. HAFTA		4. HAFTA		5. HAFTA	
	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı
Gebe eğitimi										
Aile planlaması eğitimi										
KKMM eğitimi										
PAP Smear eğitimi										
Sigaranın zararları ve bırakma yolları eğitimine katılma, izleme										
Gaitada gizli kan testi uygulaması										
Kolon kanseri ve korunma yolları hakkında eğitim										
Yetişkin aşı uygulaması										
Yetişkin BKİ hesaplaması ve Obezite hakkında eğitim										

Yaşlı Evi Uygulamaları	1. HAFTA		2. HAFTA		3. HAFTA		4. HAFTA		5. HAFTA	
	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı	Gözlem Sayısı	Uygulama Sayısı
Kan şekeri ölçümü										
Kan basıncı ölçümü										
Obezite izlemi										
Eğitim (Yaş aralığına uygun kanser taramaları, E-Nabız kullanımı vb. konularda)										
Rotasyon Alanları Raporunun içeriğini yazma										
Rotasyon alanlarında yapılan bireysel uygulamalar/gözlemleri raporlama										
Alana yönelik literatür tartışmalarının raporlanması										

ALANA YÖNELİK LİTERATÜR TARTIŞMANIN RAPORLANMASI

1. Makalenin tam metninin çıktısını ekleyiniz.

2. Makale eleştirisini aşağıdaki başlıklara göre yaparak, çıktısını ekleyiniz

(Not: Yanıtlar çok kısa olmalı, rapor en fazla iki sayfa olmalıdır)

MAKALE ELEŞTİRİ RAPORU

1. Eleştireceğiniz makalenin bibliyografik künyesini yazınız.

Örnek: Ağralı C, Ünal E, Kapıkıran G, Çetin Y. Hemşirelerde merhamet yorgunluğunun empatik öfke düzeylerine etkisi. Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi. 2024;11(1):171-179.

2. Araştırmanın başlığı makalenin bütünü hakkında (popülasyonu, temel konusu, değişkenleri, girişimleri ve araştırma türü) bilgi veriyor mu?

3. Makalenin özeti araştırmanın tamamı hakkında yeterli bilgi veriyor mu?

4. Araştırmanın anahtar kelimeleri uygun mu?

5. Makalenin giriş bölümünde araştırma problemi yeterince açık ortaya konulmuş mu?

6. Yöntem bölümünde:

- Araştırmanın amacı açıklanmış mı?
- Araştırmanın türü açıklanmış mı?
- Araştırmanın yeri ve zamanı yeterli açıklanmış mı?
- Araştırmanın evreni açıklanmış mı? Örneklem seçilmiş mi? Ne tür bir örnekleme yöntemi kullanılmış?
- Veri toplama araçları (anket, ölçek, ölçüm, görüşme vs.) yeterince açıklanmış mı?
- Verilerin nasıl analiz edildiği açıklanmış mı?
- Araştırmanın etik yönü (etik onam, kurum izni, bilgilendirilmiş onam vb) açıklanmış mı?

7. Bulgular iyi bir şekilde sunulmuş mu?

8. Tartışma bölümünde sonuçlar daha önce yapılmış çalışmaların sonuçları ile karşılaştırılarak tartışılmış mı?

9. Kaynaklar güncel mi? Hangi kaynakça yazım türü (APA, AMA vb) kullanılmış?

10. Makaleyle ilgili genel düşünceniz nedir?

ASM UYGULAMA REHBERİ

A. GEBE İZLEM REHBERİ

İZLEM PLANI

1. Öykü alma
2. Fizik Muayene
3. Laboratuar tetkikleri isteme
4. Bilgilendirme ve danışmanlık
5. İzlem fişi doldurma

1. ÖYKÜ ALMA BASAMAKLARI
1. Kişisel Bilgi alın
2. Tıbbi öykü alın
3.Obstetrik(daha önceki gebelik) öykü alın
4. Mevcut gebelik öyküsü alın

2. FİZİK MUAYENE	
A. GÖZLEM ALANLARI İŞLEM BASAMAKLARI	
1. Ellerinizi yıkayın	
2. Kadına kendinizi tanıttın	
3. Muayeneye ilişkin bilgi verin	
4. Eldiveninizi giyin	
5. Muayeneye baştan başlayın (aşağıdaki tabloyu izleyin)	
6. Tüm muayene süresince iletişimi sürdürün ve geri bildirim verin	
7. Tüm muayene süresince ilişkin kaydınızı tutun	
8. Tüm muayene süresince kadının mahremiyetine dikkat edin	
9. Muayeneyi sonlandırın	
10. Ellerinizi yıkayın	
Alan	Muayenede gözlenecekler
Genel görünüş	Yaş, ırk, sağlık durumu, postür, boy, kilo, gelişim, kıyafet, hijyen, duygulanım, uyanıklık, oryantasyon, kooperasyon, iletişim becerileri
Cilt	Renk, bütünlük, hidrasyon, ısı, aşırı terleme, koku, lezyonların varlığı, vücut kıllarının; yapısı ve tüylerin dağılımı, tırnak; yapısı, rengi, çomak parmak
Baş	Şekil, travma, kitle, skar, isilik ya da pullanma, fasial simetri, ödem ve şişkinlik

Gözler	Pupil büyüklükleri, şekli, reaktivite, konjunktivada enfeksiyon, sklerada sarılık, hemoraji, göz kapakları, extraokuler hareket, görme alanı (ışık kaynağı)
Kulaklar	Şekil ve simetri, hassasiyet, akıntı, dış kulak yolu, duyma (üç adım öteden fısıltıyı duyabilmeli)
Burun	Simetri, hassasiyet, akıntı, mukoza, inflamasyon, frontal ve maksillar sinüste hassasiyet, kokuları ayırt etme
Ağız ve boğaz	Hijyen, dişlerin durumu, dolgular, dudakların görünümü, dil, ağız ve yanak mukozası, eritem, ödem, ıslaklık, akıntı, tonsillerin büyüklüğü, damak, ülserler (Abeslang)
Boyun	Mobilite, kitle, tiroid büyüklüğü
Lenfler	İntraklavikular, aksillar ve inguinal lenflerde büyüklük, şekil ve hassasiyet
Memeler	Cilt değişiklikleri, kolostrum, çökmeler, simetri, vaskülarizasyon, skar dokusu, hassasiyet, akıntı, kitle, meme ucu ve areola özellikleri
Kalp	Hız, ritm, murmur (Steteskop)
Vasküler durum	Jugularvendistansiyonu, ödem, periferik ven dolgunluğu,
Akciğerler	Göğüs kafesinin solunuma eşit-simetrik katılımı, solunum seslerinin eşit ve temiz olması, hırıltılı solunum (Steteskop)
Abdomen	Şekil, skar dokusu, barsak sesleri, hassasiyet, kitle, renk değişikliği (Steteskop), Leopold Manevraları (bakınız uygulama rehberi)
Ekstremiteler	Ödem, ülser, hassasiyet, varis, eritem, tremor, deformite, Homan's belirtisi ya da ekstremitelerde hassasiyet DVT
Genitoüriner sistem	Eksternalgenitallerin durumu, perine, inflamasyon, hassasiyet, akıntı, kanama, ülser, nodül, kitle, renk değişikliği, tüylerin dağılımı, varis
Rekto-anal bölge	Sfinkter gücü, kitle, hemoroid, hassasiyet, gaitada kan
Kas- iskelet	Postür, kasların simetrisi, kas atrofisi, kas zayıflığı, eklemlerin durumu, eklem hareketliliği, kızarıklık, şişlik
Nörolojik	Mental durum, oryantasyon, hafıza, duygusal durum, açık seçik konuşabilme, güç, derin tendon refleksi, denge (refleks çekici)
Sağlık Bakanlığı gebe fizik muayene kriterleri	Kan basıncını ölçümü, Nabzını sayımı
	Boy ve kilo ölçümü (vücut kütle indeksi değerlendirmesi)
	Ciddi anemi bulguları kontrolü
	Pretibial ödem ve varis muayenesi
	Gebelik haftası ile uterus büyüklüğünün uygunluğu değerlendirmesi
	Fetus kalp seslerinin değerlendirilmesi
	Semptomatik CYBE bulgularının değerlendirilmesi

3. LABORATUVAR TESTLERİ
1. İdrar tahlili isteyin
2. Kan tetkiki yaptırın
3. Kan grubu tayini yaptırın
4. Gebelik haftasına uygun diğer muayene ve testleri isteyin Fetalanomaliler ve kromozomal anoploidi tarama testleri ve USG incelemeleri hakkında bilgilendirme (ikili, üçlü tarama testleri, glukoz tarama testleri vb)
5. Gebeye verilecek ilaç desteği (Folik asit, demir, D vitamini) bağışıklama (tetanoz) ve tedaviler hakkında bilgi verin
6. Bulgularınızı kaydedin.

4. BİLGİLENDİRME DANIŞMANLIK	
1. Gebeliğe bağlı olağan yakınmalar hakkında gebeye bilgi veriniz.	
• Yorgunluk • Bulantı ve kusma • Sık idrara çıkma • Baş dönmesi • Varis ve hemoroid • Kabızlık • Mide yanması	• Bacaklarda kramplar • Nefes darlığı • Ciltteki değişiklikler • Memelerde hassasiyet • Meme başındaki glandlarda belirginleşme • Kolostrum salınımı • Aşırı tükürük salgılanması
2. Aşağıdaki konularda gebeye danışmanlık veriniz	
• Beslenme ve diyet • Fiziksel aktivite ve çalışma koşulları • Gebelikte cinsel yaşam • Hijyen ve genel vücut bakımı • Ağız ve diş sağlığı • Sigara alışkanlığı • Alkol alışkanlığı ve madde bağımlılığı • İlaç kullanımı • Tetanoz profilaksi	• Acil durumlarda gebe ve ailesinin izleyeceği yöntem konusunda bilgilendirilmesi • Doğum eylemi ve doğum • Doğumun nerede ve kim tarafından yapılacağının planlanması • Emzirme • Postpartum aile planlaması danışmanlığı • Fetal anomaliler, tarama testleri ve USG hakkında bilgilendirme yapılması

A.2. LEOPOLD MANEVRALARI UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
1. Ellerinizi yıkayın, mümkünse ısıtın. 2. Yapılan işlemi gebeye açıklayın. 3. Gebeye dorsalrekumbent pozisyonu verin, abdomeni açın.

I. Leopold manevrasını yapın

4. Gebe ile yüz yüze olun. 5. Parmaklarınızı abdomenin üst kısımlarına her iki yana, parmak uçları birbirine yakın gelecek şekilde koyun. 6. Parmak uçları ile funduspalpe edin. Yüksekliğini belirleyin.	
II. Leopold manevrasını yapın	
7. Yüzünüzü anneye dönün. 8. Her iki elini abdomenin iki yanına koyar, bir el sabit tutularak diğer el ile palpe edin. 9. Sırtın yerini tespit edin.	
III. Leopold manevrasını yapın	
10. Yüzünüzü anneye dönün. 11. Bir elin başparmağı ile diğer parmaklarını mümkün olduğu kadar ayırarak simfizispubis üzerine koyun. 12. Gelen kısmın ne olduğunu belirleyin.	
IV. Leopold manevrasını yapın	
13. Sırtınızı gebeye dönün. 14. Her iki el abdomenin alt kısımlarına ve pelvisin içine doğru yavaşça yerleştirilir. 15. Gelen kısmın durumunu saptayın. 16. İşlem boyunca gebe ile iletişiminizi sürdürün, 17. Muayene bulguları konusunda gebeyi bilgilendirin. 18. Bulguları kaydedin.	

A.3. FETAL KALP SESİ DİNLEME UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
1. Ellerinizi yıkayın, mümkünse ısıtın. 2. Yapılan işlemi gebeye açıklayın. 3. Leopold II ile bebeğin sırtını belirleyin. 4. Dobleri bebeğin sırtının olduğu tarafa yerleştirin. 5. FKS dinlenirken Dobleri sabit olmasını sağlayın. 6. FKS' yi dinlerken anne nabızı ile kontrol edin. 7. Bulgularınızı gebeye açıklayın. 8. Bulgunuzu kaydedin.

SEVK EDİLECEK DURUMLAR

İŞLEM BASAMAKLARI
1.Gebe ve ailesini, acil durumlarda izleyecekleri yöntem konusunda bilgilendirin
• Hemoglobinin 7 gr/dl altında olması • Kanama ve lekelenme olması • Preeklampsia belirtileri, hipertansiyon ve/veya proteinüri olması • Uterus yüksekliğinin (fundus-pubis mesafesi) beklenen haftaya göre büyük veya küçük olması (± 4cm.) • Gebenin fetus hareketlerini hissetmemesi veya el doppleri ile fetal kalp seslerinin duyulmaması • Bakteriüri tespit edilen gebede tedaviye rağmen bakteriürinin devam ediyor olması • Tehlike işaretlerinin varlığı • Gebeliğe eşlik eden sistemik hastalıkların varlığı • Çoğul gebelik şüphesi olması
2. Risk değerlendirme formunu doldurarak bir üst kuruma sevk edin
3. Sevk edilen vakaların sevk edilen kuruluşa gidip gitmediği mutlaka takip edin.

B. LOHUSA İZLEM REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
1. Yaşam bulgularını kontrol edin.
2. Annenin kendisi ile ilgili sorularını yanıtlayın.
3. Emzirme bilgi ve becerisini değerlendirin.
4. Bebekle ilgili sorularını yanıtlayın.
5. Annenin kanama durumunu sorgulayın
6. Annenin beslenme ve sıvı tüketimini sorgulayın
7. Bulgularınızı kaydedin.
8. Gerekli geri bildirimleri ve eğitimleri verin.
9. Aile planlaması eğitimi ihtiyacını değerlendirin.

Kaynak: TC Sağlık Bakanlığı Doğum Öncesi Bakım Yönetim Rehberi -
<https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/dogumonubakim.pdf>

C. BEBEK/ÇOCUK İZLEM REHBERİ

1. FİZİKSEL DEĞERLENDİRME

İŞLEM BASAMAKLARI
Ellerinizi yıkayın
Anneye açıklama yapın
Yaşam Bulgularını alın
1. Vücut sıcaklığını ölçün (aksiler) 2. Nabzını alın (apeksten 1 dakika sayın) 3. Solunum sayısını abdomen hareketlerini gözlemleyerek 1 dakika sayın.
Boy uzunluğunu ölçün 1. Yenidoğanı sırtüstü yatırın 2. Başını dik ve sert bir yüzeye sıkıca dayandırın 3. Ayak tabanına tahta dayandırın işaretleyin 4. Baş ve topuk arası uzunluğu ölçün
Baş çevresini ölçün 1. Mezurayı kaşların hemen üzerinden ve oksipital bölgenin en çıkıntılı noktasından geçirerek başın en geniş çevresini ölçün.
Deri 1. Derisini değerlendirin (Solukluk, Siyanoz, İkter,Turgor/Tonus, Hipotonik, Hemanjiyom, Hipertonik, Peteşi, Ekimoz, Purpura, Mongollekesi,Ödem,Vernikskazeoza)
Baş ve Yüz 1. Saçını değerlendirin (canlı, yumuşak, kuru, ince, seyrek) 2. Başın şeklini değerlendirin (simetri, asimetri, sefalhematom,kaputsucceadenum) 3. Fontanelleri değerlendirin (büyüklük, çöküntü, kabarıklık) 4. Yüzü renk(soluk, sarı, siyanotik), döküntü (peteşi, purpura, ekimoz) simetri ve ödem açısından değerlendirin.
Gözler 1.Skleraları (sarılık vb.), 2.Gözlerde ödem, akıntı, konjunktivit olup olmadığını değerlendirin.
Kulak 1. Kulağın büyüklüğünü, şeklini, 2. Akıntı olup olmadığını değerlendirin.
Burun 1. Burun kanadı solunumu, 2. Burunda akıntı (pürülan, mukoid, kanama) ve tıkanıklık açısından değerlendirin
Solunum Sistemi/Göğüs 1. Solunum şeklini (abdominal, diyafram) değerlendirin. 2. Solunum hızını değerlendirin (takipne, apne, retraksiyonlar, yardımcı solunum kaslarının kullanımı) 3. Sekresyon olup olmadığını değerlendirin 4. Toraks simetrisini değerlendirin 5. Meme akıntısı ve şişlik açısından değerlendirin

Genital Bölge

Dış genitaleri değerlendirin

Erkekler

1. Sünnet derisini geriye çekerek yapışık olup olmadığını ve üretral açıklığı değerlendirin (Fimozis, Hipospadias, Epispadias)
2. Her iki testisin skrotuma inip inmediğine bakmak için testisleri palpe edin

Kızlar

1. Labia ve klitorisi ödem yönünden değerlendirin
2. Kanama yönünden değerlendirin
3. Klitoris büyüklüğünü değerlendirin

Ekstremiteler

Hareket ve simetri açısından değerlendirin

GELİŞİMSEL KALÇA DİSPLAZİSİ yönünden bebeği değerlendirin

1. Doğum sonrası ilk 48 saat içinde (doğum sonrası ilk izlemde) bebeğin ailesi ile yüz yüze görüşme yaparak GKD'nin olası nedenleri ve tanısı hakkında aileyi bilgilendir ve GKD hakkında ayrıntılı bilgiler içeren bir broşür ver.
2. Bebeğe GKD için bilinen risk faktörlerini belirle.
 - Pozitif aile öyküsü,
 - Doğum öncesi makadi duruş ya da makadi doğum öyküsü
 - Çoğul gebelik,
 - Oligohidroamniyoz öyküsü,
 - Tortikollis - metatarsusadduktus - pes kalkaneovalgus gibi eşlik eden deformitelerin varlığı,
 - Kundak uygulaması,
 - İlk doğan kız çocukları,
 - Bebek kalçalarının ekstansiyon ve adduksiyona zorlandığı her durum
3. Risk Faktörlerini kaydet.
4. Risk faktörlerinden herhangi biri pozitif ise kalça ultrasonografisi için randevu alınmasını öner.
5. Risk faktörü yok ise
 - Bacak uzunluk farkına (Galeazzi bulgusu) ve pili asimetrisine bak.
 - 3-4 haftalık iken fizik muayene yaptırılması için aile hekimine yönlendir.
6. USG çekilmiş ise
 - Sonucunu değerlendir.
 - AHBS'ye kaydetmesi için Aile Hekimine yönlendir.
 - GKD mevcut ise tedavi ve bakımının izlenmesi için aileyi bilgilendir.

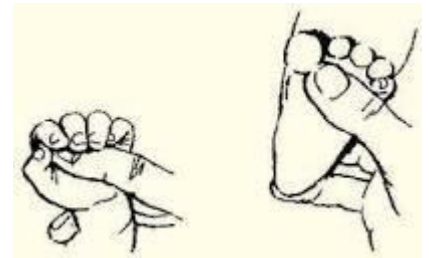
Nörolojik Sistem

REFLEKSLER

Yakalama refleksi (3.ayda azalır)

Elin iç yüzeyine bir obje yerleştirilmesi ile parmakların içe bükülmesi

Ayak tabanında parmakların altına dokunulması ile ayak parmaklarının içe bükülmesi



Arama refleksi (9-12.ayda kaybolur)

Ağız kenarına ya da yanağa hafifçe dokununca yenidoğan başını o yöne çevirir ve açar



Moro Refleksi (3-4.ayda azalır, 6.ayda kaybolur)

Yenidoğanı sırt üstü pozisyonda yatağa yatır

Yenidoğana yatağının kenarına vurarak ya da yanında el çırpılarak ani uyaran ver

Kol ve bacaklarda simetrik olarak abdüksiyon ve ekstansiyon olur

Parmaklar yelpaze şeklinde açılır

Her iki elde başparmağı ile işaret parmağı arasında tipik C şekli oluşur

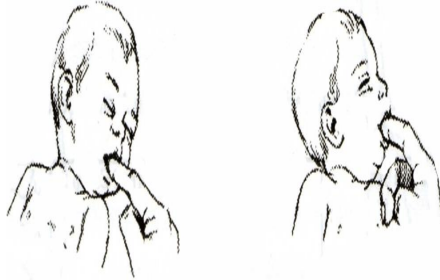
Ekstremitelerinifleksiyon ve abdüksiyon konumuna getirir



Emme refleksi (6.ayda kaybolur)

Bebeğin dudaklarına dokununca ya da ağzına bir obje yerleştirilince uyarı olur

Emme hareketi göğüs ya da biberondan besin alabilecek kadar güçlü ve ritmik mi?



Tonik boyun refleksi (6.ayda kaybolur)

Bebeği sırt üstü yatar pozisyona al

Başı bir tarafa çevir

Başın çevrildiği taraftaki kol ve bacaklar ekstansiyona gelir

Karşı taraftaki kol ve bacaklar fleksiyona geçer



Beslenme

Emzirme hakkında değerlendirme ve danışmanlık yapın (**EK1**) (Sağlık Bakanlığı bebek-çocuk-ergen izlem formundan alınmıştır)

SAĞLIK BAKANLIĞI AŞI TAKVİMİ

Ulusal Çocukluk Dönemi Aşılamaya Takvimi (2025)										
	DOĞUM	2. AY SONU	4. AY SONU	6. AY SONU	9. AY SONU	12. AY SONU	18. AY SONU	24. AY SONU	48. AY	13 YAŞ
Hep-B	I									
BCG		I								
KPA		I	II			RAPEL				
DaBT - İPA- Hib - HepB		I	II	III			RAPEL			
OPA				I			II			
Suçgeçi						I				
KKK					EK DOZ	I			II	
Hep-A							I	II		
DaBT-İPA									RAPEL	
Td										RAPEL

> Hep-B: Hepatit B Aşısı
 > BCG: Verem Aşısı
 > KPA: Konjuge Pnömonok Aşısı
 > DaBT-İPA-Hib-HepB: Difteri, asellüler Boğmaca, Tetanos, inaktif Polio, Hemofilus influenza tip b, Hepatit B Aşısı

> OPA: Oral Polio Aşısı
 > KKK: Kızamık, Kızamıkçık, Kabakulak Aşısı
 > Hep-A: Hepatit A Aşısı
 > Td: Erişkin Tetanos difteri Aşısı
 > Rapel: Pekiştirme Doz Aşısı

Aşı Detayları için QR Kodu Okutunuz

Kaynak: <https://asi.saglik.gov.tr/bagisiklama-programi-ve-asi-takvimi/asi-takvimi.html>

Çocuk izlem rehberi için kaynak:

1. McLeod RP (2014). System Specific Assessment. In: Pediatric Physical Examination An Illustrated Handbook (Ed. Duderstadt KG). 2nd Edition. Elsevier/Mosby, pp: 64-288.
2. Sönmez Düzkaya D, Özata Keskin N, Akay H, Doğru Evcimen K, Yakut t (2015). Çocuk Hemşireliği Protokolleri. Nobel Tıp Kitabevi, İstanbul, ss: 115-147.
3. T.C. Sağlık Bakanlığı. Bebek, Çocuk, Ergen İzlem Protokolleri.

D. 15-49 YAŞ KADIN İZLEM REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
Kendinizi tanıtır
Ellerinizi yıkayın
Sosyodemografik Özellikleri Alın (Doğum Tarihi, Öğrenimi, Mesleği, Sosyal Güvencesi, Kan Grubu, Eşinin Öğrenimi, Mesleği, Akrabalık Derecesi, Kan Grubu)
Cinsel Sağlık Bilgilerini Alın (İlk Adet Yaşı, Dismonore, Adet Düzeni: Sıklığı, Süresi, Adetten Kesilme Yaşı, İlk Evlilik Yaşı, İlk Doğum Yaşı, Talasemi Taşıyıcılığı,
Sistemik Hastalık Bilgilerini Alın (Serebrovasküler ve Nörolojik Hast: Anevrizma, Fistül, Epilepsi vb)(KVS Hastalıkları: HT,Kalp Kapak Hast. Koroner Arter Hast., Tromboflebit vb, Endokrinolojik Hast.: DM, Hipertroid vb, Solunum Sistemi Hast: A.Bronşiale, KOAH vb, Hemapoetik Sistem Hast.: Anemi, Lenfoma , Lösemi vb., Neoplazmlar, Psikiyatrik Hastalıklar, Geçirilmiş Ameliyatlar, Kongenital ve Metabolik Genetik Geçişli Hastalıklar)

Doğurganlık Bilgilerini Alın (Toplam Gebelik Sayısı, Canlı Doğum Sayısı, Ölü Doğum Sayısı, Yaşayan çocuk Sayısı, İsteyerek Düşük Sayısı, Kendiliğinden Düşük sayısı, Ölen Çocuk Sayısı)
Gebelik Bilgilerini Alın (Toplam gebelik Sayısı, Doğum Şekli, Doğumun Yapıldığı Yer, Gebelik Nasıl Sonuçlandı)
Alışkanlıklarını Sorgulayan (Sigara, Alkol, Madde, İlaç kullanımı)
Aşılama ile ilgili Bilgi Alın (Tetanoz , Hepatit Ve diğer Özel Aşılar)
Sistemik Fizik Muayene: (Vital bulgular, boy-kilo ve kan basıncının ölçümü)
Kullanılan Gebeliği Önleyici Yöntemler Hakkında Bilgi Alın
Gebeliği Önleyici Yöntemi Kullanmama Nedeni Hakkında Bilgi Alın
Kayıtlarınızı Kontrol Edin !!!!

Kaynak: T.C Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Kurumu “Aile Sağlığı Hizmetlerinde Kadın ve Üreme Sağlığı İzlem ve Danışmanlığı” Ankara 2017. www.saglik.gov.tr

E. AİLE PLANLAMASI DANIŞMANLIĞI REHBERİ

Karşılıyarak selamlayın:
- Hizmet almak için gelen kişileri nazikçe karşılayın. - Kendinizi tanıtır, nasıl yardımcı olabileceğinizi sorun. - Konuşmayı mahremiyet içinde, rahat bir yerde yapın. - Gizlilik konusunda güven verin
Alaka göstererek soru sorun:
- Hizmet alacak kişiye önce yaşını, medeni durumunu, gebelik, doğum ve yaşayan çocuk sayısını sorun. - Geçmişte ve halen kullandığı aile planlaması yöntemlerini sorun. - Aile planlaması konusundaki gereksinimlerini, isteklerini, kuşku ve kaygılarını, sorunlarını anlatmaya, soru sormaya teşvik edin.
Yöntemler konusunda bilgi verin:
- Yöntemler konusunda bildiklerini sorup yanlışlarını düzeltin. - Tüm yöntemlerin yararları ve yan etkileri hakkında bilgi verin. - Hangi yöntemi nereden ve nasıl elde edebileceğini anlatın.
Ne tür yöntem seçeceğine yardımcı olun:
- Kişinin gereksinimleri ve tercihlerine uyacak bir aile planlaması yöntemine karar vermesine yardım edin. - Yöntemin güvenilirliğiyle (etkililiği) ilgili bilgi verin.

• Kararını kesinleştirmesine yardımcı olun.
Açıklayıcı bilgiler verin:
• Seçtiği yöntemi mümkünse hemen verin, değilse nereden ve ne zaman alabileceğini anlatın. • Yöntemi nasıl kullanacağını, yan etkilerini açıklayın, gereken yazılı materyali verin. • Gerek duyduğunda veya herhangi bir sorunu olduğunda rahatça gelebileceğini açıklayın. • Acilen tıbbi bakım için başvurmasını gerektiren durumları tekrar hatırlatın. İzlem için ne zaman geleceğini bildirin.
Kontrol (izlem) çağırın:
• İzlem için geldiğinde yöntemi kullanıp kullanmadığını, kullanıyorsa yöntemle ilgili bir sorunu olup olmadığını sorun. • Hafif olan yan etkilerle ilgili önerilerde bulunun. Ciddi görünen sorunlar ve yan etkilerde ise tedavi için sevk edin. • Kullanıcı yöntemi değiştirmek ya da bırakmak istiyorsa kendisine yardımcı olun.

Kaynak : www.sbu.saglik.gov.tr

OKUL SAĞLIĞI UYGULAMA REHBERİ

1. BOY UZUNLUĞUNUN ÖLÇÜMÜ UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
I. Malzemeler
1. Kalibre edilmiş bir Stadiometre aleti/bu yoksa duvara sabitlenmiş kağıttan ya da tahtadan yapılmış mezura (Ölçüm 0,1 cm duyarlılıkla yapılmalıdır.) 2. Kayıt formları 3. Kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem 4. WHO çocuk ve ergenler için standart boy persentili
II. Zaman
5. Yönetim ve öğretmenlerle işbirliği yaparak uygun ders saatini seçin. 6. Çocukların karınlarının çok tok olmadığı zamanı tercih edin.
III. Ortam
7. Öğrencinin mahremiyetini korumak için tek kişilik bir ortam sağlayın. 8. Bu mümkün değilse bir paravan kullanın ya da ölçüm yapılan öğrencilerin birbirlerini görmelerini ve duymalarını engelleyin. 9. Öğrencilerin stresini azaltmak ve doğru bir ölçüm yapmak için işlemi öğrencilere açıklayın
IV. Boy uzunluğunun ölçümü
10. Öğrencilerin ayakkabılarını ve saç tokalarını çıkarttırın. 11. Öğrencinin baş, omuzlar, sırt, baldırlar ve topuklarının stadiometreye (duvara) temas etmesini sağlayın. 12. Öğrencilere ölçüm esnasında bir yere tutunmamasını ve dik durması söyleyin. 13. Gerekirse dik durması için göbeğine hafif bir baskı uygulayın. 14. Öğrencinin çenesine destek vererek başını sabitleyin, bakışı karşıya ve yere paralel olmalıdır. 15. Boşta kalan elinizle boy ölçerin sürgüsünü aşağıya doğru çekerek ya da bir cetvel yardımıyla boyunu ölçün. 16. Ölçüm yaparken saçlara yeteri kadar basınç uygulayın. 17. İşlemleri mümkün olduğunca kısa sürede tamamlayın. 18. Eğer boyunuz ölçüm yaptığınız kişiden kısa ise ölçüm yapmak için tabure veya sandalye kullanın. 19. Sonuçları kaydedin.
V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi
20. Sonuçları, yaşa ve cinsiyete uygun eğrilere göre değerlendirin.
VI. Tekrar ölçüm
21. Öğrencide boy uzaması ile ilgili herhangi bir sorun varsa, ölçümleri 3-4 ayda bir tekrarlayın.
VII. Sevk kriterleri
22. Çocuk yıllık 2 cm'den az uzuyorsa, Boy uzunluğu persentilinde sapma gösteriyor ise, Boyu 3.persentilin altında ya da 97.persentil üzerinde ise sevk edin. 23. Sevk sonuçlarını çocuk ve ailesiyle görüşerek takip edin.

2. VÜCUT AĞIRLIĞININ ÖLÇÜMÜ UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
I. Malzemeler
1. Kalibre edilmiş bir baskül (100 grama duyarlı) 2. Kayıt formları 3. Kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem 4. WHO çocuk ve ergenler için standart ağırlık persentili
II. Zaman
5. Yönetim ve öğretmenlerle işbirliği yaparak uygun ders saatini seçin. 6. Çocukların karınlarının çok tok olmadığı zamanı tercih edin.
III. Ortam
7. Öğrencinin mahremiyetini korumak için tek kişilik bir ortam sağlayın. 8. Bu mümkün değilse bir paravan kullanın ya da ölçüm yapılan öğrencilerin birbirlerini görmelerini ve duymalarını engelleyin. 9. Öğrencilerin stresini azaltmak ve doğru bir ölçüm yapmak için işlemi öğrencilere açıklayın
IV. Ağırlığın ölçümü
10. Baskülü sert ve düz bir zemin üzerine yerleştirin. 11. Öğrencilerin üzerindeki fazla kıyafetlerini (palto, hırka, kazak vb) ve ayakkabılarını çıkarttırın. 12. Ceplerinde bulunan fazla eşyaları (varsa cep telefonu, eşya, yiyecek vb.) çıkarttırın. 13. Öğrencilere ölçüm esnasında bir yere tutunmamasını, hareketsiz ve dik durması söyleyin. 14. Basküle iki ayağını tam yerleştirmesini ve ağırlığını iki ayağına eşit vermesini söyleyin. 15. Öğrencinin kilosunu ölçerek kaydedin.
V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi
16. Sonuçları, yaşa ve cinsiyete uygun standart ağırlık persentiline göre değerlendirin.
VI. Tekrar ölçüm
17. Öğrencide vücut ağırlığı ile ilgili herhangi bir sorun varsa, ölçümleri 3-4 ayda bir tekrarlayın.
VII. Sevk kriterleri
18. Ağırlığı 3.persentilin altında ya da 97.persentil üzerinde ise sevk edilmelidir. 19. Sevk sonuçlarını çocuk ve ailesiyle görüşerek takip edin.

3. BKİ HESAPLANMA VE DEĞERLENDİRME REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
- Öncelikle öğrencilerin boyu ve ağırlığı doğru bir şekilde ölçülür. - Beden Kitle İndeksi (BKİ), vücut tartısı (kg)/ boy (m²) formülüne göre hesaplanır. - Çocuk ve gençlerde BKİ, yaş ve cinsiyete göre değişiklik gösterir. - Bu nedenle sonuçları, yaşa ve cinsiyete uygun Türk çocukları standart BKİ persentiline (Neyzi ve ark. 2008) göre değerlendirilir. - Çocuklarda obezite değerlendirilirken DSÖ kesme değerleri kullanılır: ▪ Düşük kilolu < 5.persentil ▪ Normal kilolu 5 – < 85 ▪ Fazla kilolu 85 - < 95 ▪ Obez ≥ 95 persentil - Düşük/fazla kilolu ve obez olanlar takip edilir - BKİ 5.persentilin altında ya da 95.persentil üzerinde ise sevk edilir - Sevk sonuçları çocuk ve ailesiyle görüşülerek takip edilir.

4. GÖRME TARAMASI UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI	
I. Malzemeler	- Göz tablosu (3-6 yaş grubu için Snellen E, 7 ve üstü yaş için Snellen tablosu) - Tabloyu asmak için çivi ya da yapıştırıcı - Gözü kapatmak için plastik ya da kağıt kapak - Harfleri göstermek için pointer ya da çubuk - Mesafeyi ölçmek için mezura ya da metre - Kayıt formları, kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem
II. Zaman	- Yönetim ve öğretmenlerle işbirliği yaparak uygun ders saatini seçin. - Çocukların sakin olduğu sabah saatlerini tercih edin.
III. Tarama yapılacak odanın hazırlanması	- Odanın aydınlatmasına dikkat edilmelidir. - Parlak güneş ışığı filtre edilmeli ve ışık öğrencinin arkasında olmalıdır. - Öğrencilerin dikkati kolayca dağıldığı için, sessiz ve sakin bir oda seçilmeli, odanın birden fazla kullanımı olmamalıdır. - Taramayı bekleyen öğrenciler için bir bekleme alanı hazırlanabilir, ancak bu öğrenciler kartı görmemelidir. - Grafiğin “20 feet” çizgisi öğrencinin gözleriyle aynı hizada olacak şekilde snellen kartı asılmalıdır. - Karttan asıldığı alandan 6 metre (bizde 3 metre!!!) mesafe ölçülür ve tebeşir ile işaretlenir.
IV. Öğrencilerin hazırlanması	- Tüm öğrenciler göz taramasının amacını ve aktivitedeki rolleri anlamaları için eğitilmelidir. “E” çizelgesi kullanılacaksa, öğrencilere E’lerin yönünü belirtmek için kollarını nasıl kullanacakları, büyük bir “E” harfi çeşitli pozisyonlarda döndürülerek gösterilebilir. “görme testi” yerine “E oyunu” veya “Masa ayağı oyunu” gibi terimler kullanılabilir, “test” = “geçmesi gereken” bir durum anlamına gelebilir. - Öğrencilerin göz taramasının amacını ve etkinlikteki rolünü anlamaları önemlidir. - Çocuğun verilen talimatları anladığından, harfleri veya simgeleri doğru tanımlayabildiğinden emin olunmalıdır !! - Gerekirse öğrenciyi grafiğe yaklaştırarak oryantasyonu sağlanır.
V. Görme testinin uygulanması	

- Her göz bağımsız olarak test edilir (yani biri kapalı).
- Önce **sağ göz**, sonra sol göz değerlendirilir.
- Sol göz bastırmadan kapatılır ve taramaya eşelin **en üst satırının, en sağındaki harften** başlanılır.
- Öğrenci zorluk çekinceye veya en düşük keskinlik çizgisine ulaşana kadar her bir satırdaki sağdan ilk harfi veya sembolü tanımlaması sağlanır.
- Eğer çocuk bir satırın ilk harfinde zorlanırsa, çocuğa zorlandığı satırın bir üst satırındaki (en son doğru bildiği satır) tüm harfler **soldan sağa doğru** sorulur.
- Eğer çocuk en alt satırdaki ilk harfe kadar doğru tanımlarsa, tüm harfler **soldan sağa doğru** sorulur.
- En az 5 harften 3'ünü doğru bir şekilde tespit ederse, 20/20 bu göz için görme keskinliği değeridir.
- Eğer çocuk en alt satırda 3 den fazla harf ya da sembolde hata yaparsa, o zaman bir üst satıra dönülüp o satırdaki tüm harfler sorulur.

- Çocuk bu satırda da 3 den fazla harf ya da sembolde hata yaparsa, bir üst satıra daha geçilip o satırdaki tüm harfler sorulur.
- Çocuk, 5 harfin en az 3'ünü doğru bir şekilde tanımlayana kadar satır yukarı bu işleme devam edilir. Bu satır, o göz için görme keskinliği değerini gösterir.
- **Not:** Her harf altından işaretçi kullanılarak gösterilir, ancak aynı satırdaki diğer harf veya semboller engellenmemeli veya örtülmemelidir.
- İlk iki satırdaki her harfi çocuk doğru olarak tanımlamalıdır.
- 20 / XX (bizim kullandığımız snellen için XX/10 kaydedilecek) ölçümünü kullanarak sağ göz için tarama sonuçları kaydedilir.
- Sağ gözü açılır ve sol göz taramaya başlanır.
- Bu defa eşelin sol tarafındaki üst çizgiden başlayarak, çocuğun yönüne göre her satırın sol tarafındaki ilk harfi tanımlaması istenir.
- Çocuk bir harfi yanlış tanımladığında ve hatalı harfin üstündeki satıra okumak için geri döndüğünde, o satırdaki tüm harfleri **soldan sağa** tanımlaması istenir.
- 20 / XX ölçümünü kullanarak sol göz için tarama sonuçları kaydedilir.

NOT: Eşeli değerlendirmede sağ göz için sağ sütunu ve sol göz için sol sütunu kullanın.

Gözlük/lens kullananlarda taramanın yapılması:

- Öğrencilerin gözlüklerini/lensi takmasına izin verilmelidir.
- Ancak tarama yapıldığı gün takmamışsa, tarama gözlük veya kontakt lenslerle başka bir gün için programlanmalıdır.
- Taramayı hem gözlüklü hem de gözlüksüz olarak test etmek isteğe bağlıdır.

VI. Taramanın tekrarlanması

- Bir öğrenci aşağıdaki alanlardan herhangi birinde başarısız olursa, sorunun doğrulanması için ikinci bir tarama yapılmalıdır.
- Bu ikinci tarama, ilk taramanın devamıdır ve farklı bir günde uygulanmalıdır.
- Bu tarama uygulamadaki hataları ve / veya aşırı yönlendirmeleri azaltmak için önemlidir.
- İkinci taramada da sorun saptanması durumunda göz doktoruna yönlendirilmelidir.

V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi

Yaş	Geçme kriteri	Sevk kriteri
• 3,4,5 yaş	• İki satır farklılık olmaksızın her iki gözde 0,5 veya daha fazla görme keskinliği,	• Her iki gözde 0,5'den az bir görme keskinliği veya • Gözler arasında 2 sıra görme farkı (görme keskinliği ne olursa olsun)

• 6 yaş ve üzeri	• İki satır farklılık olmaksızın her iki gözde 0,8 veya daha fazla görme keskinliği,	• Her iki gözde 0,8'den az bir görme keskinliği veya • Gözler arasında 2 sıra görme farkı (görme keskinliği ne olursa olsun)
--	--	---

Kaynaklar:

<https://meded.ucsd.edu/clinicalmed/eyes.htm>

https://www.tn.gov/content/dam/tn/education/csh/csh_school_health_screening_guidelines.pdf

<https://www.aoa.org/documents/PA-DOH-SchVisScr-Proc.pdf>

<http://www.ksno.org/wp-content/uploads/2018/10/6th-Edition-Kansas-Vision-Screening-Requirements-and-Guidelines-01.23.2019.pdf>

5. KAN BASINCININ ÖLÇÜMÜ UYGULAMA REHBERİ

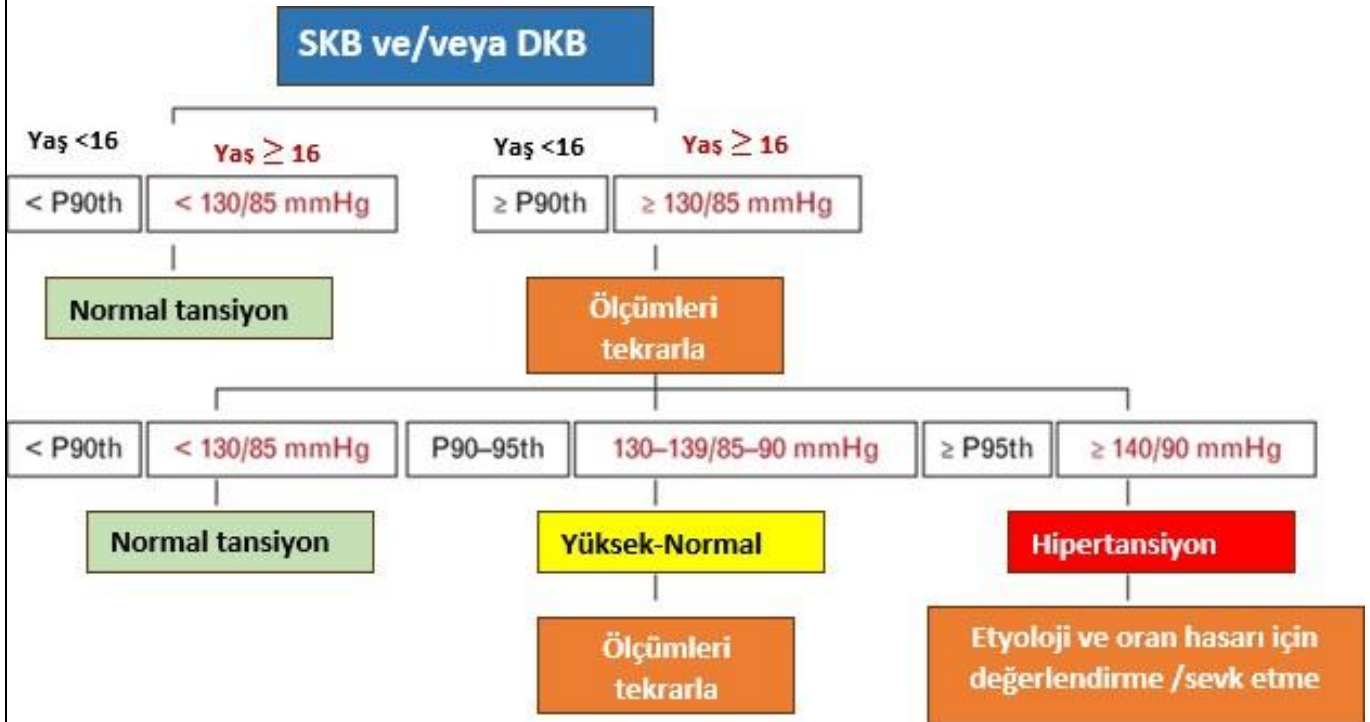
İŞLEM BASAMAKLARI	
I. Malzemeler	
1. Kalibre edilmiş çocuk tansiyon aleti 2. Çocuğun yaşına uygun manşon (üst kolun 2/3'ünü kapsayacak şekilde) 3. Steteskop 4. Kayıt formları 5. Kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem 6. Ölçüm sonuçlarını değerlendirmek için WHO çocuk ve ergenler için standart boy persentili ve kan basıncı persentilleri (Avrupa Hipertansiyon Derneği kılavuzları)	
II. Zaman	
7. Öğrenci KB ölçümünden 2-3 saat öncesi egzersiz yapmış olmamalı, 8. Yakın zamanda Kafein içeren içecekler içmemiş olmalı 9. Mesanesi boş olmalı 10. Son 30 dk içinde yemek yememiş olmalı	
III. Ortam	
11. Öğrencinin mahremiyetini korumak için tek kişilik bir ortam sağlayın. 12. Bu mümkün değilse bir paravan kullanın ya da ölçüm yapılan öğrencilerin birbirlerini görmelerini ve duymalarını engelleyin. 13. Ölçüm yapılan ortamın sessiz olmasını sağlayın. 14. Öğrencilerin stresini azaltmak ve doğru bir ölçüm yapmak için işlemi öğrencilere açıklayın.	
IV. Kan basıncının ölçümü	
15. Kan basınç ölçümü için en az 3-5 dk dinlendirin 16. Uygun pozisyon verin. Ayakları yere düz basacak, çapraz olmayacak şekilde oturtun. 17. Sandalyeye hafifçe yaslanmasını, kolunu sandalyeye yaslamamasını söyleyin. 18. Üst kol tamamen çıplak olmalı, manşetin kıyafetin üzerine sarmayın. 19. Standart tablolarla karşılaştırabilmek ve süreklilik için sağ koldan ölçüm yapın. Üçer dakika arayla üç ölçüm yaparak, son iki ölçümün ortalamasını alın. 20. Elle radial arter palpe edilmeyince, 30 mmHg daha şişirmek ölçüm için yeterli basınç sağlar.	
V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi	
21. Ölçüm sonucunu yaş, cinsiyet ve boy persentiline göre hazırlanmış uluslararası referans değerlere göre inceleyin ve normal olup olmadığını değerlendirin. 22. Bunun için öncelikle öğrencinin boy persentilini belirleyin. 23. Boy persentili iki yüzdilik arasında ise yüksek olan boy persentilini kullanın. 24. Aşağıdaki tabloya göre kan basıncı sonucunu değerlendirin.	

Tablo 1. Kan Basıncı Kategorileri ve Aşamalarının Güncellenmiş Tanımı

Kan Basıncı Kategorileri		
Kategori	1- <15 yaş arası	16 yaş ve üzeri
Normal	<90. persentil	<130/85 mmHg
Yüksek-Normal	≥90 - <95. persentil	130-139 / 85-89 mm Hg
Hipertansiyon	≥95. persentil	≥140/90 mm Hg
Evre 1 HT	95.- 99.persentil+ 5mmHg	140-159 / 90-99 mm Hg
Evre 2 HT	> 99. persentil + 5mmHg	160-179 / 100-109 mm Hg
İzole sistolik HT	SKB ≥95., DKB <90. persentil	SKB ≥ 140, DKB < 90 mmHg
İzole diyastolik HT	SKB <99., DKB ≥95. persentil	SKB <99., DKB ≥95. persentil

VI. Tekrar ölçüm

25. Aşağıdaki algoritmaya göre ölçümü tekrar edin,



VII. Kanıt düzeyi

26. KB ≥ 3 yaş çocuklarda ve ergenlerde yıllık olarak ölçülmelidir (Kanıt C, orta düzey öneri).

27. Obezite varsa, KB'yi artırdığı bilinen ilaçlar alıyorsa, böbrek hastalığı, aortik ark tıkanıklığı veya koarktasyon öyküsü veya diyabet öyküsü varsa, her sağlık izleminde ≥ 3 yaş tüm çocuk ve ergenlerde KB kontrol edilmelidir. (C sınıfı, orta düzey öneri).

VIII. Değerlendirme ve izlem;

Normal KB

KB normal ise veya tekrar ölçümlerden sonra normalleşiyorsa (yani, KB <90. yüzdeler), başka bir işlem yapmanıza gerek yoktur. Çocuğun KB'si bir sonraki rutin sağlam çocuk izleminde ölçülmelidir.

Yüksek Kan Basıncı Hedefler

1. **BMI <85. persentilde tutmak:** Sağlıklı kiloyu korumak ya da kademeli kilo kaybı (1-2 kg/ay)
2. **Fiziksel aktivite:** En azından günde 60 dakika fiziksel aktivite, 2 saatten az hareketsiz aktivite
3. **Diyet:** Aşırı şeker, meşrubat, doymuş yağ ve tuz alımından kaçınma; meyve, sebze ve tahıl ürünlerini artırma, tuz alımını sınırlandırma.

Kaynak: Flynn JT, Kaelber DC, Baker-Smith CM, et al. Clinical Practice Guideline for Screening and Management of High Blood Pressure in Children and Adolescents. Pediatrics. 2017 Sep;140(3). pii: e20171904. doi: 10.1542/peds.2017-1904.

5. SAÇLI DERİ TARAMASI UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI	
I. Malzemeler	
	1. Tek kullanımlık eldiven, 2. Dil basacağı, 3. Sık dişli tarak, 4. Kayıt formları, kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem
II. Zaman	
	5. Yönetim ve öğretmenlerle işbirliği yaparak uygun ders saatini seçin.
III. Ortam	
	6. Öğrencinin utanmaması için tek kişilik bir ortam sağlayın. 7. Bu mümkün değilse bir paravan kullanın ya da tarama yapılan öğrencilerin birbirlerini görmelerini ve duymalarını engelleyin. 8. Öğrencilerin stresini azaltmak işlemi öğrencilere açıklayın. 9. İyi aydınlatılmış bir ortam ya da pencere önünü tercih edin.
IV. Saçlı deri taramasının uygulanması	
	10. Tek kullanımlık eldiveni giyin 11. Dil basacağı ya da sık dişli bir tarak yardımıyla saç tellerinde bit ya da sirke olup olmadığını kontrol edin. 12. Özellikle başın sıcak bölgelerini (deri kat yerleri, kulak arkası, ense, taç altı bölgeleri) daha dikkatli kontrol edin. 13. Tarama sonuçlarını kaydedin.
V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi	
	14. Öğrencinin saçında sadece sirke varsa sınıfına dönebilir, canlı bit varsa çocuğu ailesine teslim edinceye kadar ofiste bekletin, kardeşleri varsa onların da taranmasını sağlayın. 15. Her iki durumda da aileye tdv hakkında bilgi verilir ve öğrenci 8-10 gün takip edilir
VII. Bit tedavisi	
	16. Bitlerin tedavisi değişik kimyasal içerikleri haricen kullanılan ilaçlarla (Kwellvb) yapılır. 17. Bit kontrolü ve bittten arınmada ilacın yanısıra dişli özel taraklar da kullanılır. 18. Tedavinin ailenin tamamına yapılması önemlidir.

Okul sağlığı rehberleri için temel kaynaklar:

1. Gözüm S. (2016). *Sağlığın geliştirilmesi ve hastalıkların önlenmesi. İçinde: Okul Dönemindeki Çocukların Sağlığının Geliştirilmesi. Ankara: Vize Yayıncılık.*
2. Neyzi O, Günöz H, Furman A, Bundak R, Gökçay G, Darendeliler F, Baş F.(2008). *Türk çocuklarında vücut ağırlığı, boy uzunluğu, baş çevresi ve vücut kitle indeksi referans değerleri. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 51:1-14.*

[illegible]

Yönerge 25 (Y25)- devam

Kız çocuklar için yaş ve boya göre kan basıncı değerleri

Yaş (yıl)	KB Percentili	Sistolik Kan Basıncı, mm Hg							Diyastolik Kan Basıncı, mm Hg						
		Boy Percentili							Boy Percentili						
		5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.	5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.
1	50.	83	84	85	86	88	89	90	38	39	39	40	41	41	42
	90.	97	97	98	100	101	102	103	52	53	53	54	55	55	56
	95.	100	101	102	104	105	106	107	56	57	57	58	59	59	60
	99.	108	108	109	111	112	113	114	64	64	65	65	66	67	67
2	50.	85	85	87	88	89	91	91	43	44	44	45	46	46	47
	90.	98	99	100	101	103	104	105	57	58	58	59	60	61	61
	95.	102	103	104	105	107	108	109	61	62	62	63	64	65	65
	99.	109	110	111	112	114	115	116	69	69	70	70	71	72	72
3	50.	86	87	88	89	91	92	93	47	48	48	49	50	50	51
	90.	100	100	102	103	104	106	106	61	62	62	63	64	64	65
	95.	104	104	105	107	108	109	110	65	66	66	67	68	68	69
	99.	111	111	113	114	115	116	117	73	73	74	74	75	76	76
4	50.	88	88	90	91	92	94	94	50	50	51	52	52	53	54
	90.	101	102	103	104	106	107	108	64	64	65	66	67	67	68
	95.	105	106	107	108	110	111	112	68	68	69	70	71	71	72
	99.	112	113	114	115	117	118	119	76	76	76	77	78	79	79
5	50.	89	90	91	93	94	95	96	52	53	53	54	55	55	56
	90.	103	103	105	106	107	109	109	66	67	67	68	69	69	70
	95.	107	107	108	110	111	112	113	70	71	71	72	73	73	74
	99.	114	114	116	117	118	120	120	78	78	79	79	80	81	81
6	50.	91	92	93	94	96	97	98	54	54	55	56	56	57	58
	90.	104	105	106	108	109	110	111	68	68	69	70	70	71	72
	95.	108	109	110	111	113	114	115	72	72	73	74	74	75	76
	99.	115	116	117	119	120	121	122	80	80	80	81	82	83	83
7	50.	93	93	95	96	97	99	99	55	56	56	57	58	58	59
	90.	106	107	108	109	111	112	113	69	70	70	71	72	72	73
	95.	110	111	112	113	115	116	116	73	74	74	75	76	76	77
	99.	117	118	119	120	122	123	124	81	81	82	82	83	84	84
8	50.	95	95	96	98	99	100	101	57	57	57	58	59	60	60
	90.	108	109	110	111	113	114	114	71	71	71	72	73	74	74
	95.	112	112	114	115	116	118	118	75	75	75	76	77	78	78
	99.	119	120	121	122	123	125	125	82	82	83	83	84	85	86
9	50.	96	97	98	100	101	102	103	58	58	58	59	60	61	61
	90.	110	110	112	113	114	116	116	72	72	72	73	74	75	75
	95.	114	114	115	117	118	119	120	76	76	76	77	78	79	79
	99.	121	121	123	124	125	127	127	83	83	84	84	85	86	87

Kız çocuklar için yaş ve boya göre kan basıncı değerleri-*devam*

Yaş (yıl)	KB Percentili	Sistolik Kan Basıncı, mm Hg							Diyastolik Kan Basıncı, mm Hg						
		Boy Percentili							Boy Percentili						
		5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.	5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.
10	50.	98	99	100	102	103	104	105	59	59	59	60	61	62	62
	90.	112	112	114	115	116	118	118	73	73	73	74	75	76	76
	95.	116	116	117	119	120	121	122	77	77	77	78	79	80	80
	99.	123	123	125	126	127	129	129	84	84	85	86	86	87	88
11	50.	100	101	102	103	105	106	107	60	60	60	61	62	63	63
	90.	114	114	116	117	118	119	120	74	74	74	75	76	77	77
	95.	118	118	119	121	122	123	124	78	78	78	79	80	81	81
	99.	125	125	126	128	129	130	131	85	85	86	87	87	88	89
12	50.	102	103	104	105	107	108	109	61	61	61	62	63	64	64
	90.	116	116	117	119	120	121	122	75	75	75	76	77	78	78
	95.	119	120	121	123	124	125	126	79	79	79	80	81	82	82
	99.	127	127	128	130	131	132	133	86	86	87	88	88	89	90
13	50.	104	105	106	107	109	110	110	62	62	62	63	64	65	65
	90.	117	118	119	121	122	123	124	76	76	76	77	78	79	79
	95.	121	122	123	124	126	127	128	80	80	80	81	82	83	83
	99.	128	129	130	132	133	134	135	87	87	88	89	89	90	91
14	50.	106	106	107	109	110	111	112	63	63	63	64	65	66	66
	90.	119	120	121	122	124	125	125	77	77	77	78	79	80	80
	95.	123	123	125	126	127	129	129	81	81	81	82	83	84	84
	99.	130	131	132	133	135	136	136	88	88	89	90	90	91	92
15	50.	107	108	109	110	111	113	113	64	64	64	65	66	67	67
	90.	120	121	122	123	125	126	127	78	78	78	79	80	81	81
	95.	124	125	126	127	129	130	131	82	82	82	83	84	85	85
	99.	131	132	133	134	136	137	138	89	89	90	91	91	92	93
16	50.	108	108	110	111	112	114	114	64	64	65	66	66	67	68
	90.	121	122	123	124	126	127	128	78	78	79	80	81	81	82
	95.	125	126	127	128	130	131	132	82	82	83	84	85	85	86
	99.	132	133	134	135	137	138	139	90	90	90	91	92	93	93
17	50.	108	109	110	111	113	114	115	64	65	65	66	67	67	68
	90.	122	122	123	125	126	127	128	78	79	79	80	81	81	82
	95.	125	126	127	129	130	131	132	82	83	83	84	85	85	86
	99.	133	133	134	136	137	138	139	90	90	91	91	92	93	93

Yönerge 25 (Y25)- devam

Erkek çocuklar için yaş ve boya göre kan basıncı değerleri

Yaş (yıl)	KB Persentili	Sistolik Kan Basıncı, mm Hg							Diyastolik Kan Basıncı, mm Hg						
		Boy Persentili							Boy Persentili						
		5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.	5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.
1	50.	80	81	83	85	87	88	89	34	35	36	37	38	39	39
	90.	94	95	97	99	100	102	103	49	50	51	52	53	53	54
	95.	98	99	101	103	104	106	106	54	54	55	56	57	58	58
	99.	105	106	108	110	112	113	114	61	62	63	64	65	66	66
2	50.	84	85	87	88	90	92	92	39	40	41	42	43	44	44
	90.	97	99	100	102	104	105	106	54	55	56	57	58	58	59
	95.	101	102	104	106	108	109	110	59	59	60	61	62	63	63
	99.	109	110	111	113	115	117	117	66	67	68	69	70	71	71
3	50.	86	87	89	91	93	94	95	44	44	45	46	47	48	48
	90.	100	101	103	105	107	108	109	59	59	60	61	62	63	63
	95.	104	105	107	109	110	112	113	63	63	64	65	66	67	67
	99.	111	112	114	116	118	119	120	71	71	72	73	74	75	75
4	50.	88	89	91	93	95	96	97	47	48	49	50	51	51	52
	90.	102	103	105	107	109	110	111	62	63	64	65	66	66	67
	95.	106	107	109	111	112	114	115	66	67	68	69	70	71	71
	99.	113	114	116	118	120	121	122	74	75	76	77	78	78	79
5	50.	90	91	93	95	96	98	98	50	51	52	53	54	55	55
	90.	104	105	106	108	110	111	112	65	66	67	68	69	69	70
	95.	108	109	110	112	114	115	116	69	70	71	72	73	74	74
	99.	115	116	118	120	121	123	123	77	78	79	80	81	81	82
6	50.	91	92	94	96	98	99	100	53	53	54	55	56	57	57
	90.	105	106	108	110	111	113	113	68	68	69	70	71	72	72
	95.	109	110	112	114	115	117	117	72	72	73	74	75	76	76
	99.	116	117	119	121	123	124	125	80	80	81	82	83	84	84
7	50.	92	94	95	97	99	100	101	55	55	56	57	58	59	59
	90.	106	107	109	111	113	114	115	70	70	71	72	73	74	74
	95.	110	111	113	115	117	118	119	74	74	75	76	77	78	78
	99.	117	118	120	122	124	125	126	82	82	83	84	85	86	86
8	50.	94	95	97	99	100	102	102	56	57	58	59	60	60	61
	90.	107	109	110	112	114	115	116	71	72	72	73	74	75	76
	95.	111	112	114	116	118	119	120	75	76	77	78	79	79	80
	99.	119	120	122	123	125	127	127	83	84	85	86	87	87	88
9	50.	95	96	98	100	102	103	104	57	58	59	60	61	61	62
	90.	109	110	112	114	115	117	118	72	73	74	75	76	76	77
	95.	113	114	116	118	119	121	121	76	77	78	79	80	81	81
	99.	120	121	123	125	127	128	129	84	85	86	87	88	88	89

Erkek çocuklar için yaş ve boya göre kan basıncı değerleri

Yaş (yıl)	KB Percentili	Sistolik Kan Basıncı, mm Hg							Diyastolik Kan Basıncı, mm Hg						
		Boy Percentili							Boy Percentili						
		5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.	5.	10.	25.	50.	75.	90.	95.
10	50.	97	98	100	102	103	105	106	58	59	60	61	61	62	63
	90.	111	112	114	115	117	119	119	73	73	74	75	76	77	78
	95.	115	116	117	119	121	122	123	77	78	79	80	81	81	82
	99.	122	123	125	127	128	130	130	85	86	86	88	88	89	90
11	50.	99	100	102	104	105	107	107	59	59	60	61	62	63	63
	90.	113	114	115	117	119	120	121	74	74	75	76	77	78	78
	95.	117	118	119	121	123	124	125	78	78	79	80	81	82	82
	99.	124	125	127	129	130	132	132	86	86	87	88	89	90	90
12	50.	101	102	104	106	108	109	110	59	60	61	62	63	63	64
	90.	115	116	118	120	121	123	123	74	75	75	76	77	78	79
	95.	119	120	122	123	125	127	127	78	79	80	81	82	82	83
	99.	126	127	129	131	133	134	135	86	87	88	89	90	90	91
13	50.	104	105	106	108	110	111	112	60	60	61	62	63	64	64
	90.	117	118	120	122	124	125	126	75	75	76	77	78	79	79
	95.	121	122	124	126	128	129	130	79	79	80	81	82	83	83
	99.	128	130	131	133	135	136	137	87	87	88	89	90	91	91
14	50.	106	107	109	111	113	114	115	60	61	62	63	64	65	65
	90.	120	121	123	125	126	128	128	75	76	77	78	79	79	80
	95.	124	125	127	128	130	132	132	80	80	81	82	83	84	84
	99.	131	132	134	136	138	139	140	87	88	89	90	91	92	92
15	50.	109	110	112	113	115	117	117	61	62	63	64	65	66	66
	90.	122	124	125	127	129	130	131	76	77	78	79	80	80	81
	95.	126	127	129	131	133	134	135	81	81	82	83	84	85	85
	99.	134	135	136	138	140	142	142	88	89	90	91	92	93	93
16	50.	111	112	114	116	118	119	120	63	63	64	65	66	67	67
	90.	125	126	128	130	131	133	134	78	78	79	80	81	82	82
	95.	129	130	132	134	135	137	137	82	83	83	84	85	86	87
	99.	136	137	139	141	143	144	145	90	90	91	92	93	94	94
17	50.	114	115	116	118	120	121	122	65	66	66	67	68	69	70
	90.	127	128	130	132	134	135	136	80	80	81	82	83	84	84
	95.	131	132	134	136	138	139	140	84	85	86	87	87	88	89
	99.	139	140	141	143	145	146	147	92	93	93	94	95	96	97

Yönerge 29 (Y29)

Çocuk ve ergenlerde antropometrik ölçümlerin değerlendirilmesi

5-19 yaş grubu çocuk ve gençler için WHO-2007 Referans Değerleri yayınlanmıştır (www.who.int/childdgrowth/en). 5-19 yaş grubu çocuk ve gençler için WHO-2007 referans değerleri 5-10 yaş için yaşa göre vücut ağırlığı, 5-19 yaş için yaşa göre boy uzunluğu ve yaşa göre beden kitle indeksi değerleri takip eden sayfalarda verilmiştir. Yaşa göre vücut ağırlığı değerlerinin 5-10 yaş grubu için verilmesinin nedeni bu yaş grubunda büyüme atağındaki çocuklar arası farklılıktır. Bundan böyle WHO-2007 referans değerlerinin uluslararası kullanılması önerilmektedir.

Çocuk ve ergenlerde antropometrik ölçümlerin değerlendirilmesine bireyin değerlendirilmesi için persentil değerlerinin, toplum değerlendirilmeleri için de özellikle Z-skor ve gerektiğinde persentil değerlerinin kullanılması önerilmektedir.

Ülkemizde ise; Bundak ve arkadaşları (2006) ve Neyzi ve arkadaşları (2006), 6-18 yaş grubu 1100 erkek ve 1019 kız çocuk ve adolesan için vücut ağırlığı, boy uzunluğu ve BKİ değerlerini oluşturmuşlardır.

Beden Kitle İndeksi (BKİ) zayıflık ve şişmanlık durumunun saptanması amacıyla kullanılan pratik bir yöntemdir. Beden Kitle İndeksi (BKİ) tüm yaş grupları için kullanılır. Sporcularda kullanımı uygun değildir.

Beden kitle indeksinin hesaplanması:

- Ölçülen boy uzunluğu santimetreden metre cinsine çevrilir
- Kilogram cinsinden vücut ağırlığına bölünür.
- Standart değerlerle kıyaslanır.

Değerlendirme:

Beden kitle indeksi (BKİ)= Vücut ağırlığı (kg)/ Boy uzunluğu (m²)

5-19 yaş grubu WHO-2007 referans değerlerine göre değerlendirilir (Ek3).

19 yaş ve üzerindeki bireylerde ise BKİ hesaplanır ve aşağıdaki tabloya göre değerlendirilir.

19 Yaş ve Üzeri Bireylerde BEDEN KİTLE İNDEKSİ Değerleri (kg/m²)

BKİ değerleri (kg/m ²)	Sınıflama
<16,0	Ağır düzeyde zayıflık
≥16,0-<17,0	Orta düzeyde zayıflık
≥17,0-<18,5	Hafif düzeyde zayıflık
≥18,5-<24,9	Normal
≥25,0-<29,9	Kilolu, toplu, hafif şişman
≥30,0-<39,9	Şişman
≥40,0	Ağır düzeyde şişman

5-10 yaş - Yaşa Göre Ağırlık - Kız - WHO 2007																				
Ay	Percentil (kg)										Z-skor (kg)									
	1.P	3.P	5.P	10.P	15.P	25.P	50.P	75.P	85.P	90.P	95.P	97.P	99.P	-3SD	-2SD	-1SD	M	+1SD	+2SD	+3SD
66	14,0	14,8	15,2	16,0	16,5	17,4	19,1	21,2	22,4	23,3	24,7	25,7	27,7	12,9	14,6	16,6	19,1	22,2	26,2	31,3
72	14,6	15,5	16,0	16,8	17,4	18,3	20,2	22,4	23,7	24,6	26,2	27,3	29,5	13,5	15,3	17,5	20,2	23,5	27,8	33,4
78	15,3	16,3	16,8	17,6	18,2	19,2	21,2	23,6	25,0	26,1	27,8	28,9	31,4	14,1	16,0	18,3	21,2	24,9	29,6	35,8
84	16,1	17,0	17,6	18,5	19,2	20,2	22,4	24,9	26,5	27,6	29,5	30,8	33,5	14,8	16,8	19,3	22,4	26,3	31,4	38,3
90	16,9	17,9	18,5	19,5	20,2	21,3	23,6	26,4	28,1	29,3	31,3	32,8	35,7	15,5	17,6	20,3	23,6	27,9	33,5	41,1
96	17,8	18,9	19,5	20,6	21,3	22,5	25,0	28,0	29,8	31,2	33,4	34,9	38,2	16,3	18,6	21,4	25,0	29,7	35,8	44,1
102	18,8	20,0	20,6	21,8	22,6	23,8	26,6	29,8	31,8	33,3	35,7	37,4	40,9	17,2	19,6	22,7	26,6	31,6	38,3	47,5
108	19,8	21,1	21,8	23,0	23,9	25,3	28,2	31,7	33,9	35,5	38,1	40,0	43,9	18,1	20,8	24,0	28,2	33,6	41,0	51,1
114	21,0	22,3	23,1	24,4	25,3	26,8	30,0	33,8	36,1	37,9	40,7	42,7	47,1	19,2	22,0	25,5	30,0	35,9	43,8	55,0
120	22,2	23,7	24,5	25,9	26,9	28,5	31,9	35,9	38,5	40,4	43,5	45,7	50,4	20,3	23,3	27,0	31,9	38,2	46,9	59,2
5-10 yaş - Yaşa Göre Ağırlık - Erkek - WHO 2007																				
Ay	Percentil (kg)										Z-skor (kg)									
	1.P	3.P	5.P	10.P	15.P	25.P	50.P	75.P	85.P	90.P	95.P	97.P	99.P	-3SD	-2SD	-1SD	M	+1SD	+2SD	+3SD
66	14,4	15,3	15,7	16,4	17,0	17,8	19,4	21,2	22,3	23,0	24,2	25,1	26,7	13,3	15,0	17,0	19,4	22,2	25,5	29,4
72	15,2	16,1	16,6	17,4	17,9	18,8	20,5	22,5	23,6	24,5	25,8	26,7	28,5	14,1	15,9	18,0	20,5	23,5	27,1	31,5
78	16,1	17,0	17,5	18,3	18,9	19,8	21,7	23,8	25,0	25,9	27,4	28,3	30,3	14,9	16,8	19,0	21,7	24,9	28,9	33,7
84	17,0	17,9	18,4	19,3	19,9	20,9	22,9	25,2	26,5	27,5	29,1	30,1	32,3	15,7	17,7	20,0	22,9	26,4	30,7	36,1
90	17,8	18,8	19,4	20,3	21,0	22,0	24,1	26,6	28,1	29,1	30,8	32,0	34,4	16,5	18,6	21,1	24,1	27,9	32,6	38,7
96	18,7	19,8	20,4	21,3	22,0	23,1	25,4	28,1	29,7	30,9	32,7	34,0	36,7	17,3	19,5	22,1	25,4	29,5	34,7	41,5
102	19,6	20,7	21,3	22,4	23,1	24,3	26,7	29,6	31,4	32,7	34,7	36,2	39,2	18,1	20,4	23,2	26,7	31,2	37,0	44,7
108	20,4	21,6	22,3	23,4	24,2	25,4	28,1	31,3	33,2	34,6	36,9	38,6	42,0	18,8	21,3	24,3	28,1	33,0	39,4	48,2
114	21,3	22,6	23,3	24,5	25,3	26,7	29,6	33,0	35,2	36,7	39,3	41,1	45,0	19,6	22,2	25,5	29,6	34,9	42,1	52,1
120	22,2	23,6	24,4	25,6	26,6	28,0	31,2	34,9	37,3	39,0	41,9	43,9	48,3	20,4	23,2	26,7	31,2	37,0	45,0	56,4

5-19 yaş - Yaşa Göre Boy - Kız - WHO 2007

Ay	Percentil (cm)													Z-skor (cm)						
	1.P	3.P	5.P	10.P	15.P	25.P	50.P	75.P	85.P	90.P	95.P	97.P	99.P	-3SD	-2SD	-1SD	M	+1SD	+2SD	+3SD
66	100,7	102,9	104,1	105,9	107,1	108,8	112,2	115,5	117,3	118,5	120,3	121,5	123,7	97,4	102,3	107,2	112,2	117,1	122,0	127,0
72	103,2	105,5	106,7	108,6	109,8	111,7	115,1	118,6	120,4	121,7	123,5	124,8	127,0	99,8	104,9	110,0	115,1	120,2	125,4	130,5
78	105,7	108,0	109,3	111,2	112,5	114,4	118,0	121,5	123,5	124,8	126,7	127,9	130,3	102,1	107,4	112,7	118,0	123,3	128,6	133,9
84	108,1	110,5	111,8	113,8	115,1	117,1	120,8	124,5	126,5	127,8	129,8	131,1	133,5	104,4	109,9	115,3	120,8	126,3	131,7	137,2
90	110,6	113,1	114,4	116,4	117,8	119,9	123,7	127,5	129,5	130,9	132,9	134,3	136,8	106,8	112,4	118,0	123,7	129,3	134,9	140,6
96	113,1	115,7	117,0	119,1	120,5	122,6	126,6	130,5	132,6	134,0	136,1	137,5	140,0	109,2	115,0	120,8	126,6	132,4	138,2	143,9
102	115,6	118,3	119,7	121,9	123,3	125,5	129,5	133,5	135,7	137,1	139,3	140,7	143,4	111,6	117,6	123,5	129,5	135,5	141,4	147,4
108	118,3	121,0	122,4	124,7	126,2	128,4	132,5	136,6	138,8	140,3	142,5	144,0	146,7	114,2	120,3	126,4	132,5	138,6	144,7	150,8
114	121,0	123,8	125,2	127,5	129,1	131,3	135,5	139,8	142,0	143,6	145,8	147,3	150,1	116,8	123,0	129,3	135,5	141,8	148,1	154,3
120	123,8	126,6	128,1	130,4	132,0	134,3	138,6	143,0	145,3	146,8	149,2	150,7	153,5	119,4	125,8	132,2	138,6	145,0	151,4	157,8
126	126,6	129,5	131,1	133,4	135,0	137,4	141,8	146,2	148,6	150,2	152,5	154,1	157,0	122,2	128,7	135,3	141,8	148,3	154,8	161,4
132	129,5	132,5	134,1	136,5	138,1	140,5	145,0	149,5	151,9	153,5	155,9	157,5	160,5	125,1	131,7	138,3	145,0	151,6	158,3	164,9
138	132,5	135,5	137,1	139,5	141,2	143,6	148,2	152,7	155,2	156,8	159,3	160,9	163,9	127,9	134,7	141,4	148,2	154,9	161,7	168,4
144	135,3	138,4	140,0	142,5	144,1	146,6	151,2	155,8	158,3	160,0	162,5	164,1	167,1	130,7	137,6	144,4	151,2	158,1	164,9	171,8
150	137,9	141,0	142,6	145,2	146,8	149,3	154,0	158,7	161,2	162,9	165,4	167,0	170,1	133,3	140,2	147,1	154,0	160,9	167,8	174,7
156	140,2	143,3	145,0	147,5	149,2	151,7	156,4	161,1	163,6	165,3	167,8	169,4	172,5	135,6	142,5	149,4	156,4	163,3	170,3	177,2
162	142,1	145,2	146,9	149,4	151,1	153,6	158,3	163,0	165,5	167,2	169,7	171,4	174,5	137,4	144,4	151,3	158,3	165,3	172,2	179,2
168	143,6	146,7	148,4	150,9	152,6	155,1	159,8	164,5	167,0	168,7	171,2	172,8	175,9	139,0	145,9	152,8	159,8	166,7	173,7	180,6
174	144,8	147,9	149,5	152,0	153,7	156,2	160,9	165,6	168,1	169,8	172,3	173,9	177,0	140,1	147,1	154,0	160,9	167,8	174,7	181,6
180	145,7	148,7	150,4	152,9	154,5	157,0	161,7	166,3	168,8	170,5	173,0	174,6	177,7	141,0	147,9	154,8	161,7	168,5	175,4	182,3
186	146,3	149,3	150,9	153,4	155,1	157,6	162,2	166,8	169,3	170,9	173,4	175,0	178,1	141,7	148,5	155,4	162,2	169,0	175,9	182,7
192	146,7	149,8	151,4	153,8	155,5	157,9	162,5	167,1	169,6	171,2	173,7	175,3	178,3	142,2	148,9	155,7	162,5	169,3	176,1	182,9
198	147,0	150,0	151,6	154,1	155,7	158,2	162,7	167,3	169,7	171,4	173,8	175,4	178,4	142,5	149,2	156,0	162,7	169,5	176,2	182,9
204	147,3	150,3	151,8	154,3	155,9	158,3	162,9	167,4	169,8	171,4	173,9	175,4	178,4	142,8	149,5	156,2	162,9	169,5	176,2	182,9
210	147,5	150,5	152,0	154,4	156,1	158,5	163,0	167,5	169,9	171,5	173,9	175,5	178,4	143,0	149,7	156,3	163,0	169,6	176,3	182,9
216	147,7	150,6	152,2	154,6	156,2	158,6	163,1	167,5	169,9	171,5	173,9	175,5	178,4	143,2	149,8	156,5	163,1	169,7	176,3	182,9
222	147,8	150,8	152,3	154,7	156,3	158,7	163,1	167,6	169,9	171,6	173,9	175,5	178,4	143,4	150,0	156,6	163,1	169,7	176,3	182,9
228	147,9	150,9	152,4	154,8	156,4	158,7	163,2	167,6	169,9	171,5	173,9	175,5	178,4	143,5	150,1	156,6	163,2	169,7	176,2	182,8

5-19 yaş - Yaşa Göre Boy Erkek - WHO 2007

Ay	Percentil (cm)													Z-skor (cm)						
	1.P	3.P	5.P	10.P	15.P	25.P	50.P	75.P	85.P	90.P	95.P	97.P	99.P	-3SD	-2SD	-1SD	M	+1SD	+2SD	+3SD
66	101,9	104,0	105,1	106,8	108,0	109,7	112,9	116,1	117,8	119,0	120,7	121,8	124,0	98,7	103,4	108,2	112,9	117,7	122,4	127,1
72	104,5	106,7	107,8	109,6	110,8	112,6	116,0	119,3	121,1	122,3	124,1	125,2	127,4	101,2	106,1	111,0	116,0	120,9	125,8	130,7
78	107,0	109,3	110,5	112,3	113,6	115,4	118,9	122,3	124,2	125,4	127,3	128,5	130,7	103,6	108,7	113,8	118,9	124,0	129,1	134,2
84	109,4	111,8	113,0	115,0	116,3	118,2	121,7	125,3	127,2	128,5	130,4	131,7	134,0	105,9	111,2	116,4	121,7	127,0	132,3	137,6
90	111,8	114,3	115,5	117,5	118,9	120,8	124,5	128,2	130,2	131,5	133,5	134,8	137,3	108,1	113,6	119,1	124,5	130,0	135,5	140,9
96	114,1	116,6	118,0	120,0	121,4	123,5	127,3	131,1	133,1	134,5	136,6	137,9	140,4	110,3	116,0	121,6	127,3	132,9	138,6	144,2
102	116,4	119,0	120,3	122,5	123,9	126,0	129,9	133,9	136,0	137,4	139,5	140,9	143,5	112,4	118,3	124,1	129,9	135,8	141,6	147,4
108	118,6	121,3	122,7	124,9	126,3	128,5	132,6	136,6	138,8	140,3	142,5	143,9	146,6	114,5	120,5	126,6	132,6	138,6	144,6	150,6
114	120,8	123,5	125,0	127,2	128,8	131,0	135,2	139,4	141,6	143,1	145,4	146,8	149,6	116,6	122,8	129,0	135,2	141,4	147,6	153,8
120	123,0	125,8	127,3	129,6	131,2	133,5	137,8	142,1	144,4	145,9	148,3	149,8	152,6	118,7	125,0	131,4	137,8	144,2	150,5	156,9
126	125,2	128,1	129,6	132,0	133,6	136,0	140,4	144,8	147,2	148,8	151,2	152,7	155,6	120,7	127,3	133,8	140,4	146,9	153,5	160,1
132	127,5	130,5	132,0	134,5	136,1	138,6	143,1	147,7	150,1	151,7	154,2	155,8	158,8	122,9	129,7	136,4	143,1	149,8	156,6	163,3
138	129,9	133,0	134,6	137,1	138,8	141,3	146,0	150,6	153,1	154,8	157,4	159,0	162,1	125,3	132,2	139,1	146,0	152,9	159,8	166,7
144	132,6	135,8	137,4	140,0	141,7	144,3	149,1	153,9	156,4	158,2	160,7	162,4	165,6	127,8	134,9	142,0	149,1	156,2	163,3	170,3
150	135,6	138,8	140,5	143,1	144,9	147,5	152,4	157,3	160,0	161,7	164,4	166,1	169,3	130,7	137,9	145,2	152,4	159,7	167,0	174,2
156	138,8	142,1	143,8	146,5	148,3	151,0	156,0	161,1	163,7	165,6	168,3	170,0	173,3	133,8	141,2	148,6	156,0	163,5	170,9	178,3
162	142,1	145,4	147,2	150,0	151,8	154,6	159,7	164,8	167,5	169,4	172,2	173,9	177,3	137,0	144,5	152,1	159,7	167,3	174,8	182,4
168	145,3	148,7	150,5	153,3	155,2	158,0	163,2	168,4	171,2	173,0	175,8	177,6	181,1	140,1	147,8	155,5	163,2	170,9	178,6	186,3
174	148,2	151,7	153,5	156,4	158,3	161,1	166,3	171,5	174,4	176,3	179,1	180,9	184,4	143,0	150,8	158,5	166,3	174,1	181,8	189,6
180	150,8	154,3	156,1	159,0	160,9	163,7	169,0	174,2	177,0	179,0	181,8	183,6	187,1	145,5	153,4	161,2	169,0	176,8	184,6	192,4
186	153,0	156,5	158,3	161,1	163,1	165,9	171,1	176,4	179,2	181,1	184,0	185,8	189,3	147,7	155,5	163,3	171,1	178,9	186,8	194,6
192	154,8	158,3	160,1	162,9	164,8	167,7	172,9	178,1	181,0	182,9	185,7	187,5	191,0	149,6	157,4	165,1	172,9	180,7	188,4	196,2
198	156,3	159,7	161,5	164,3	166,2	169,0	174,2	179,4	182,2	184,1	186,9	188,7	192,2	151,1	158,8	166,5	174,2	181,9	189,7	197,4
204	157,4	160,8	162,6	165,4	167,2	170,0	175,2	180,3	183,1	185,0	187,7	189,5	192,9	152,2	159,9	167,5	175,2	182,8	190,4	198,1
210	158,2	161,5	163,3	166,1	167,9	170,7	175,8	180,9	183,6	185,5	188,2	190,0	193,4	153,1	160,6	168,2	175,8	183,3	190,9	198,4
216	158,8	162,1	163,9	166,6	168,4	171,1	176,1	181,2	183,9	185,7	188,4	190,2	193,5	153,7	161,2	168,7	176,1	183,6	191,1	198,6
222	159,2	162,5	164,2	166,9	168,7	171,4	176,4	181,4	184,0	185,8	188,5	190,3	193,6	154,2	161,6	169,0	176,4	183,8	191,1	198,5
228	159,6	162,8	164,5	167,2	169,0	171,6	176,5	181,5	184,1	185,9	188,5	190,3	193,5	154,6	161,9	169,2	176,5	183,8	191,1	198,4

5-19 yaş - BKİ Kız - WHO 2007

Av	Percentil													Z-skor						
	1.P	3.P	5.P	10.P	15.P	25.P	50.P	75.P	85.P	90.P	95.P	97.P	99.P	-3SD	-2SD	-1SD	M	+1SD	+2SD	+3SD
66	12,4	12,8	13,1	13,5	13,8	14,3	15,2	16,3	17,0	17,5	18,2	18,7	19,8	11,7	12,7	13,9	15,2	16,9	19,0	21,7
72	12,4	12,8	13,1	13,5	13,8	14,3	15,3	16,4	17,1	17,6	18,4	18,9	20,1	11,7	12,7	13,9	15,3	17,0	19,2	22,1
78	12,4	12,8	13,1	13,5	13,8	14,3	15,3	16,5	17,2	17,7	18,6	19,2	20,4	11,7	12,7	13,9	15,3	17,1	19,5	22,7
84	12,4	12,9	13,1	13,6	13,9	14,4	15,4	16,6	17,4	17,9	18,8	19,4	20,8	11,8	12,7	13,9	15,4	17,3	19,8	23,3
90	12,5	12,9	13,2	13,6	14,0	14,5	15,5	16,8	17,6	18,2	19,1	19,8	21,2	11,8	12,8	14,0	15,5	17,5	20,1	24,0
96	12,5	13,0	13,3	13,7	14,1	14,6	15,7	17,0	17,8	18,4	19,4	20,2	21,7	11,9	12,9	14,1	15,7	17,7	20,6	24,8
102	12,6	13,1	13,4	13,9	14,2	14,7	15,9	17,2	18,1	18,7	19,8	20,6	22,3	12,0	13,0	14,3	15,9	18,0	21,0	25,6
108	12,8	13,3	13,6	14,0	14,4	14,9	16,1	17,5	18,4	19,1	20,2	21,1	22,9	12,1	13,1	14,4	16,1	18,3	21,5	26,5
114	12,9	13,4	13,7	14,2	14,6	15,1	16,3	17,8	18,8	19,5	20,7	21,6	23,5	12,2	13,3	14,6	16,3	18,7	22,0	27,5
120	13,1	13,6	13,9	14,4	14,8	15,4	16,6	18,2	19,1	19,9	21,1	22,1	24,1	12,4	13,5	14,8	16,6	19,0	22,6	28,4
126	13,3	13,8	14,1	14,6	15,0	15,6	16,9	18,5	19,5	20,3	21,6	22,6	24,8	12,5	13,7	15,1	16,9	19,4	23,1	29,3
132	13,5	14,0	14,4	14,9	15,3	15,9	17,2	18,9	20,0	20,8	22,2	23,2	25,4	12,7	13,9	15,3	17,2	19,9	23,7	30,2
138	13,7	14,3	14,6	15,2	15,6	16,2	17,6	19,3	20,4	21,3	22,7	23,8	26,1	12,9	14,1	15,6	17,6	20,3	24,3	31,1
144	14,0	14,6	14,9	15,5	15,9	16,6	18,0	19,8	20,9	21,8	23,3	24,4	26,8	13,2	14,4	16,0	18,0	20,8	25,0	31,9
150	14,2	14,8	15,2	15,8	16,2	16,9	18,4	20,2	21,4	22,3	23,9	25,0	27,5	13,4	14,7	16,3	18,4	21,3	25,6	32,7
156	14,5	15,1	15,5	16,1	16,5	17,3	18,8	20,7	21,9	22,9	24,4	25,6	28,1	13,6	14,9	16,6	18,8	21,8	26,2	33,4
162	14,7	15,4	15,8	16,4	16,9	17,6	19,2	21,2	22,4	23,4	25,0	26,1	28,8	13,8	15,2	16,9	19,2	22,3	26,8	34,1
168	15,0	15,6	16,0	16,7	17,2	17,9	19,6	21,6	22,9	23,8	25,5	26,7	29,3	14,0	15,4	17,2	19,6	22,7	27,3	34,7
174	15,2	15,9	16,3	17,0	17,4	18,2	19,9	22,0	23,3	24,3	25,9	27,1	29,8	14,2	15,7	17,5	19,9	23,1	27,8	35,1
180	15,3	16,1	16,5	17,2	17,7	18,5	20,2	22,3	23,7	24,7	26,3	27,6	30,2	14,4	15,9	17,8	20,2	23,5	28,2	35,5
186	15,5	16,2	16,7	17,4	17,9	18,7	20,5	22,6	24,0	25,0	26,7	27,9	30,6	14,5	16,0	18,0	20,5	23,8	28,6	35,8
192	15,6	16,4	16,8	17,5	18,1	18,9	20,7	22,9	24,2	25,3	27,0	28,2	30,9	14,6	16,2	18,2	20,7	24,1	28,9	36,1
198	15,7	16,5	16,9	17,7	18,2	19,1	20,9	23,1	24,5	25,5	27,2	28,4	31,1	14,7	16,3	18,3	20,9	24,3	29,1	36,2
204	15,8	16,6	17,0	17,8	18,3	19,2	21,0	23,3	24,7	25,7	27,4	28,6	31,3	14,7	16,4	18,4	21,0	24,5	29,3	36,3
210	15,8	16,6	17,1	17,9	18,4	19,3	21,2	23,4	24,8	25,8	27,5	28,8	31,4	14,7	16,4	18,5	21,2	24,6	29,4	36,3
216	15,9	16,7	17,1	17,9	18,5	19,4	21,3	23,5	24,9	26,0	27,7	28,9	31,5	14,7	16,4	18,6	21,3	24,8	29,5	36,3
222	15,9	16,7	17,2	18,0	18,5	19,4	21,3	23,6	25,0	26,1	27,7	29,0	31,5	14,7	16,5	18,6	21,3	24,9	29,6	36,2
228	15,9	16,7	17,2	18,0	18,6	19,5	21,4	23,7	25,1	26,2	27,8	29,0	31,6	14,7	16,5	18,7	21,4	25,0	29,7	36,2

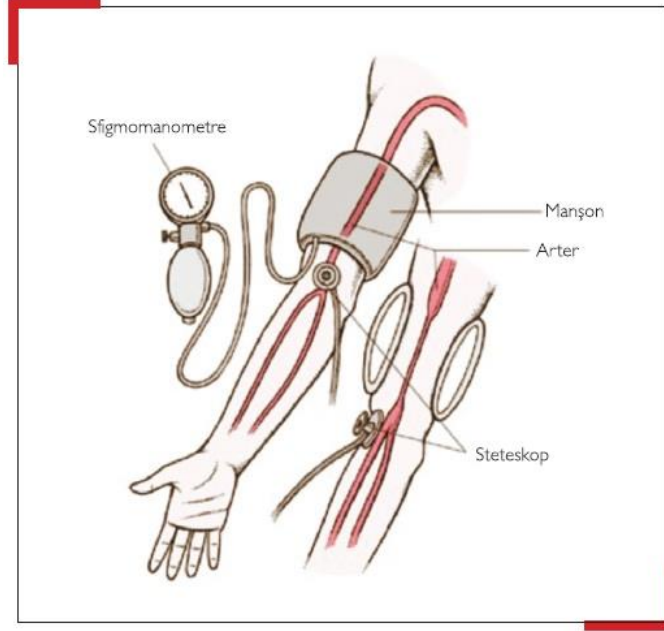
5-19 yaş - BKİ Erkek - WHO 2007

Av	Percentil													Z-skor						
	1.P	3.P	5.P	10.P	15.P	25.P	50.P	75.P	85.P	90.P	95.P	97.P	99.P	-3SD	-2SD	-1SD	M	+1SD	+2SD	+3SD
66	12,7	13,1	13,4	13,8	14,0	14,4	15,3	16,2	16,7	17,1	17,7	18,1	19,0	12,1	13,0	14,1	15,3	16,7	18,4	20,4
72	12,7	13,2	13,4	13,8	14,0	14,5	15,3	16,3	16,8	17,2	17,9	18,3	19,2	12,1	13,0	14,1	15,3	16,8	18,5	20,7
78	12,8	13,2	13,4	13,8	14,1	14,5	15,4	16,4	16,9	17,4	18,0	18,5	19,4	12,2	13,1	14,1	15,4	16,9	18,7	21,1
84	12,8	13,3	13,5	13,9	14,2	14,6	15,5	16,5	17,1	17,6	18,3	18,8	19,8	12,3	13,1	14,2	15,5	17,0	19,0	21,6
90	12,9	13,3	13,6	14,0	14,3	14,7	15,6	16,7	17,3	17,8	18,5	19,0	20,2	12,3	13,2	14,3	15,6	17,2	19,3	22,1
96	13,0	13,4	13,7	14,1	14,4	14,8	15,7	16,8	17,5	18,0	18,8	19,4	20,6	12,4	13,3	14,4	15,7	17,4	19,7	22,8
102	13,1	13,5	13,8	14,2	14,5	14,9	15,9	17,0	17,7	18,3	19,1	19,7	21,0	12,5	13,4	14,5	15,9	17,7	20,1	23,5
108	13,2	13,6	13,9	14,3	14,6	15,1	16,0	17,2	18,0	18,5	19,5	20,1	21,5	12,6	13,5	14,6	16,0	17,9	20,5	24,3
114	13,3	13,7	14,0	14,4	14,7	15,2	16,2	17,5	18,3	18,9	19,8	20,5	22,1	12,7	13,6	14,8	16,2	18,2	20,9	25,1
120	13,4	13,9	14,1	14,6	14,9	15,4	16,4	17,7	18,6	19,2	20,2	21,0	22,7	12,8	13,7	14,9	16,4	18,5	21,4	26,1
126	13,5	14,0	14,3	14,7	15,1	15,6	16,7	18,0	18,9	19,6	20,7	21,5	23,3	12,9	13,9	15,1	16,7	18,8	21,9	27,0
132	13,7	14,2	14,5	14,9	15,3	15,8	16,9	18,4	19,3	20,0	21,1	22,0	23,9	13,1	14,1	15,3	16,9	19,2	22,5	28,0
138	13,9	14,4	14,7	15,1	15,5	16,0	17,2	18,7	19,6	20,4	21,6	22,5	24,6	13,2	14,2	15,5	17,2	19,5	23,0	29,0
144	14,1	14,6	14,9	15,4	15,7	16,3	17,5	19,1	20,1	20,8	22,1	23,1	25,2	13,4	14,5	15,8	17,5	19,9	23,6	30,0
150	14,3	14,8	15,1	15,6	16,0	16,6	17,9	19,5	20,5	21,3	22,6	23,6	25,9	13,6	14,7	16,1	17,9	20,4	24,2	30,9
156	14,5	15,1	15,4	15,9	16,3	16,9	18,2	19,9	20,9	21,8	23,1	24,2	26,5	13,8	14,9	16,4	18,2	20,8	24,8	31,7
162	14,8	15,4	15,7	16,2	16,6	17,2	18,6	20,3	21,4	22,3	23,7	24,8	27,2	14,0	15,2	16,7	18,6	21,3	25,3	32,4
168	15,1	15,6	16,0	16,5	16,9	17,6	19,0	20,8	21,9	22,8	24,2	25,3	27,8	14,3	15,5	17,0	19,0	21,8	25,9	33,1
174	15,3	15,9	16,3	16,8	17,3	17,9	19,4	21,2	22,4	23,2	24,7	25,8	28,3	14,5	15,7	17,3	19,4	22,2	26,5	33,6
180	15,6	16,2	16,5	17,1	17,6	18,3	19,8	21,6	22,8	23,7	25,2	26,4	28,9	14,7	16,0	17,6	19,8	22,7	27,0	34,1
186	15,8	16,4	16,8	17,4	17,9	18,6	20,1	22,0	23,2	24,2	25,7	26,8	29,3	14,9	16,3	18,0	20,1	23,1	27,4	34,5
192	16,0	16,7	17,1	17,7	18,2	18,9	20,5	22,4	23,7	24,6	26,1	27,3	29,7	15,1	16,5	18,2	20,5	23,5	27,9	34,8
198	16,2	16,9	17,3	18,0	18,5	19,2	20,8	22,8	24,0	25,0	26,5	27,7	30,1	15,3	16,7	18,5	20,8	23,9	28,3	35,0
204	16,4	17,1	17,5	18,2	18,7	19,5	21,1	23,1	24,4	25,3	26,9	28,0	30,5	15,4	16,9	18,8	21,1	24,3	28,6	35,2
210	16,6	17,3	17,7	18,4	18,9	19,7	21,4	23,5	24,7	25,7	27,2	28,4	30,8	15,6	17,1	19,0	21,4	24,6	29,0	35,3
216	16,7	17,5	17,9	18,6	19,2	20,0	21,7	23,8	25,0	26,0	27,5	28,6	31,0	15,7	17,3	19,2	21,7	24,9	29,2	35,4
222	16,9	17,6	18,1	18,8	19,4	20,2	22,0	24,0	25,3	26,3	27,8	28,9	31,2	15,8	17,4	19,4	22,0	25,2	29,5	35,5
228	17,0	17,8	18,2	19,0	19,5	20,4	22,2	24,3	25,6	26,5	28,1	29,1	31,4	15,9	17,6	19,6	22,2	25,4	29,7	35,5

YAŞLI SAĞLIĞI UYGULAMA REHBERİ

1. KAN BASINCI ÖLÇÜM REHBERİ

- Kan basıncı ölçülmeye başlanmadan önce kan basıncını etkileyebilecek durumlara dikkat edilmelidir.
- Kan basıncının birey dinlendirildikten veya çay, kahve ve sigara içiminden 30 dk sonra sağ koldan ölçülmesine, ölçüm sırasında konuşulmamasına, bacak bacak üzerine atılmamasına özen gösterilmelidir.
- Birey rahat bir yere oturtularak sırtını rahat bir yere yaslaması sağlanır.
- Ölçüm yapılan kol, kalp hizasına getirilerek altı desteklenir.
- Kıyafetler rahat olmalı ve sıkı olmamalıdır.



- Kıyafet sıyrıldıktan sonra manşonun alt kısmı dirseğin 3-4 cm kadar üstüne yerleştirilmeli ve steteskop manşonun altına yerleştirilmelidir.
- Brakiyal arter saptanarak steteskop diyagramı deriye hafifçe bastırılarak ölçüm yapılır. Ölçüm; doğru sonuç almak için çok hızlı ya da çok yavaş olmamalıdır.
- Sonuç alınamayan ölçümler arasında en az iki dk olmalıdır.
- Son olarak ölçülen kan basıncı değeri sonucu forma kaydedilir.

Kaynaklar:

1. Dicle, A., (Editör) (2011- basımda), DEÜ Hemşirelik Yüksekokulu Beceri Eğitim Rehberi, İzmir, Güven: Nobel Kitapevleri.
2. Güler, BA., (Editör) (2018), Hipertansiyonda Bakım, Ankara: Vize Yayıncılık.

2. KAN ŞEKERİ ÖLÇÜM REHBERİ

➤ Ellerinizi ılık sabunlu suyla yıkayınız.	
➤ Yıkama imkanınız yoksa alkollü pamukla siliniz (Kurumasını bekleyiniz).	
➤ Taramalarda, zaman kaybı olmaması için lanset doğrudan kullanılmalıdır.	
➤ Cihaza ölçüm çubuğunu yerleştiriniz. Ölçüm çubuklarının (striplerin) son kullanma tarihinin geçmemiş olmasına dikkat ediniz).	
➤ Parmak delme işlemini parmak ucunun yan kısmından yapmalısınız (Alkol ve kolonya gibi maddeler kullanmayın. Bu sıvıların kalıntıları kanın yapısını bozmaktadır ve ölçümler yanlış çıkmaktadır.)	
➤ Tüm parmaklar sırayla kullanılabilir.	
➤ Delme işleminden sonra hafifçe yukarıdan parmak ucuna doğru sıvazlama şeklinde kan akışı sağlanmalıdır.	
➤ İlk gelen kandamlası kuru pamukla silinmelidir.	
➤ İkinci kandamlasını test stribine uygun şekilde değdiriniz.	

➤ Cihaza kan bulaşmamasına özen gösteriniz.	
➤ Parmağa hafifçe kuru pamuk bastırınız.	
➤ Bulgularınızı kaydediniz (Açlık kan şekeri 126 mg/dl. ve tokluk kan şekeri 200 mg/dl. üzerinde olan bireyler bir sağlık kurumuna yönlendirilmelidir.)	 

Kaynaklar:

1. American Diabetes Association [ADA] (2019). <https://www.diabetes.org/diabetes/medication-management/blood-glucose-testing-and-control/checking-your-blood-glucose> Erişim Tarihi: 11.09.2019
2. Türk Diabet Cemiyeti (2019). <http://www.diabetcemiyeti.org/c/kan-sekeri> Erişim Tarihi: 11.09.2019

3. OBEZİTE DEĞERLENDİRME REHBERİ

Malzemeler

- Yer Baskülü
- Mezura
- Kayıt formu

1. Boy Ölçümü

- Dik pozisyonda baş geriye doğru (duvara) yaslanmalıdır.
- Düz bir zeminde boy ölçer yardımıyla veya mezura yardımıyla çıplak ayakla veya çorapla ölçüm yapılmalıdır.

2. Ağırlık Ölçümü

- Hafif giysilerle, kalibre edilmiş bir tartıyla ölçüm yapılır.

DSÖ tarafından BKİ'ne göre obezite sınıflaması

DSÖ sınıflaması

Sınıflandırma	BKİ (kg/m²)	Sağlık riski
Düşük kilolu	< 18.50	Düşük
Normal	18.50 – 24.99	Orta
Pre-obez (kilolu)	25.00 – 29.99	Yüksek
Obez – sınıf 1	30.00 – 34.99	Yüksek
Obez – sınıf 2	35.00 – 39.99	Aşırı yüksek
Obez – sınıf 3	≥ 40.00	Çok aşırı yüksek

Beden Kitle İndeksi (BKİ) = Ağırlık / Boy x Boy

3

Kaynak : T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu “Birinci Basamak Hekimler İçin Obezite ile Mücadele” El Kitabı Ankara 2013. (tuseb.gov.tr)

2025-2026 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI HSH UYGULAMA DEĞERLENDİRME FORMU

Öğrencinin Adı Soyadı: Okul No:	ROTASYON ALANLARI (Aşağıdaki boş kutucuklara rotasyon alanlarının adlarını ve tarih aralığını yazınız)		GÖRÜŞLER
Okul Sağlığı Uygulamaları (30 p)	Tarih: Alan:	Tarih: Alan:	
Taramalara etkin katılma, sonuçlarını değerlendirme ve girişim yapma (10)			
Eğitim (10)			
Raporlama (kurum tanıtımı, bireysel çalışmalarının beyanı ve **profesyonellik) (5)			
*Alana yönelik literatür tartışma (5)			
TOPLAM			
ASM, SHM, Yaşlı Sağlığı Uygulamaları (30 p)	Tarih: Alan:	Tarih: Alan:	
Birim içi/dışı uygulamalara katılma (15)			
Raporlama (kurum tanıtımı, bireysel çalışmalarının beyanı ve **profesyonellik) (10)			
*Alana yönelik literatür tartışma (5)			
TOPLAM			
TOPLAM (60 puan) =			

* Alana Yönelik Literatür Tartışma Raporu olmayanlar bu bölümden "0" alacaktır.

** Profesyonellik ekiple iş-birliği içinde çalışma, çalışma saatlerine uyma, zamanı etkin kullanma, genel görünüm, sorumluluk alma, motivasyon, iletişim, liderlik vb... kavramları içermektedir.

2025-2026 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI HSH UYGULAMA DEĞERLENDİRME FORMU (ÖRNEK)

Öğrencinin Adı Soyadı: XXXX Okul No: XXXX	ROTASYON ALANLARI (Aşağıdaki boş kutucuklara rotasyon alanlarının adlarını ve tarih aralığını yazınız)		GÖRÜŞLER
Okul Sağlığı Uygulamaları (30 p)	Tarih: 13 EKİM-17 KASIM Alan: OKUL	Tarih: Alan:	
Taramalara etkin katılma, sonuçlarını değerlendirme ve girişim yapma (10)	8		
Eğitim (10)	7		
Raporlama (kurum tanıtımı, bireysel çalışmalarının beyanı ve **profesyonellik) (5)	5		
*Alana yönelik literatür tartışma (5)	5		
TOPLAM	25		
ASM, SHM, Yaşlı Sağlığı Uygulamaları (30 p)	Tarih: Alan:	Tarih: 18 KASIM-16 ARALIK Alan: SHM	
Birim içi/dışı uygulamalara katılma (15)		10	
Raporlama (kurum tanıtımı, bireysel çalışmalarının beyanı ve **profesyonellik) (10)		8	
*Alana yönelik literatür tartışma (5)		5	
TOPLAM		23	
TOPLAM (60 puan) =48.....			

* Alana Yönelik Literatür Tartışma Raporu olmayanlar bu bölümden “0” alacaktır.

** Profesyonellik ekiple iş-birliği içinde çalışma, çalışma saatlerine uyma, zamanı etkin kullanma, genel görünüm, sorumluluk alma, motivasyon, iletişim, liderlik vb... kavramları içermektedir.