**“Meten is weten”** 

Maak bij het beantwoorden van de vragen gebruik van je rekenmachine

**Vraag 1**

Binnen welke werkvelden kan het wegen en/of meten van kinderen/volwassenen een taak van de doktersassistent zijn? Beschrijf minstens 4 werkvelden.

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………..

**Vraag 2**

 Het bepalen van het lichaamsgewicht en/of lengte gebeurt om verschillende redenen.

 Beschrijf er minimaal 3.

…………………………………………………………….............................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

**Vraag 3**

a. Waar staat de term BMI voor? En wat toon je hiermee aan?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

b. Mevr. Hansen komt bij jou op het assistente spreekuur om een BMI te bepalen.

Haar gewicht is 85 kg en haar lengte is 1.80, bereken haar BMI.

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

c. En wat toont jouw bevinding aan ? Plaats een cirkel om het juiste antwoord:

Ondergewicht - overgewicht - ernstig overgewicht - ziekelijk/extreem overgewicht

**Vraag 4**

a. Waar staat de term MHR voor? En wat toon je hiermee aan?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

b. Na de BMI van mevr. Hansen bepaald te hebben, bepaal je tevens haar MHR.

Haar buikomvang is 89 cm en haar heupomvang 99 cm, bereken haar MHR.

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………..

c. Vul aan of streep door:

1. Veel buikholtevet betekent een hoger risico op……………………………………………………………………………….

2. Vet wordt bij mannen vaker opgeslagen in de/rond de: buik / heupen

 Dit noemt men ook wel een: appel / peer vorm

**Vraag 5**

Noem minstens 5 verschillende gezondheidsproblemen, die ten gevolge van overgewicht kunnen ontstaan:

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………..

**Vraag 6**

Waar bestaat gezonde voeding uit? Noem minimaal 4 adviezen, die je een patiënt kunt meegeven.

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

http://www.voedingscentrum.nl