



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Antropometrická měření

Cílem antropometrických měření (měření výšky, hmotnosti a obvodu pasu) je stanovení indexu tělesné hmotnosti a stanovení obezity v břišní oblasti. Nadváha (preobezita a obezita) zvyšuje riziko vzniku diabetu, srdečně-cévních onemocnění, vysokého krevního tlaku, řady nádorových onemocnění a onemocnění pohybového aparátu.

K orientačnímu stanovení nadváhy se nejčastěji používá kalkulace BMI - indexu tělesné hmotnosti

BMI vzájemně porovnává výšku a hmotnost člověka, výpočet se provádí následovně: váha v kilogramech dělená výškou v metrech na druhou. Hodnota BMI odhaduje, zda máme podváhu, hmotnost v normě nebo nadváhu, kterou lze dále dělit na preobezitu a obezitu dle stupně závažnosti.

Kategorie BMI (v kg/m²)

Podváha	<18,5
Norma	18,5-24,9
Preobezita	25,0-29,9
Obezita I. stupně	30,0-34,9
Obezita II. stupně	35,0-39,9
Obezita III. stupně	>40,0

BMI je určeno pouze pro běžnou populaci, nepoužívá se pro děti, těhotné a kojící ženy a také pro aktivní sportovce s nadprůměrnou svalovou hmotou.

Ke stanovení obezity v břišní oblasti se používá ukazatel obvod pasu

Obvod pasu ukazuje na množství tuku uloženého v břišní oblasti. Nahromadění tělesného tuku v této oblasti (androidní typ obezity) znamená vyšší riziko vzniku srdečně-cévních onemocnění a cukrovky.

Nadbytečný přívod energie a její velmi malý výdej způsobuje její ukládání v podobě tuku do tukových buněk. Nejdříve do podkoží (nejvíce v oblasti břicha - více u mužů a v oblasti hýždí a stehů - více u žen). Po zaplnění těchto zásob, je nadbytečná energie ukládána do oblasti dutiny břišní (abdominální, viscerální tukové zásoby.) Tento prostor se při pokračujícím nadbytečném přívodu energie zvětšuje a vyklenuje břišní stěnu vpřed. Tento typ tuku ohrožuje zdraví. **Obvod pasu je z pohledu odhadu rizika předčasného úmrtí klíčovým údajem, bez ohledu na BMI.**

Rizikové kategorie obvodu pasu

Riziko	
srdečně-cévních	
onemocnění	
zvýšené	vysoké



Muži ≥ 94 cm ≥ 102 cm

Ženy ≥ 80 cm ≥ 88 cm

Bližší informace lze nalézt v publikaci [Zdravotní stav české populace - výsledky studie EHES](#).