



**AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
HEMŞİRELİK FAKÜLTESİ
2026-2027 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
GÜZ DÖNEMİ**

HALK SAĞLIĞI HEMŞİRELİĞİ DERSİ

ÖĞRENCİ UYGULAMA REHBERİ

2026

ROTASYON ALANLARI UYGULAMA KURALLARI

1. Öğrenciler öğretim elemanlarının hazırladığı rotasyon doğrultusunda **iki rotasyon alanında uygulama yapar ve bu alanlardan not alır.**
2. Sağlıklı hayat merkezlerinde sürekli öğretim elemanı yoktur, ancak **sorumlu öğretim elemanları tarafından düzenli olarak alan ziyareti yapılacaktır.** Bu durumda öğrenciler **direkt kurumda çalışan personelin sorumluluğu altında çalışırlar.** Bu alanlarda öğrenciler, sorumlu öğretim elemanının ve kurum çalışanının izni olmadan kurumdan ayrılamazlar ve uygulama **başlangıç-bitiş saatine uymak durumundadır.** Aynı zamanda devamsızlık yapma durumunda önceden kurum çalışanlarını haberdar etmekle yükümlüdürler.
3. Öğrenciler uygulama alanlarında ilgili sağlık çalışanının bilgisi, onayı ve gözetimi olmaksızın **herhangi bir girişimsel işlem (aşı, enjeksiyon vb) yapamazlar.**
4. Öğrenciler kurumun **işleyişine/ kurallarına ve mesai saatlerine uymak durumundadır.**
5. Kurumların öğrencilere herhangi bir ücret, yemek, vb. sağlama yükümlülüğü **yoktur.**
6. Öğrenciler her bir rotasyon alanında **en fazla 2 gün devamsızlık yapabilirler** ve her alana ait rotasyon raporunu ilgili öğretim elemanlarına teslim etmelidirler.
7. Öğrenciler her rotasyon alanında, o uygulama alanıyla ilişkili konularda yapılmış olan bir **araştırma makalesini** (derleme makalesi olmamalıdır) bularak, makale çıktısını ve bir sayfalık özetini uygulama süresince yanında bulundurmalıdır. Sorumlu öğretim elemanı rehberliğinde uygun olan zaman ve sıklıkta öğrencilerle buldukları **makalelerin tartışmaları yapılacaktır. Öğrenciler bu literatür incelemesi ve/veya sunumundan not alacaktır.** 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 Times New Roman yazı tipi, 12 punto büyüklük ve 1.5 satır aralıklı yazılmalıdır.
2. Raporlar bilgisayar ortamında Word dosyası şeklinde hazırlanmalıdır.
3. Yazımda her sayfanın tüm kenar boşlukları 2.5 cm boşluk bulunmalıdır.
4. Uygulama raporları bilgisayar ortamında **ve bireysel olarak hazırlanmalıdır.**
5. Raporlar öğretim elemanları tarafından tek tek kontrol edilecektir, bu nedenle arkadaşından alınan/benzerlik tespit edilen raporlara puan verilmeyecektir.
6. Raporun kapak sayfasında **uygulamaya çıkılan kurum, tarih aralığı, öğrenci ve öğretim elemanı adı ve soyadı** mutlaka yazılmalıdır.
7. Raporun yönergeye **uygun, düzgün ve zamanında** teslim edilmesi gerekir.
8. Öğrenciler her rotasyon alanına ilişkin rotasyon raporu vermekle yükümlüdür.
9. Rotasyon alanı raporları, rotasyonun bitimini izleyen haftanın (sonraki hafta) **Çarşamba günü 08:30-23:59** saatlerinde Halk Sağlığı Hemşireliği dersi için oluşturulan “Microsoft Teams” platformunda ödev kısmına **sorumlu öğretim elemanı adına oluşturulan klasöre** yüklenmelidir (WhatsApp ya da mail ile gönderilen ödevler kabul edilmeyecektir). Bu saatler dışında yükleme yapılamayacaktır. Rotasyon alanı raporlarının zamanında yüklenmesi sorumluluğu **tamamen öğrenciye aittir.**
10. 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 Bireysel: B Grup: G	Beklenen beceri/davranış/çalışma	Kullanılacak Formlar/Materyaller	Minimum uygulama sayısı
Aile Sağlığı Merkezi (ASM) Doç. Dr. Ayşe DAĞISTAN AKGÖZ	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 ve persentiller	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
	G	Toplumu tanıma (ASM tanıtımı)	ASM Tanıtım Formu	1
Okul Doç. Dr. Ayla TUZCU İNCE Doç. Dr. Ayşe MEYDANLIOĞLU Doç. Dr. Arzu AKCAN Doç. Dr. Ayşegül ILGAZ Doç. Dr. Leyla MUSLU Dr. Öğr. Üyesi Yasemin DEMİR AVCI Öğr. Gör. Kadriye AYDEMİR Araş.Gör.Dr.M. Volkan DÜZGÜN	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 * Özel Eğitim Uygulama Okullarında zorunlu değildir.	Gereksinime uygun	1

Sağlıklı Merkezi Prof.Dr. Sebahat GÖZÜM Prof. Dr. Selma ÖNCEL	Hayat	B	Gebe eğitimi ve danışmanlığı	Broşür, afiş, sunum, eğitim materyalleri	-
		B	Aile planlaması danışmanlığı	- Aile planlaması yöntemlerini gösteren resimli rehber, broşür, eğitim materyalleri	-
		B	KKMM eğitimi	- Broşür, afiş, sunum, meme maketi	1
		B	Serviks kanseri taraması eğitimi	Broşür, afiş, sunum, eğitim materyalleri	1
		B	Kolorektal kanser taraması	GGK/FIT kiti	1
		B	Kolorektal kanser ve korunma eğitimi	Broşür, afiş, eğitim materyali,	1
		B	Tütün kullanımı ve sigara bırakma	Broşür, afiş, sunum, eğitim materyalleri	1
		B/G	Yetişkin bağışıklama (çalışanların aşılama, seyahat, hac umre aşıları vs)	Kuruma ait resmi formlar, aşı kayıtları, eğitim materyalleri	-
		B	BKİ ve obezite değerlendirmesi	Boy ölçer, tartı, mezura, BKİ değerlendirme tablosu	1
		B/G	Sağlıklı beslenme eğitimi	Broşür, afiş, beslenme rehberleri	
		B	Fiziksel aktivite danışmanlığı	Broşür, afiş, fiziksel aktivite materyalleri	1
		B/G	Kronik hastalıkların önlenmesi	Eğitim materyalleri, broşür, afiş	
		B/G	Sağlık okuryazarlığı eğitimi	Broşür, afiş, dijital eğitim materyalleri	
		G	Toplum eğitimi ve sağlık geliştirme	Poster, broşür, sunum, görsel materyaller	1
Yaşlı Evleri Öğr.Gör. Dr. Habibe ÖZÇELİK Arş.Gör.Dr. Merve ŞIKLAROĞLU		B	Rotasyon Alanları Raporunun içeriğini yazma	Rotasyon Alanları Raporunun içeriği	1
		B	Rotasyon alanlarında yapılan bireysel uygulamalar/gözlemleri raporlama	Rotasyon Alanı Bireysel Uygulama/ Gözlem Formu	1
		B	Alana yönelik literatür tartışmalarının raporlanması	Alana yönelik literatür tartışmanın raporlanması	1
		B/G	Kan basıncı ölçümü	- Yaşlı Sağlığı Uygulama Formları - 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.

ROTASYON ALANLARI RAPORUNUN İÇERİĞİ

Kurumun/Ünitenin/Birim	Açıklayınız.
Fiziksel ortam (bulunduğu yerin konumu, genel fiziki özellikleri)	
Çalışan insan gücü (sayısı, nitelikleri ve özellikleri)	
Kurumda/Ünitede/Birimde Verilen Hizmetler (Tarama, sağlık eğitimi, bağışıklama, vb.)	
Hizmet olanakları (araç-gereç, teknik donanım, cihazlar 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

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										
ASM tanıtım raporu										

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 değerlendirilmesi 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 ve danışmanlığı										
Aile planlaması danışmanlığı										
KKMM eğitimi										
Serviks kanseri taraması eğitimi										
Kolorektal kanser taraması										
Kolorektal kanser ve korunma										
Tütün kullanımı ve sigara bırakma										
Yetişkin bağışıklama										
BKİ ve obezite değerlendirmesi										
Sağlıklı beslenme eğitimi										
Fiziksel aktivite danışmanlığı										
Kronik hastalıkların önlenmesi										
Sağlık okuryazarlığı										
Toplum eğitimi ve sağlık geliştirme										
Literatür okuma ve tartışma										

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										

Not: Bu form her uygulama/rotasyon alanı için ayrı olarak doldurulacaktır.

ALANA YÖNELİK LİTERATÜR TARTIŞMASI RAPORU

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 yeterli ve 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 ve yeterli bir şekilde sunulmuş mu?
8. Tartışma bölümünde sonuçlar daha önce yapılmış çalışmaların sonuçları ile karşılaştırılarak tartışılmış mı? Kendi bulguları ile bağlantı kurulmuş mu?
9. Kaynaklar güncel mi? Hangi kaynakça yazım türü (APA, AMA vb) kullanılmış?
10. Makaleyle ilgili genel düşünceniz nedir?

2026-2027 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
HSH DERSİ 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.

*** Uygulama notunun %60'ını uygulama alanlarından alınan not oluşturmaktadır.

Toplam Uygulama Notunun hesaplanması şu şekildedir:

Uygulama Alanlarından Alınan Toplam Puan (%60) + Uygulama Sınavı Notu (%40)= 100 puan

**2026-2027 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	
Uygulama alanları notu = 48 Uygulama sınavı notu = 30 TOPLAM UYGULAMA NOTU= 78			

* 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.

UYGULAMADA KULLANILACAK FORM VE REHBERLER

ASM UYGULAMA REHBERİ VE FORMLARI

A. ASM UYGULAMA REHBERİ

BİRİNCİ BASAMAKTA GEBE/LOĞUSA İZLEM REHBERİ

1. 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, uygulanım, 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

B. 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.	

C. 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.

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.

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Yorgunluk• Bulantı ve kusma• Sık idrara çıkma• Baş dönmesi• Varis ve hemoroid• Kabızlık• Mide yanması | <ul style="list-style-type: none">• Bacaklarda kramplar• Nefes darlığı• Ciltteki değişiklikler• Memelerde hassasiyet• Meme başındaki glandlarda belirginleşme• Kolostrum salınımı• Aşırı tükürük salgılanması |
|---|---|

2. Aşağıdaki konularda gebeye danışmanlık veriniz

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• 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 | <ul style="list-style-type: none">• Acil durumlarda gebe ve ailesinin izleyeceği yöntem konusunda bilgilendirilmesi• Doğum eylemi ve doğum• Doğumun nerede ve kim tarafından yapılacağına planlanması• Emzirme• Postpartum aile planlaması danışmanlığı• Fetalanomaliler, tarama testleri ve USG hakkında bilgilendirme yapılması |
|--|--|

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 • Preeklampsi 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.

2. 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>

B. 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, Mongol lekesi, Ödem, Vernikskazeoza)
Baş ve Yüz
1. Saçını değerlendirin (canlı, yumuşak, kuru, ince, seyrek) 2. Başın şeklini değerlendirin (simetri, asimetri, sefalhematom, kaputsucceadenum) 3. Fontaneleri 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.

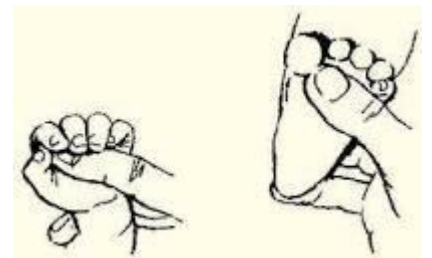
Nörolojik Sistem

REFLEKSLER

Yakalama refleksi (3.ayda azalır)

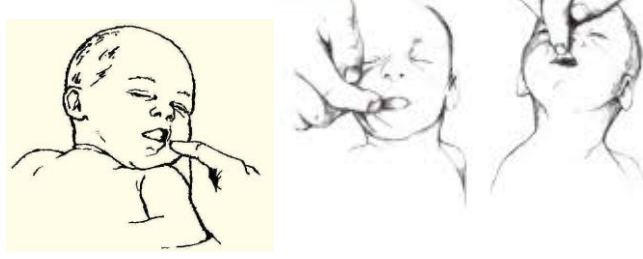
Elin iç yüzeyine bir obje yerleştirilmesi ile parmakların içe bükülmesi

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

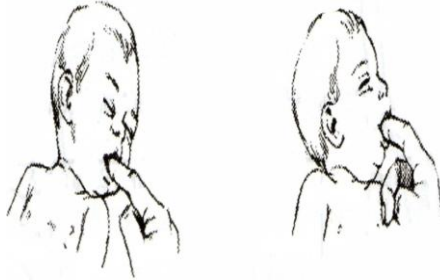
Ekstremitelerinifleksiyon ve abdüksiyon konumuna getirir



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 Aşılama Takvimi (2026*)										
	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			
Suçiçeği						I			II	
KKK					EKDOZ	I			II	
Hep-A							I	II		
DaBT-İPA									RAPEL	
Td										RAPEL

*1 Eylül 2026 tarihi itibarıyla güncellenmiştir

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

> OPA: Oral Polio Aşısı
 > KKK: Kızamık, Kızamıkçık, Kaba kulak Aşısı
 > Hep-A: Hepa tit A Aşısı
 > Td: Erişkin Tetanos difteri Aşısı
 > Rapel: Pekiştirme Doz Aşısı

Aşı Detayları için QR Kodu Okutunuz



Kaynak: https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/asi-ile-onlenebilir-hastaliklar-db/dokumanlar/asi_karti_2026.pdf

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.

C. 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

D. AİLE PLANLAMASI DANIŞMANLIĞI REHBERİ

Karşılıyarak selamlayın:
• Hizmet almak için gelen kişileri nazıkçe 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.
Kontrolle (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

E. AİLE SAĞLIĞI MERKEZİ (ASM) TANIMA REHBERİ

ASM nin sınıfı:	A. B. C. D. SINIFSIZ
Aile hekimi ve Aile sağlığı hemşiresi sayısı:	
Destek personel (kayıt, temizlik, lab	
Fiziki Özellikler Binanın yapısı (Müstakil, apartmanda..... Aşı odası Enjeksiyon odası Aile planlaması odası Laboratuvar Kayıt odası Poliklinik Hekimle hemşire çalışma odaları	Bu bilgiler işlerin yürütülmesi için gerekli koşulların olup olmadığını ve bu birimlerde hangi işlerin yürütüldüğünü anlamanızı sağlayacaktır.
Çevresel Alan ve Özellikler ASM bölgesindeki konutların özellikleri ASM nin yakın çevresinde topluma hizmet veren yerler • ASM bölgesinin haritası-krokisi • Okul sayısı..... • Alışveriş merkezi • Sanayii • Semt pazarı • Cami, yurt, sığınma evi, halk eğitim merkezi - VS.....	Bu bilgileri gözlem ve ASM çalışanlarıyla görüşmeler yaparak alabilirsiniz. Size bölgede yaşayan nüfusun profilini ve çevrenin sağlığa olası etkilerini anlamanızı ve gerektiğinde onlara nasıl ve nerede ulaşacağınızı görmenizi sağlayacaktır. ASM lere kayıtlı nüfusun tahmini ne kadarı (%) ASM ye yakın bölgede yaşıyor? Kentsel alan, kentsel dönüşüm alanı, göç alan bölge, kırsal bölge vs, Konutlarda kullanılan sular, ısıtma araçları, tuvalet tipi
ASM nin Nüfus Özellikleri • Her bir AH kayıtlı nüfus: • 0-1 yaş grubu sayısı • 15-49 yaş grubu sayısı • 65-ve üstü yaş grubu sayısı • Aylık gebe sayısı • Aylık bebek sayısı • Aylık loğusa sayısı • Evde bakıma gereksinimi olan hasta sayısı.... • En sık görülen sağlık problemleri; kronik hastalıklar, kazalar, bulaşıcı hastalıklar v.s • Ölüm nedenleri	Bu bilgileri ASM 'de çalışan hemşireye sorabilir, onlarla kayıtlı nüfus ve özellikleri hakkında görüşebilirsiniz. Bu bilgiler, önceliklerin belirlenmesi ve iş planı yapılmasını sağlayacaktır. Genç nüfus olan bir bölge ile yaşlı nüfusu olan bölgenin sağlık gereksinimleri farklı olacaktır. ASM kayıtlı nüfustan bağımlı nüfusu hesaplamaya çalışın. Hesaplama formülü: 15 altı, 65 üstü/15-65 arası nüfus

ASM de Yürütülen Sağlık Hizmetleri • Poliklinik hizmetleri sayısı..... • Polikliniğe başvuru nedenleri yaş gruplarına göre..... • Gebe-bebek-loğusa izlemleri • Aşılama hizmetleri • Aile Planlaması hizmetleri • Laboratuvar hizmetleri • Pansuman hizmetleri • Erişkinler için yürütülen sağlığı geliştiren hizmetler, sağlık kampanyaları..... • Evde bakıma gereksinimi olan kişi sayısı, nedenleri, en çok gereksinim duyulan konular.... • Filyasyonu yapılan hastalıklar	Bu bilgilere özlem-görüşme ve kayıt incelemesi ile ulaşabilirsiniz. Günlük, Haftalık, Aylık poliklinik sayısı, yaş gruplarına göre gelme sıklığı ve nedenleri Gebe-lohusa izlemlerinde neler yapıldığı Güncel aşı programı/takvimini öğrenin RİA, Kondom, Enjeksiyon, Tüp ligasyonu, KOK, Vazektomi, İmplant, Etkisiz yöntem kullanan, Yöntem kullanmayan Laboratuvarda hangi testlerin yapılabildiğini öğrenin; kan biyokimyası, kan grubu, idrar testleri, gaitada gizli kan vs Nedenleri, yanık, kesi, vs Kanser taramaları, sağlık taramaları v.s, kan basıncı ölçümü, aşılanma, sağlık eğitimleri Evde bakım gereksinimi olan hasta ve aileleri için yürütülen sağlık ve sosyal hizmetler. Ev ziyareti yapılma durumu, sıklığı, ziyarette yapılan girişimler, gereksinimler. Tüberküloz, Kuduz, Sifiliz, Kızamık v.s
ASM’de tutulan kayıtlar	Elektronik Sağlık Kayıtlarını izleyin. Bilgilerin İl Sağlık Müdürlüğü ve Sağlık Bakanlığı tarafından izlenme sürecini sorgulayın.
ASM nüfusunun en önemli sağlık bakım gereksinimlerini belirleyin	Gereksinimi olan gruplar: okul yaş grubu, yaşlılar, sanayi çalışanları vs. Gereksinimi sınıflandırın: Sağlık Eğitimi Danışmanlık, Sağlığın Geliştirilmesi, İzlem, Tedavi-Bakım

GEBE - LOHUSA İZLEME FİŞİ
RİSK DURUMU

Sıra No :
Muhtarlığı :
Sokağı :
Ev No :
Tlf No :
GSM :

Aile Hekimi Birimi :

Düzenlendiği Tarih

...../...../201.....

Adı:.....
Eşinin Adı:.....
Eşinin Akrabalık D.:.....
Doğum Tarihi:.....
Öğrenim Durumu:.....
İşi:.....
Evlenme Yaşı:.....
İlk Gebelik Yaşı:.....

Aşağıdaki tüm soruları karşılık gelen kutuyu işaretleyerek cevaplayınız		
OBSTETRİK ÖYKÜ	HAYIR	EVET
1. Önceki gebeliklerde ölü doğum veya yeni doğan kaybı		
2. 3 yada daha fazla ardı ardına spontan düşük öyküsü		
3. Erken doğum öyküsü (22-37 hf arası)		
4. Anomalili bebek öyküsü		
5. Son bebeğin doğum ağırlığı <2500g		
6. Son bebeğin doğum ağırlığı >4500g		
7. Son gebelikte yüksek tansiyon ve pre-eklampsî nedeniyle hastaneye yatış		
8. Üreme organlarına yönelik daha geçirilmiş operasyon (myomektomi, septum ameliyatı, kone biyopsi, klasik CS servikal serklajı)		
MEVCUT GEBELİK	HAYIR	EVET
9. Tanı konulmuş veya şüpheli çoğul gebelik		
10. 18 yaşından genç		
11. 35 yaş ve üstü		
12. Mevcut ve önceki gebeliklerde Rh uyumsuzluğu		
13. Vajinal kanama		
14. Pelvik kitle		
15. Diastolik kan basıncının 90 mmHg üstünde olması		
16. Anemi Öyküsü		
GENEL TIBBİ ÖYKÜSÜ	HAYIR	EVET
17. İnsülin bağımlı diyabet hastası		
18. Renal Hastalık		
19. Kardiyovasküler hastalık		
20. Tiroid hastalığı		
21. Talassemi taşıyıcılığı		
22. Sigara, alkol veya diğer madde bağımlılığı		
23. Diğer ciddi tıbbî hastalık veya durum Lütfen belirtin		

Eğer risk değerlendirme formundaki kriterlerden biri bile evet cevabı verir ise mutlaka Kadın-Doğum uzmanı bulunan bir sağlık kuruluşuna sevk edilmelidir. Uzman hekimin değerlendirmesi sonucu önerisi doğrultusunda izlemler birinci veya ikinci basamakta devam ettirilir. Gebenin izlemi birinci ve ikinci basamağın koordineli çalışması ile sürdürülür. Gerekirse izlem sayısı artırılır.

Kaçıncı Gebeliği							Doğum ve Doğan Bebekle İlgili Bilgiler			
Canlı Doğum Sayısı							Gebelik Sonucu ve Tarihi			
Ölü Doğum Sayısı Nedeni							/...../201.. Düşük ☐			
Yaşayan Çocuk Sayısı							Ölü Doğum ☐			
Düşük Sayısı Nedeni							Canlı Doğum ☐			
Ölen Çocuk Sayısı							Doğum Nasıl Yapıldı?			
Gebelik öncesi Annenin Sistemik Hastalığı Varsa Yazınız							Spontan ☐			
Pelvis Durumu Uygun ☐ Dar ☐ Şüpheli ☐							Vakum ☐			
Kan Grubu Rh							Sezaryen ☐			
Eşinin Kan Grubu Rh							Forseps ☐			
Bir Önceki Gebeliğinin Sonlanma Tarihi							Doğuma Yardım Eden			
Bir Önceki Gebeliğin Sonucu Yeri ve Biçimi	Canlı Doğum ☐ Ölü Doğum ☐ Düşük ☐ Yeri Biçimi.....						Hastane ☐			
Gebelik Öncesi Kullandığı Koruyucu Yöntem	RIA ☐ Hap ☐ Kondom ☐ Yok ☐ Diğer.....						Hekim ☐			
							Doğan Bebek		Doğuştan Şekil Bozukluğu	
							Cinsiyeti		Yok ☐	
							Kilosu.....gr		Var.....	
							Boyucm		Notlar.....	
							Geliş Biçimi.....			
							Diğer.....			
AİLE SAĞLIĞI ELEMANI			KADIN HAS. VE DOĞUM UZMANI			AİLE HEKİMİ				
ADI SOYADI	TARİH	İMZA	ADI SOYADI	ADRES	TELEFON	ADI SOYADI	TARİH	İMZA		

Risk Durumu:.....

Son Adet Tarihi:.....

Beklenen Doğum Tarihi:.....

İZLEME VE ÖĞÜTLER

TETANOZ

DOZ	UYGULAMA TARİHİ	TEKRAR GELECEĞİ TARİH
TT1		
TT2		
TT3		
TT4		
TT5		

Tarih	Gebelik Haftası	Ağırlık Kg Gr	Nabız/ Dakika	Varis	Ödem		Hemoglobin %	İdrarda Protein	İdrarda Glukoz	İdrarda Lökosit	Çocuk Kalp Sesi Sayı/Dk.	Geliş Biçimi	Öğütler (Yan sütünlardaki ağırlık, kan basıncı, hemoglobin vb. geliş biçimi? hekime sevk)	Sonraki izlem Tarihi	İmza
.../.../20..															
.../.../20..															
.../.../20..															
.../.../20..															
.../.../20..															
.../.../20..															
.../.../20..															
.../.../20..															

11-14 Hafta	PAPP-A S-BETA-HCG	MOMMOM	GTT (50-75 Gr)	AKŞ (95)	2. Saat (140)	DESTEK TEDAVİ		
11-14 Hafta atlandı ise	ALFAFETOPROTEİN S-BETA-HCG OSTRİOL	MOMMOMMOM	OGTT (100Gr)	(GTT ≥ 140 mg/dl ise)		Test	Başlangıç Tarihi	Önerilen Doz
Down Sendoromu Riski			AKŞ.(95)	1.SAAT (180)	2. SAAT (155)	3. SAAT (140)	POLİKASİD	
							KALSİYUM	
							DEMİR	
							VİTAMİN	
							DİĞER İLAÇ	

LOHUSALIK DÖNEMİ İZLEMESİ

Tarih	Kan Basıncı (mmHg)	Nabız/Dk.	Ateş	Hemoglobin %	Lökosit	Trombosit	Psikolojik Durum	Açıklama Diğer İnceleme ve Öğütler	İmza
.../.../20..									
.../.../20..									
.../.../20..									
.../.../20..									

BEBEK VE ÇOCUK İZLEM FİŞİ

İL : AİLE SAĞLIĞI MERKEZİ :
İLÇE : AİLE HEKİMİ BİRİMİ :

Sosyal Güvence Durumu

Muhtarlığı	
Sokağı	
Ev No	
Telefon	
Anne-Baba Akrabalık Derecesi	

T.C. Kim. No.	Fişin Düzenlendiği Tarih	Cinsiyet
	/...../.....	
Soyadı		
Adı		
Baba Adı		
Ana Adı		
Doğum Tarihi		
Kan Grubu		

ANNENİN GEBELİK ÖYKÜSÜ

Doğum Tarihi	Öğrenim Durumu	Toplam Gebelik Sayısı	Canlı Doğum Sayısı	Ölü Doğum Sayısı	Yaşayan Çocuk Sayısı	Düşük Sayısı	Ölen Çocuk Sayısı	Bir Önceki Gebeliğin Sonlanma Tarihi

BEBEĞİN DOĞUMU İLE İLGİLİ BİLGİLER

Doğum Ağırlığı	Doğuma Yardım Eden	Doğumun Yapıldığı Yer	Kan Uyuşmazlığı	Tanı Başlıkları (Doğum Komplikasyonları, Konjenital Defekt, Genetik Hastalık)	Riskli Durumlar	Fanilketonüri Kan Alım Tarihi

AŞILAR

AŞILAR *	1.AŞI	2.AŞI	3.AŞI	RAPEL
5'LI KARMA (DaBT-IPA-Hib)	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
KONJUGE PNÖMOKOK (KPA)	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
HEPATİT B (SARILIK)	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
VEREM (BCG)	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
KKK (Kızamık, Kızamıkçık, Kabakulak)	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
ÇOCUK FELCI (OPA, Ağızdan)	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
SU ÇİÇEĞİ	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
HEPATİT A	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *
ROTA VİRUS	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *	/..... Lot No: *

Ailevi Özellikler

NTP :	Doğum AğırlığıKg
Anne Sütü :	Doğumda BoyuCm
D vit 3 :	
İşitme Testi : E ☐ H ☐	

1. YAŞ 2. YAŞ 3. YAŞ 4. YAŞ 5. YAŞ

* Büyümede (kilo alımında) duraklama veya gerileme varsa hekime yönlendirin

* Sağlık Bakanlığı, Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü 13.03.2009 tarih ve 7941-2009/17 sayılı Daimi Genelge'si doğrultusunda güncellenmiş aşı tablosudur.

İZLEMELER

0-6 AY İŞİTME TESTİ E H [illegible]

DÜZENLEYEN

DÜZENLEYEN	
Adı Soyadı:	
Ünvanı:	
Tarih:	
İmza:	

ONAYLAYAN

ONAYLAYAN	
Adı Soyadı:	
Ünvanı:	Aile Hekimi
Tarih:	
İmza:	

T.C.
SAĞLIK BAKANLIĞI
Form No:

15-49 YAŞ KADIN İZLEM

TC Kimlik No	
Soyadı	
Adı	
Doğum Tarihi	
Öğrenimi	
Mesleği	
Sosyal Güvence	
Kan Grubu	

Cinsel Sağlık Bilgileri

İlk Adet Yaşı	
Dismonore	
Adet Düzeni: Sıklığı, süresi	
Adetten Kesilme Yaşı	
İlk Evlilik Yaşı	
İlk Doğum Yaşı	
Talasemi Taşıyıcılığı	

Doğurganlık Bilgileri

Toplam Gebelik Sayısı	Canlı Doğum Sayısı	Ölü Doğum Sayısı	Yaşayan Çocuk Sayısı	İsteyerek Düşük Sayısı	Kendiliğinden Düşük Sayısı	Ölen Çocuk Sayısı

Alışkanlıklar

Sigara	Alkol	Madde	Kullandığı İlaçlar

Tetanoz Aşı Tarihleri

--	--	--	--	--

Göç Halinde

Göç Tarihi	
------------	--

..... Aile Hekimliği Birimi
..... Sağlık Ocağı Sağlık Evi

İl	
İlçe/Mahalle	
Sokağı	
Ev No	
Tel No	

Eşinin Adı	
Öğrenimi	
Mesleği	
Akrabalık Derecesi	

Sistemik Hastalıkları

KVS Hastalıkları: HT,Kalp Kapak Hast. Koroner Arter Hast., Tromboflebit vb	
Endokrinolojik Hast.: DM, Hipertroid vb.	
Serebrovasküler ve Nörolojik Hast: Anevrizma, Fistül, Epilepsi vb.	
Solunum Sistemi Hast: A.Bronşiale, KOAH vb.	
Hemapoetik Sistem Hast.: Anemi, Lenfoma , Lösemi vb.	
Neoplazmlar	
Psikiyatrik Hastalıklar	

Gebelik Öyküsü

Gebelikleri	Doğumun veya Düşüğün Gerçekleştiği Tarih	Doğumdaki veya Düşükteki Gebelik Haftası	Doğum Şekli	Doğumun Gerçekleştiği Yer
1.Gebelik				
3.Gebelik				
4.Gebelik				
5.Gebelik				

Ölüm Halinde

Ölüm Tarihi	
-------------	--

Göç ettiği Yer

Ölüm Nedeni

İZLEMLER

İzlem Tarihi	Öykü	Sistemik Fizik Muayene	Hb	Hct	TİT	TA	EKG	Varis Muayenesi	Meme Muayenesi	CYBE Bulgusu Sorgulama	PAP Smear	Verilen Üreme Sağlığı Danışmanlıkları	Kullanılan AP Yöntemi	AP Yöntemi Kullanmama Nedeni	Risk Tespiti Kodu	Diğer
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																
.../.../...																

RİSK TESPİTİ KODU		AP Yöntemi Kullanmama Nedeni
1-18 yaş altı gebelik	7-Şüpheli PAP smear	1-Bekar
2- 35 yaş üstü gebelik	8-Memede şüpheli kitle	2-Yöntem kullanmak istemiyor
3-Dört veya daha fazla doğum yapanlar	9-CYBE	3-Gebe kalmak istiyor
4-Son doğumu yapalı 2 yıldan az olanlar	10-Kalıtsal hastalıklar	4-Emziriyor
5- Sistemik hastalığı olanlar	11-Anemi	5-Gebeliği devam ediyor
6-Adet düzensizliği olanlar	12-Sigara	6-Menapozda
		7-İnfertilite
Kullanılan AP Yöntem: hap, kondom, enjeksiyon,deri altı implant, RİA, tüp ligasyonu, vazektomi, diğer modern yöntem, geri çekme, takvim yöntemi, diğer geleneksel yöntem.		
Verilen Üreme Sağlığı Danışmanlıkları:Evlilik Öncesi, Gebelik Öncesi, Menapoz, Ergen Sağlığı, AP Danışmanlığı, CYBE Danışmanlığı, Beslenme		

OKUL SAĞLIĞI UYGULAMA REHBERİ VE FORMLARI

A. OKUL SAĞLIĞI UYGULAMA REHBERİ

BOY UZUNLUĞUNUN ÖLÇÜMÜ UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
I. Malzemeler
2. Kalibre edilmiş bir Stadiometre aleti/bu yoksa duvara sabitlenmiş kağıttan ya da tahtadan yapılmış mezura (Ölçüm 0,1 cm duyarlılıkla yapılmalıdır.)
3. Kayıt formları
4. Kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem
5. 5-19 yaş grubu çocuk ve gençler için WHO-2007 Referans Değerleri (www.who.int/childgrowth/en).
II. Zaman
6. Yönetim ve öğretmenlerle işbirliği yaparak uygun ders saatini seçin.
7. Çocukların karınlarının çok tok olmadığı zamanı tercih edin.
III. Ortam
7. Öğrencinin mahremiyetini korumak için tek kişilik bir ortam sağlayın.
9. Bu mümkün değilse bir paravan kullanın ya da ölçüm yapılan öğrencilerin birbirlerini görmelerini ve duymalarını engelleyin.
10. Öğrencilerin stresini azaltmak ve doğru bir ölçüm yapmak için işlemi öğrencilere açıklayın
IV. Boy uzunluğunun ölçümü
11. Öğrencilerin ayakkabılarını ve saç tokalarını çıkarttırın.
12. Öğrencinin baş, omuzlar, sırt, baldırlar ve topuklarının stadiometreye (duvara) temas etmesini sağlayın.
13. Öğrencilere ölçüm esnasında bir yere tutunmamasını ve dik durması söyleyin.
14. Gerekirse dik durması için göbeğine hafif bir baskı uygulayın.
15. Öğrencinin çenesine destek vererek başını sabitleyin, bakışı karşıya ve yere paralel olmalıdır.
16. Boşta kalan elinizle boy ölçerin sürgüsünü aşağıya doğru çekerek ya da bir cetvel yardımıyla boyunu ölçün.
17. Ölçüm yaparken saçlara yeteri kadar basınç uygulayın.
18. İşlemleri mümkün olduğunca kısa sürede tamamlayın.
19. Eğer boyunuz ölçüm yaptığınız kişiden kısa ise ölçüm yapmak için tabure veya sandalye kullanın.
20. Sonuçları kaydedin.
V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi
21. Sonuçları, yaşa ve cinsiyete uygun eğrilere göre değerlendirin.
VI. Tekrar ölçüm
22. Öğrencide boy uzaması ile ilgili herhangi bir sorun varsa, ölçümleri 3-4 ayda bir tekrarlayın.
VII. Sevk kriterleri
23. 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.
24. Sevk sonuçlarını çocuk ve ailesiyle görüşerek takip edin.

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. 5-19 yaş grubu çocuk ve gençler için WHO-2007 Referans Değerleri (www.who.int/childgrowth/en).
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 eğrilere göre değerlendirin. Pratik olarak https://www.cdc.gov/healthyweight/bmi/calculator.html sitesinden yararlanın.
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.

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 5-19 yaş grubu çocuk ve gençler için WHO-2007 Referans Değerleri 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.

GÖRME TARAMASI UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI

I. Malzemeler

- Göz tablosu (Tumbling E Eşeli)
- 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

- Ortam iyi aydınlatılmış olmalıdır.
- Eşel çocuğun göz hizasına 3 metre mesafeye yerleştirilmelidir.
- Çocuk 3 metre çizgisinde ayakta durmalı/oturmalı ve test sırasında eşele yaklaşmamalıdır.
- Uzak görme için gözlük kullanıyorsa değerlendirme gözlüğü ile yapılmalıdır.
- Gözlük camlarının temiz olması sağlanmalıdır

IV. Öğrencilerin hazırlanması

- İşlem çocuğun yaşına uygun bir dille açıklanır.
- Tumbling E eşelinin nasıl kullanılacağı gösterilir.
- Çocuktan E'nin açık tarafının yönünü; ↑ yukarı ↓ aşağı ← sola → sağa şeklinde hangi yöne baktığını söyler veya eliyle gösterir.
- Önce iki göz açıkken, büyük E sembolleri kullanılarak kısa bir deneme yapılır.
- Çocuğun uygulamayı anladığından emin olduktan sonra değerlendirmeye başlanır.

V. Görme testinin uygulanması

- Test edilmeyen göz uygun şekilde kapatılır.
 - Önce eşelin en üst 1/10 (0,1; 6/60) satırındaki 2 E gösterilir.
 - Çocuk 2/2 doğru yanıt verirse, ara satırlar atlanarak doğrudan 5/10 (0,5) hedef tarama satırına geçilir.
 - Kullanılan eşelin 5/10 satırında 6 E bulunduğundan, bu satırdaki 6 E'nin tamamı gösterilir.
 - Tarama amacıyla 6/10–10/10 satırlarına devam edilmez. Çünkü amaç tarama yapmaktır.
 - Aynı işlem diğer göz için tekrarlanır ve Sonuçlar kaydedilir.
- Sağ göz: Geçti / Geçemedi, Sol göz: Geçti / Geçemedi

VI. Taramanın tekrarlanması

- Taramayı geçemeyen veya sonucu kuşkulu olan çocukta teknik hata olasılığı dışlanır ve uygun koşullarda tekrar tarama yapılır.
- Sorun devam ederse aile bilgilendirilir ve çocuk göz sağlığı hizmetlerine yönlendirilir.

V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi

Hedef satırdaki sembollerin yarısından fazlasının doğru tanınması geçme ölçütüdür.
≥4/6 doğru → Taramayı geçti
≤3/6 doğru → Taramayı geçemedi → ileri değerlendirme için yönlendirilir.

WHO (2025) Vision and eye screening implementation handbook.

https://www.who.int/publications/i/item/9789240082458?utm_source=chatgpt.com (14.09.2026)

KAN BASINCININ ÖLÇÜMÜ UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
I. Malzemeler
- Kalibre edilmiş çocuk tansiyon aleti - Çocuğun yaşına uygun manşon (üst kolun 2/3'ünü kapsayacak şekilde) - Steteskop - Kayıt formları - Kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem - Ölçüm sonuçlarını değerlendirmek için uygun persentil kullanılır.
II. Zaman
- Öğrenci KB ölçümünden 2-3 saat öncesi egzersiz yapmış olmamalı, - Yakın zamanda Kafein içeren içecekler içmemiş olmalı - Mesanesi boş olmalı - Son 30 dk içinde yemek yememiş olmalı
III. Ortam
- Öğrencinin mahremiyetini korumak için tek kişilik bir ortam sağlayın. - Bu mümkün değilse bir paravan kullanın ya da ölçüm yapılan öğrencilerin birbirlerini görmelerini ve duymalarını engelleyin. - Ölçüm yapılan ortamın sessiz olmasını sağlayın. - Öğrencilerin stresini azaltmak ve doğru bir ölçüm yapmak için işlemi öğrencilere açıklayın.
IV. Kan basıncının ölçümü
- Kan basınç ölçümü için en az 3-5 dk dinlendirin - Uygun pozisyon verin. Ayakları yere düz basacak, çapraz olmayacak şekilde oturtun. - Sandalyeye hafifçe yaslanmasını, kolunu sandalyeye yaslamamasını söyleyin. - Üst kol tamamen çıplak olmalı, manşetin kıyafetin üzerine sarmayın. - Manşon, arter işareti kolun ön yüzeyine yerleştirilecek, kol masaya dayanacak ve manşonun orta noktası kalp hizasında olacak şekilde yerleştirilmelidir. - Standart tablolarla karşılaştırabilmek ve süreklilik için sağ koldan ölçüm yapın. - Elle radial arter palpe edilmeyince, 30 mmHg daha şişirmek ölçüm için yeterli basınç sağlar. - Avrupa Hipertansiyon Derneği'nin (European Society of Hypertension-ESH) 2023 kılavuzlarına göre çocuklarda kan basıncı, 1-3 dakika arayla üç kez ölçülmeli ve son iki ölçümün ortalaması çocuk kan basıncı olarak değerlendirilmelidir.
V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi
- Ölçüm sonucunu yaş, cinsiyet ve boy persentiline göre hazırlanmış uluslararası referans değerlere göre inceleyin ve normal olup olmadığını değerlendirin. - Bunun için sağ koldan yaptığınız ilk ölçüm sonucunu pratik değerlendirme tablosundaki (Tablo 1) yaş ve cinsiyete göre karşılaştırın. Çocuğun sistolik/diyastolik KB değeri, bu tablodaki cinsiyet ve yaşa göre verilen değerlerin altındaysa, çocuğun tansiyonu normaldir (normotansif). Ölçümü sonlandırın. - Ölçülen kan basıncı değerleri bu tablodakinden daha yüksek ise, kılavuzlarda sunulan referans değerlere bakılmalıdır. - Bunun için çocuğun kan basıncını sağ koldan iki kez daha ölçerek, ikinci ve üçüncü ölçüm sonuçlarının ortalamasını alın. - Bulunan ortalama KB değerini değerlendirmenin pratik yolu olarak HyperChildNET tarafından hazırlanan ücretsiz erişimli online hesap makinesini bir kullanın (https://hyperchildnet.eu/blood-pressure-calculator/) - Buna erişilmemesi durumunda rutin KB değerlendirmenin yolu için öncelikle öğrencinin boy persentilini belirleyin. Boy persentili iki yüzdelik arasında ise yüksek olan boy persentilini kullanın. Daha sonra cinsiyet, yaş ve boy persentiline göre kan basıncı persentilini belirleyin. - Son olarak Kan Basıncı Kategorileri tablosunu (Tablo 2) kullanarak kan basıncını değerlendirin.

Tablo 1. Çocuklar için Kan Basıncının Pratik Değerlendirme Tablosu

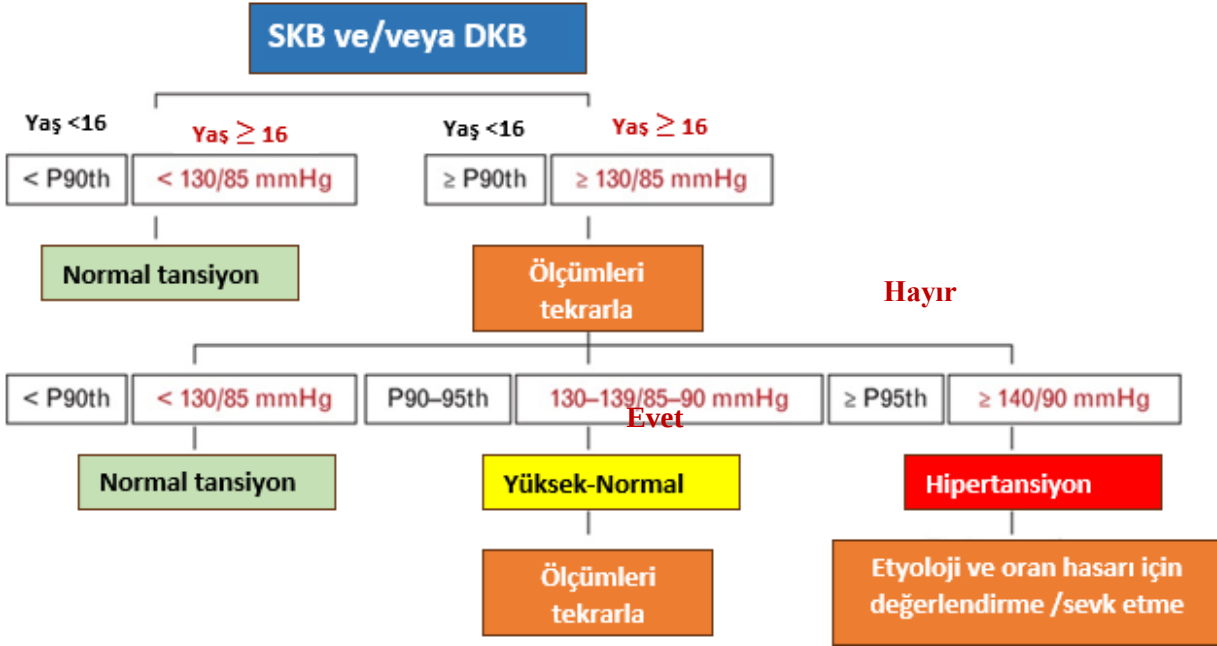
Yaş	Kan basıncı (mm Hg)			
	Erkek		Kız	
	SKB	DKB	SKB	DKB
1	94	49	97	52
2	97	54	98	57
3	100	59	100	61
4	102	62	101	64
5	104	65	103	66
6	105	68	104	68
7	106	70	106	69
8	107	71	108	71
9	109	72	110	72
10	111	73	112	73
11	113	74	114	74
12	115	74	116	75
13	117	75	117	76
14	120	75	119	77
15	122	75	120	78
≥16	135	85	135	85

Tablo 2. 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

VI. Tekrar ölçüm

Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesine göre aşağıdaki iş akış şemasını takip edin.



VII. Kanıt düzeyi

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

Kaynak:

Lurbe E, Agabiti-Rosei E, Cruickshank JK, et al. 2016 European Society of Hypertension guidelines for the management of high blood pressure in children and adolescents. *J Hypertens*. 2016 Oct;34(10):1887-920

European Society of Hypertension https://www.eshonline.org/guidelines/2023-guidelines/?utm_source=chatgpt.com (14.09.2026)

SAÇLI DERİ TARAMASI UYGULAMA REHBERİ

İŞLEM BASAMAKLARI
I. Malzemeler
• Tek kullanımlık eldiven, • Dil basacağı, • Sık dişli tarak, • Kayıt formları, kayıt yapmak için masa, sandalye ve kalem
II. Zaman
• Yönetim ve öğretmenlerle işbirliği yaparak uygun ders saatini seçin.
III. Ortam
• Öğrencinin utanmaması için tek kişilik bir ortam sağlayın. • Bu mümkün değilse bir paravan kullanın ya da tarama yapılan öğrencilerin birbirlerini görmelerini ve duymalarını engelleyin. • Öğrencilerin stresini azaltmak işlemi öğrencilere açıklayın. • İyi aydınlatılmış bir ortam ya da pencere önünü tercih edin.
IV. Saçlı deri taramasının uygulanması
• Tek kullanımlık eldiveni giyin • Dil basacağı ya da sık dişli bir tarak yardımıyla saç tellerinde bit ya da sirke olup olmadığını kontrol edin. • Özellikle başın sıcak bölgelerini (deri kat yerleri, kulak arkası, ense, taç altı bölgeleri) daha dikkatli kontrol edin. • Tarama sonuçlarını kaydedin. • Damgalayıcı dilden kaçınılmalıdır.
V. Ölçüm sonuçlarının değerlendirilmesi
• Canlı bit saptandığında öğretmen ve aileye bilgi verilir
VII. Bit tedavisi
• Uygun tedavi için sağlık kuruluşu/eczacı/hekime yönlendirme yapılır ve öğrenci 8-10 gün takip edilir

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.*
3. *Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Çocuk ve Ergen Sağlığı Dairesi Başkanlığı. Bebek, Çocuk, Ergen İzlem Protokolleri Ankara 2018.* <https://platform.who.int/docs/default-source/mca-documents/policy-documents/guideline/TUR-MN-62-02-GUIDELINE-2018-tur-Infant-Child-and-Adolescent-Follow-up-Protocols.pdf>

OKUL TOPLUMUNU TANIMA REHBERİ

Okul türü Okul Öncesi, Kreş/Anaokulu, Ortaokul, Lise, Özel Gereksinimi olan çocuklar için Okul, Meslek Lisesi, Çıraklık Eğitim Merkezi	Bilgiye ulaşım şekli ve alınan bilgiden sağlanacak yarar
Öğrenci Sayısı	Okul toplumunda saptanan problemlerin sıklığı ve yapılacak girişimleri planlanması için gereklidir.
Öğretmen Sayısı Rehberlik öğretmeni varlığı	
Fiziki Özellikler Okulun yeri, konumu, binanın yapısı (kaç katlı, asansör mevcut mu, engelli girişi var mı...) Okulda mutfak, yemekhane ve kantinlerin varlığı/uygunluğu Her katta tuvalet/tuvalet uygunluğu Okulda içme ve kullanma suyu Okul bahçesi (oyun alanları) Okul sağlık ofisi/revir	Bu bilgileri gözlemle edinebilirsiniz. Okul çevresel alanının sağlığa uygunluğu, gerçek ve potansiyel çevresel riskleri anlamanızı sağlayacaktır.
Çevresel Alan ve Özellikler Okul çevresi: Kentsel alan, kentsel dönüşüm alanı, göç alan bölge, kırsal bölge vs, Okul bölgesinin haritası; çevresel olanaklar; spor salonları, park ve bahçeler, sağlık merkezleri .. Çevresel riskler, trafik kazası, biyolojik riskler.... Okula kayıtlı öğrenciler okula yakın çevrede mi oturuyor?	Bu bilgileri gözlem ve okul çalışanlarıyla görüşmeler yaparak alabilirsiniz. Okul toplumunun profilini anlamanızı sağlayacaktır. sağlığa olası etkilerini anlamanızı ve gerektiğinde onlara nasıl ve nerede ulaşacağınızı görmenizi sağlayacaktır.
Öğrenci profili Öğrencilerin yaş aralığı Engelli öğrenci var mı? Sayısı? Engel türü Yabancı uyruklu/ farklı kültürden/ göçle gelen öğrenci var mı? Kronik hastalığı olan öğrenci var mı? (Diyabet-epilepsi, çölyak, DEHB vs..) Obez öğrenci sayısı veya okula oranı? Öğrencilerin okula ulaşımı; yürüme, bisiklet, toplu ulaşım, okul servisi?	Yaş grubuna özel sağlık risklerini anlamanızı Engellilerin sağlık bakım gereksinimlerinin anlamanızı Kültürel etkileşim ve oryantasyon sağlanıp sağlanmadığını anlamanızı Kronik hastalığı olan öğrencilerin tedavi takibi ve izlemi Obez öğrenciler için nasıl bir sağlığı geliştiren program oluşturacağınızı planlamanızı Ulaşım nedeniyle olası riskleri değerlendirmenizi sağlayacaktır.
Aile-Veli profili Ailelerin genel sosyoekonomik durumu (eğitim, temel gelir kaynağı, çalışma durumu v.s). Aile tipi: parçalanmış, tek ebeveynli ailesi olan çocuk sayısı Okul Aile Birliğinin varlığı ve ailelerin desteği	Aile profili hakkında okul çalışanları ile görüşebilir, gözlem yapabilirsiniz. Bu bilgi, ailenin çocuğun sağlık davranışlarını etkileyebileceğini anlamanızı sağlayacaktır.
Okul Sağlık Hizmetleri- Sağlık Kayıtları, sağlık bakım gereksinimleri Okul Hemşiresi var mı? Okulda Revir/ sağlık ofisi var mı? Rehberlik öğretmeni var mı? Okulda sağlık hizmeti kullanım nedenleri? Kazalar, kronik hastalığı olan çocukların izlemi	Gözlem ve görüşme ile topladığınız bu veriler, okulda sağlık bakım gereksinim önceliklerini anlamanızı ve buna ilişkin plan yapmanızı sağlayacaktır.
Okul toplumunun en önemli sağlık bakım gereksinimlerini belirleyin	Gereksinimi sınıflandırın: Sağlık Eğitimi Danışmanlık, Sağlığın Geliştirilmesi, İzlem, Tedavi-Bakım

B. Kullanılacak persentiller

Yönerge 25 (Y25)- devam

Kız 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.	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 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.	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 Persentili	Sistolik Kan Basıncı, mm Hg							Diastolik Kan Basıncı, mm Hg						
		Boy Persentili							Boy Persentili						
		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/childgrowth/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	163,1	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	Persentil (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

Ay	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

AY	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

Kaynak: https://ekutuphane.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/Bebek_Cocuk_Ergen_Izlem_Protokolleri_2018.pdf

OKUL SAĞLIĞI UYGULAMASI ÖĞRENCİ FİZİKSEL ÖLÇÜM DEĞERLENDİRME FORMU

[illegible]

SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ UYGULAMA REHBERİ

Alan / Uygulama	Öğrenciden Beklenen İş ve İşlemler	Araç-Gereç / Eğitim Materyali	Öğrencinin uygulama yaptığına ilişkin kanıt Gözlem/Uygulama Literatür okuma hariç öğrencinin en az 5 alanda uygulama yapması beklenir.	İlgili birim sorumlusu/hoca değerlendirmesi Yaptı/Yapmadı
Gebe eğitimi ve danışmanlığı	Gebelikte sağlığın geliştirilmesi, beslenme, fiziksel aktivite, doğum, emzirme, bağışıklama ve tehlike belirtileri konusunda eğitim sürecine katılma; gebeyi uygun birimlere yönlendirme	Broşür, afiş, sunum, eğitim materyalleri		
Aile planlaması danışmanlığı	Aile planlaması yöntemleri konusunda danışmanlık sürecini gözlemleme ve eğitim vermeye katılma; yöntemlerin doğru ve güvenilir kullanımına ilişkin bilgilendirme; gerektiğinde uygun sağlık kuruluşuna yönlendirme	Aile planlaması yöntemlerini gösteren resimli rehber, broşür, eğitim materyalleri		
KKMM eğitimi	Kendi Kendine Meme Muayenesi (KKMM) konusunda bireye eğitim verme; meme kanserinde risk faktörleri ve erken başvuru konusunda bilgilendirme; tarama programlarına yönlendirme	Broşür, afiş, sunum, meme maketi		
Serviks kanseri taraması eğitimi	HPV ve serviks kanseri hakkında eğitim; HPV testi ve Pap smear taramasının amacı ve tarama programı hakkında bilgilendirme; uygun kişileri tarama hizmetlerine yönlendirme	Broşür, afiş, sunum, eğitim materyalleri		
Kolorektal kanser taraması	Gaitada Gizli Kan Testi (GGK/FIT) hakkında bilgilendirme; testin amacı, uygulanması ve teslim süreci konusunda eğitim; uygun bireyleri tarama hizmetlerine yönlendirme	Broşür, afiş, eğitim materyali, GGK/FIT kiti		
Kolorektal kanser ve korunma	Kolorektal kanser risk faktörleri, belirtiler, erken tanı, beslenme, fiziksel aktivite ve korunma konusunda eğitim; taramaya katılımı teşvik etme	Broşür, afiş, sunum		
Tütün kullanımı ve sigara bırakma	Tütün kullanımının sağlık üzerindeki etkileri konusunda eğitim; sigara bırakmaya yönelik motivasyonel destek sürecine katılma; sigara bırakma polikliniği/danışmanlığına yönlendirme	Broşür, afiş, sunum, eğitim materyalleri		

Yetişkin bağışıklama	Yetişkin bağışıklamasının önemi, risk grupları ve aşılarda korunmadaki rolü konusunda bilgilendirme; aşı durumunun değerlendirilmesi ve aşı uygulaması konusunda yetkili sağlık personeline destek/gözlem	Kuruma ait resmi formlar, aşı kayıtları, eğitim materyalleri		
BKİ ve obezite değerlendirmesi	Boy-kilo ölçümü yapma, BKİ hesaplama , bel çevresi ölçümü; sonuçları değerlendirme ve uygun bireyleri beslenme/fiziksel aktivite danışmanlığına yönlendirme	Boy ölçer, tartı, mezura, BKİ değerlendirme tablosu		
Sağlıklı beslenme eğitimi	Sağlıklı beslenme, porsiyon kontrolü, etiket okuma ve obeziteden korunma konusunda eğitim ve danışmanlık çalışmalarına katılma	Broşür, afiş, beslenme rehberleri		
Fiziksel aktivite danışmanlığı	Fiziksel aktivitenin yararları konusunda eğitim; bireyin fiziksel aktivite düzeyinin değerlendirilmesine destek olma; uygun bireyleri fiziksel aktivite danışmanlığına yönlendirme	Broşür, afiş, fiziksel aktivite materyalleri		
Kronik hastalıkların önlenmesi	Hipertansiyon, diyabet, obezite ve kardiyovasküler risk faktörleri konusunda eğitim; riskli bireylerin uygun sağlık hizmetlerine yönlendirilmesine katılma	Eğitim materyalleri, broşür, afiş		
Sağlık okuryazarlığı	Güvenilir sağlık bilgisi kaynaklarının kullanımı, sağlık hizmetlerine erişim ve koruyucu sağlık hizmetlerinden yararlanma konusunda bireyleri bilgilendirme	Broşür, afiş, dijital eğitim materyalleri		
Toplum eğitimi ve sağlık geliştirme	SHM'nin hedef gruplarına yönelik sağlık eğitimlerinin planlanması, uygulanması ve değerlendirilmesine katılma; sağlık günleri/haftaları kapsamında etkinlik düzenleme	Poster, broşür, sunum, görsel materyaller		
Literatür okuma ve tartışma	Rehber doğrultusunda makaleyi okuma analiz etme.	Makale Pdf'i		

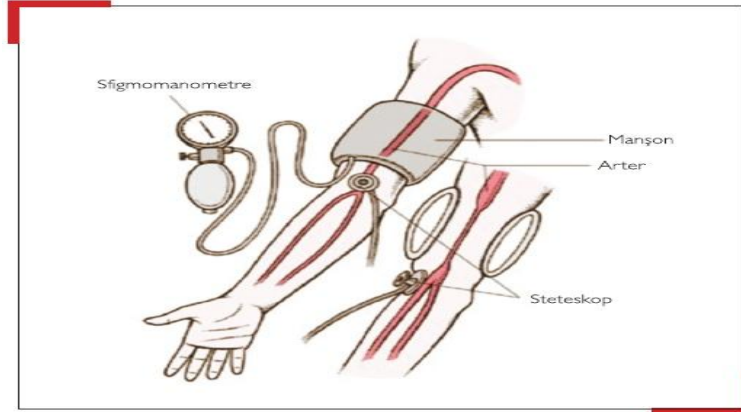
YAŞLI SAĞLIĞI UYGULAMA REHBERİ

Genel Uygulama İlkeleri

- Her uygulama öncesinde yaşlı bireye yapılacak işlem hakkında anlaşılır bir dille bilgi verilir ve bireyin uygulamaya katılımı için onayı alınır.
- El hijyeni sağlanır ve gerekli durumlarda kişisel koruyucu ekipman kullanılır.
- Yaşlı bireyin mahremiyetine dikkat edilir.
- Bireyin güvenliğini tehdit edebilecek herhangi bir durum fark edildiğinde uygulama durdurulur ve sorumlu öğretim elemanına bilgi verilir.
- Ölçüm ve değerlendirmeler tarama amacı taşır; tanı konulmaz.
- Elde edilen bulgular kayıt formuna kaydedilir. Normal sınırların dışında veya riskli olarak değerlendirilen bulgular sorumlu öğretim elemanı ile paylaşılır.

1. KAN BASINCI ÖLÇÜM REHBERİ

Uygulama Basamakları



- Kan basıncı ölçümüne başlamadan önce yaşlı bireye işlem hakkında bilgi verilir ve ölçüm sonucunu etkileyebilecek durumlar değerlendirilir.
- Yaşlı bireyin ölçümden önceki 30 dakika içinde çay, kahve veya diğer kafeinli içecekleri tüketmemiş, sigara içmemiş ve yoğun fiziksel aktivite yapmamış olmasına dikkat edilir.
- Ölçüm öncesinde mümkünse mesanesinin boş olması sağlanır.
- Yaşlı birey ölçümden önce en az 5 dakika sessiz ve rahat bir ortamda dinlendirilir.
- Birey sırtı destekli bir sandalyeye rahat bir şekilde oturtulur. Ayaklarının yere basması ve bacak bacak üzerine atmaması sağlanır.
- Ölçüm sırasında bireyin konuşmaması ve mümkün olduğunca hareket etmemesi sağlanır.
- Ölçüm öncesinde nabız değerlendirilir. Nabız düzensiz olduğu durumlarda otomatik cihazla elde edilen sonuçların güvenilirliği azalabileceğinden kan basıncının manuel yöntemle değerlendirilmesi tercih edilir.

- Ölçüm yapılacak kol giysiden arındırılır. Giysinin kolu sıkıştırmamasına dikkat edilir.
- Kol rahat biçimde desteklenerek kalp seviyesinde tutulur.
- Yaşlı bireyin kol çevresine uygun büyüklükte manşon seçilir. Manşon üst kola, alt kenarı dirsek kıvrımının yaklaşık 2-3 cm üzerine gelecek şekilde yerleştirilir.
- Bireyde hangi kolda daha yüksek kan basıncı değeri olduğu bilinmiyorsa ilk değerlendirmede mümkünse her iki koldan ölçüm yapılır. Sonraki ölçümlerde daha yüksek değerlerin saptandığı kol tercih edilir.
- Manuel ölçüm yapılacaksa brakiyal arter belirlenir ve stetoskopun diyaframı brakiyal arter üzerine yerleştirilir. Stetoskop manşonun altına sıkıştırılmaz.
- Manşon uygun düzeye kadar şişirilir ve havası yavaş ve kontrollü bir şekilde boşaltılır. İlk duyulan Korotkoff sesi sistolik kan basıncı, seslerin kaybolduğu değer ise diyastolik kan basıncı olarak değerlendirilir.
- Ölçümün tekrarlanması gerektiğinde ölçümler arasında 1-2 dakika beklenir.
- Ölçüm sonucu sistolik/diyastolik kan basıncı (mmHg) şeklinde kayıt formuna kaydedilir. Gerektiğinde ölçüm yapılan kol da belirtilir.
- Normal sınırların dışında saptanan kan basıncı değerleri sorumlu öğretim elemanı ile paylaşılır ve gerekli durumlarda bireyin ileri değerlendirme için sağlık kuruluşuna yönlendirilmesi sağlanır.

Kaynaklar:

1. McEvoy, J. W., McCarthy, C. P., Bruno, R. M., et al. (2024). 2024 ESC Guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension. *European Heart Journal*, 45(38), 3912–4018.
2. Muntner, P., Shimbo, D., Carey, R. M., et al. (2019). Measurement of blood pressure in humans: A scientific statement from the American Heart Association. *Hypertension*, 73(5), e35–e66.
3. National Institute for Health and Care Excellence. (2019, updated 2023). Hypertension in adults: Diagnosis and management (NG136). NICE.
4. T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2019). Çok Yönlü Yaşlı Değerlendirmesi ve İzlem Kılavuzu. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı.
5. T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2025). Hastalık Yönetim Platformu (HYP) Tarama ve Takip Kılavuzu.

2. KAN ŞEKERİ ÖLÇÜM REHBERİ

Malzemeler

- Glukometre
- Uygun test stripleri
- Tek kullanımlık lanset
- Tek kullanımlık eldiven
- Temiz ve kuru pamuk/gazlı bez
- Gerekğinde alkollü antiseptik
- Kesici-delici atık kutusu
- Kayıt formu

Uygulama Basamakları

➤ Yaşlı bireye yapılacak işlem hakkında bilgi verilir.	
➤ Uygulamayı gerçekleştirecek öğrenci el hijyenini sağlar ve tek kullanımlık eldiven giyer.	
➤ Yaşlı bireyin elleri mümkünse ılık su ve sabunla yıkanır ve iyice kurulanır. El yıkama olanağı bulunmadığında parmak ucu alkollü antiseptikle temizlenir ve tamamen kuruması beklenir.	
➤ Glukometre ve test stribi hazırlanır. Test striplerinin son kullanma tarihi kontrol edilir.	
➤ Cihazın kullanımında üretici firmanın kullanım talimatlarına uyulur.	
➤ Her birey için yeni ve tek kullanımlık lanset kullanılır. Kullanılmış lanset başka bir bireyde kesinlikle kullanılmaz.	
➤ Birden fazla bireyde aynı glukometre kullanılacaksa cihaz her bireyden sonra üretici önerilerine uygun biçimde temizlenir ve dezenfekte edilir.	

➤ Delme işlemi tercihen orta veya yüzük parmağının yan kısmından yapılır.	
➤ El soğuksa kan akışını kolaylaştırmak amacıyla el ısıtılır.	
➤ Kan damlasının elde edilmesi sırasında parmak aşırı sıkılmaz.	
➤ Yeterli kan damlası test stribine cihaz üreticisinin kullanım talimatına uygun şekilde uygulanır.	
➤ Ölçüm sonucu cihaz ekranından okunur.	
➤ Parmak ucuna temiz ve kuru pamuk/gazlı bezle hafif basınç uygulanır.	
➤ Kullanılmış lanset doğrudan kesici-delici atık kutusuna atılır.	
➤ Eldiven çıkarılır ve el hijyeni sağlanır.	
Sonucun Değerlendirilmesi ve Kaydedilmesi	
➤ Ölçüm sonucu mg/dL olarak kayıt formuna kaydedilir.	
➤ Ölçümün açlıkta mı yoksa rastgele mi yapıldığı belirtilir.	
➤ Açlık kapiller kan glukozunun ≥ 126 mg/dL bulunması durumunda sonuç sorumlu öğretim elemanı ile paylaşılır ve birey ileri tanısal değerlendirme için sağlık kuruluşuna yönlendirilir.	

➤ Rastgele kapiller kan glukozunun ≥ 200 mg/dL bulunması durumunda, özellikle hiperglisemi belirtileri de bulunuyorsa sonuç sorumlu öğretim elemanına bildirilir ve birey ileri değerlendirme için sağlık kuruluşuna yönlendirilir.	
➤ Kan glukozunun <70 mg/dL bulunması hipoglisemi açısından dikkat gerektiren bir bulgu olarak değerlendirilir ve sorumlu öğretim elemanına bildirilir.	
➤ Parmak ucundan glukometre ile yapılan kapiller kan glukozu ölçümünün bu uygulamada tarama amacıyla kullanıldığı dikkate alınır.	
➤ Tek bir kapiller kan glukozu ölçümüyle diyabet tanısı konulmaz. Diyabet tanısı uygun laboratuvar yöntemleri ve gerektiğinde doğrulama testleri kullanılarak sağlık kuruluşunda konulur.	

Kaynaklar:

1. American Diabetes Association Professional Practice Committee. (2026). Diagnosis and classification of diabetes: Standards of Care in Diabetes—2026. Diabetes Care, 49(Suppl. 1), S27–S49. <https://doi.org/10.2337/dc26-S002>
2. American Diabetes Association Professional Practice Committee. (2026). Glycemic goals, hypoglycemia, and hyperglycemic crises: Standards of Care in Diabetes—2026. Diabetes Care, 49(Suppl. 1), S132–S149. <https://doi.org/10.2337/dc26-S006>
3. Centers for Disease Control and Prevention. (2024). Considerations for blood glucose monitoring and insulin administration.
4. Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği. (2026). Diabetes Mellitus ve Komplikasyonlarının Tanı, Tedavi ve İzlem Kılavuzu (17. baskı). Ankara: TEMD.
5. T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2019). Çok Yönlü Yaşlı Değerlendirmesi ve İzlem Kılavuzu. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı.
6. T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2025). Hastalık Yönetim Platformu (HYP) Tarama ve Takip Kılavuzu.

3. OBEZİTE DEĞERLENDİRME REHBERİ

Malzemeler														
• Yer Baskülü • Mezura • Kayıt formu														
1. Boy Ölçümü ➤ Yaşlı bireye yapılacak ölçüm hakkında bilgi verilir. ➤ Bireyin ayakkabıları çıkarılır. ➤ Bireyin güvenli bir şekilde ayakta durabildiğinden emin olunur. ➤ Düz bir zeminde, dik pozisyonda ve başı karşıya bakacak şekilde durması sağlanır. ➤ Boy santimetre (cm) olarak ölçülerek kayıt formuna kaydedilir.														
2. Vücut Ağırlığı Ölçümü ➤ Baskül düz ve sert bir zemine yerleştirilir ve sıfır ayarı kontrol edilir. ➤ Bireyin ayakkabıları çıkarılır ve mümkün olduğunca hafif giysilerle ölçüm yapılır. ➤ Bireyin baskülün ortasında, dengeli ve hareketsiz biçimde durması sağlanır. ➤ Vücut ağırlığı kilogram (kg) olarak kaydedilir.														
3. Beden Kitle İndeksi (BKİ) BKİ, kg cinsinden vücut ağırlığının metre cinsinden boy uzunluğunun karesine bölünmesiyle hesaplanır. $BKİ = \text{Vücut ağırlığı (kg)} / \text{Boy}^2 (\text{m}^2)$ Dünya Sağlık Örgütü'ne Göre BKİ Sınıflandırması <table><tr><th>BKİ (kg/m²)</th><th>Sınıflandırma</th></tr><tr><td><18.5</td><td>Düşük kilolu</td></tr><tr><td>18.5-24.9</td><td>Normal</td></tr><tr><td>25.0-29.9</td><td>Fazla kilolu</td></tr><tr><td>30.0-34.9</td><td>Obezite sınıf I</td></tr><tr><td>35.0-39.9</td><td>Obezite sınıf II</td></tr><tr><td>≥40.0</td><td>Obezite sınıf III</td></tr></table>	BKİ (kg/m²)	Sınıflandırma	<18.5	Düşük kilolu	18.5-24.9	Normal	25.0-29.9	Fazla kilolu	30.0-34.9	Obezite sınıf I	35.0-39.9	Obezite sınıf II	≥40.0	Obezite sınıf III
BKİ (kg/m²)	Sınıflandırma													
<18.5	Düşük kilolu													
18.5-24.9	Normal													
25.0-29.9	Fazla kilolu													
30.0-34.9	Obezite sınıf I													
35.0-39.9	Obezite sınıf II													
≥40.0	Obezite sınıf III													
4. Bel Çevresi Ölçümü ➤ Yaşlı bireye ölçüm hakkında bilgi verilir. ➤ Bireyin güvenli biçimde ayakta ve karın bölgesi rahat olacak şekilde durması sağlanır. ➤ Ölçüm bölgesindeki kalın giysiler çıkarılır.														

- Mezura bel çevresine yere paralel olacak şekilde yerleştirilir ve cildi sıkıştırmamasına dikkat edilir.
- Ölçüm sırasında bireyin nefesini tutmaması sağlanır ve ölçüm normal solunum sırasında gerçekleştirilir.
- Bel çevresi santimetre (cm) olarak kaydedilir.

Bel Çevresi Değerlendirmesi	Kadın	Erkek
Artmış sağlık riski	≥80 cm	≥90 cm
Abdominal obezite	≥90 cm	≥100 cm

- Sağlık Bakanlığı Hastalık Yönetim Platformu Tarama ve Takip Kılavuzu doğrultusunda obezitenin değerlendirilmesinde BKİ ile birlikte bel çevresi de dikkate alınır.
- BKİ >35 kg/m² olan bireylerde bel çevresi ölçümünün obezitenin değerlendirilmesine sağladığı ek katkının sınırlı olduğu dikkate alınır.
- Boy, vücut ağırlığı, BKİ ve bel çevresi sonuçları kayıt formuna kaydedilir.
- Obezite veya abdominal obezite açısından riskli bulunan sonuçlar sorumlu öğretim elemanı ile paylaşılır.

Kaynaklar:

1. Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği. (2024). Obezite Tanı ve Tedavi Kılavuzu (11. baskı). Ankara: TEMD.
2. T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2019). Çok Yönlü Yaşlı Değerlendirmesi ve İzlem Kılavuzu. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı.
3. T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2025). Hastalık Yönetim Platformu (HYP) Tarama ve Takip Kılavuzu.
4. World Health Organization. (2025). Obesity and overweight. Geneva: World Health Organization.