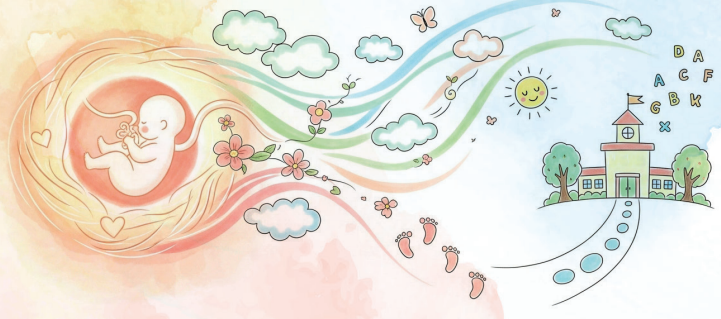




Bölüm 4.4

ÇOCUĞUM SAĞLIKLI BÜYÜYOR MU?

Özlem TEZOL¹

NORMAL BÜYÜME NEDİR?

Büyüme vücudun hacminin ve kütlesinin artmasına bağlı olarak çocuğun fiziksel boyutlarında artış olarak tanımlanabilir. Büyüme, çocukluk çağındaki en hassas sağlık göstergesidir ve her çocuğun büyümesi kendine özgüdür. Bir çocuğun ne kadar büyüyeceğini ve ne kadar hızlı büyüyeceğini, yetişkin olduğunda boyunun kaç cm olacağını etkileyen birçok faktör vardır. Bu faktörlere kalıtım (genetik), beslenme, hormonlar ve altta yatan hastalıklar dahildir. Bu faktörlerden bazılarını değiştirmek elimizdedir, bazılarını ise kontrol edemeyiz ve değiştiremeyiz.

Çocukların büyüme atağı yaşadığı belirli zaman dilimleri vardır. Bir çocuğun büyümesi normalde hayatının ilk iki yılında yani bebeklikte hızlıdır, doğumu izleyen ilk iki yılda vücut ağırlığında ve boy uzunluğunda belirgin artış görülür. Büyüme, çocukluk döneminde bebeklik dönemine göre oldukça yavaşlar. Çocukluk dönemi boyunca yıllık boy artış hızı ve yıllık ağırlık artış hızı azalır. Çocukluk döneminin sonunda (6-8 yaşları arasında) büyüme hızında küçük bir artış olur, buna “ara büyüme atılımı” denir. Büyüme ergenlik döneminde tekrar hızlanır. Önemli büyüme atağı (büyüme atılımı) ergenlik döneminde gerçekleşir. Ergenliğin sona ermesiyle büyüme tamamlanır.

¹ Doç. Dr., Mersin Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları A.D., ozlemtezol@mersin.edu.tr, ORCID iD: 0000-0001-9994-7832

KAYNAKLAR

1. 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* 2008;51:1-14.
2. Topçu, S., Başkan, S. (2020). Büyümenin İzlenmesi. Editörler Gülbin Gökçay, Ufuk Beyazova. *İlk Beş Yaşta Çocuk Sağlığı İzlemi*. 2. Baskı. Nobel Tıp Kitabevleri. İstanbul. 2020. ss: 43-52.
3. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Çocuk ve Ergen Sağlığı Dairesi Başkanlığı. (2018). *Bebek, Çocuk, Ergen İzlem Protokolleri*. Ankara. 2018.
4. Yalçın, S.S. (2017). Büyümenin İzlenmesi ve Değerlendirilmesi. Editör Murat Yurdakök. *Yurdakök Pediatri*. 1. Baskı. Güneş Tıp Kitabevleri. Ankara. 2017. ss: 115-126.