

Informasjon til foreldre om veiing og måling i skolen

Vekt og høydeutvikling er en viktig indikator på barns utvikling og trivsel. Forekomst av overvekt og fedme er sterkt økende i Norge som i resten av Europa. Med det følger økende risiko for sykdom både hos barn og voksne.

Overvekt og fedme blant barn er et betydelig helseproblem som kan ha alvorlige konsekvenser for barnets psykiske og fysiske funksjon og for sykkelighet i voksen alder. Det er derfor særlig viktig å legge vekt på forebygging av overvekt og fedme hos barn og unge. Det kan også være et symptom på bakenforliggende sykdom om vekt og vekst avtar og barnet ikke vokser og legger på seg som forventet.

For å sikre god oppfølging av det enkelte barn og for å følge med utviklingen i barnepopulasjonen, har Helsedirektoratet anbefalt rutinemessige målinger av høyde, vekt og hodeomkrets på gitte alderstrinn i det forebyggende helsearbeidet blant barn og unge på helsestasjonene og i skolehelsetjenesten.

For skolehelsetjenesten innebærer anbefalingene veiing og måling i 3. og 8. klasse. Dette er et tilbud til alle barn og foreldre. Veiing og måling vil foregå individuelt med formål om å avdekke uheldig vektutvikling.

Foreldrene vil få en skriftlig tilbakemelding på barnets vekt og lengde.

Dersom barnet er i ferd med å utvikle overvekt eller fedme, eller veksten ikke er som forventet, vil helsesøster ta kontakt med tilbud om samtale og videre oppfølging. Det er langt enklere å forebygge enn å behandle fedme og viktig å avdekke evt. bakenforliggende faktorer om barnet legger på seg for lite.

Ved å etablere gode levevaner tidlig i livet, reduseres risiko for sykdommer senere i livet. Gode levevaner som et riktig kosthold og fysisk aktivitet vil ha en helsegevinst for hele familien.

Måling av høyde og vekt er et frivillig tilbud. Dersom det er spørsmål rundt denne undersøkelsen, vennligst ta kontakt med

helsesøster.....telefon.....

Min tid på skolen erdagkl.....

Med vennlig hilsen,

.....
helsesøster