



Kính thưa Quý Phụ Huynh:

Y tá nhà trường của các trường học trong tiểu bang Texas nhận được chỉ thị phải khám và báo cáo mọi dấu hiệu của Acanthosis Nigricans cho các em lớp 1, 3, 5, 7, 9 và **bất cứ** học sinh nào có thể gặp nguy cơ này. Béo phì đang là một vấn nạn tại Texas, đây là nguyên nhân đưa đến tử vong trong độ tuổi rất trẻ vì bệnh tiểu đường, cao máu, suy hô hấp. Không phải tất cả các em đều có dấu hiệu Acanthosis Nigricans khi em có những nguy cơ này. Dầu vậy, theo thống kê quốc gia, có khoảng 40% học sinh có nguy cơ có bệnh tiểu đường, cao máu, béo phì có xuất hiện dấu hiệu Acanthosis Nigricans.

Acanthosis Nigricans là một vết nâu đen mượt như nhung, nổi cộm lên hoặc dày trên bề mặt của da. Dấu này thường tìm thấy quanh cổ, nách và trên khớp đốt ngón tay. Các em cần được khám để tìm ra những dấu vết này và được khám để biết được chỉ số trọng lượng cơ thể (BMI). Acanthosis Nigricans là dấu hiệu cho thấy có thể là mức insulin của em đang ở mức độ cao. Insulin cao dẫn đến insulin resistance và tiểu đường loại 2. Nó cũng gây ra bệnh cao máu và thận bị hư hại.

Trong quá trình khám nghiệm, y tá nhà trường sẽ xem phía sau gáy của cháu để tìm dấu vết nói trên, và sẽ đo chiều cao, cân nặng, và chỉ số trọng lượng cơ thể (BMI). Chỉ số BMI ở trẻ em và thiếu niên được dùng để thẩm định thiếu cân, thừa cân và nguy cơ của thừa cân. Lượng béo trong cơ thể trẻ em sẽ thay đổi khi các em lớn lên. Thêm vào đó, lượng béo trong cơ thể của các em trai và gái cũng khác nhau. Điều này cho thấy tại sao BMI cho trẻ em; đồng thời dùng BMI-theo-Tuổi, là giới tính và tuổi^{1,2}. BMI-theo-tuổi được dựa theo biểu đồ tăng trưởng đặc biệt. Những biểu đồ này được dùng cho trẻ em và các em thanh thiếu niên từ 2 đến 20 tuổi. Nếu chúng tôi thấy quý vị cần đưa em đi gặp bác sĩ, chúng tôi sẽ gửi biểu đồ tăng trưởng và những thông tin khác cho quý vị.

Mỗi CDC BMI biểu đồ đặc biệt theo tuổi chứa đựng một chuỗi những đường cong cho thấy số phần trăm về trọng lượng của em. Những nhà chuyên môn về sức khoẻ sẽ dùng biểu đồ này để xác định em thừa cân hay thiếu cân.

Thiếu cân (<i>underweight</i>)	BMI-theo-tuổi < 5 phần trăm
Có nguy cơ thừa cân (<i>at risk of overweight</i>)	BMI-theo-tuổi 85 th percentile < 95 phần trăm
Thừa cân (<i>overweight</i>)	BMI-theo-tuổi ≥ 95 phần trăm

BMI giảm xuống trong thời kỳ trước khi em đi học, và tăng vọt trong thời kỳ trưởng thành. Những đường cong phần trăm cho thấy sự tăng trưởng này. Chúng ta biết rằng trẻ em thừa cân hoặc có nguy cơ trở nên béo phì, tiếp tục theo mẫu này cho tới khi trưởng thành. Nói cách khác, béo lúc còn bé sẽ không mất đi.

Thí dụ: Sáu mươi phần trăm (60%) có nghĩa là gì?

Có nghĩa là khi so sánh với các trẻ em khác có cùng tuổi và giới tính, chỉ số BMI ở mức thấp là 60%

Thí dụ: Hãy nhìn vào BMI của một bé trai trong quá trình tăng trưởng của em. Chỉ số BMI của em thay đổi nhưng em vẫn giữ mức 95 phần trăm BMI-theo-tuổi. Trước độ tuổi đến trường, BMI của em giảm xuống và tăng trở lại khi em lớn hơn.

Tuổi	BMI	Phần trăm
2 tuổi	19.3	95 th
4 tuổi	17.8	95 th
9 tuổi	21.0	95 th
13 tuổi	25.1	95 th



Tại sao BMI-theo-tuổi lại là một công cụ hữu hiệu?

BMI-theo-Tuổi dùng cho trẻ em và thiếu niên bởi vì tốc độ tăng trưởng và phát triển. Nó thông dụng bởi vì:

- BMI-theo-tuổi là một tham khảo cho thiếu niên và có thể dùng trước tuổi dậy thì
- BMI-theo-tuổi so sánh lượng mỡ trong cơ thể cho trẻ em và thiếu niên
- BMI-theo-tuổi có thể dùng để theo dõi kích thước cơ thể suốt cuộc đời

Để biết thêm về 2000 CDC Sơ Đồ Tăng Trưởng và Những Thông Tin Khác xin vào CDC'S [National Center for Health Statistics](http://www.cdc.gov/growthcharts/), <http://www.cdc.gov/growthcharts/>.

Chúng tôi có tôn trọng sự riêng tư không? Chúng tôi cam đoan rằng em sẽ được khám một cách kín đáo; riêng biệt. Em sẽ không cảm thấy mắc cỡ hay xấu hổ. Chúng tôi xin được đồng hành với quý vị trong việc giúp em ăn uống điều độ, vận động thể lực để em luôn khoẻ mạnh. Nếu quý vị có bất cứ thắc mắc nào, xin vui lòng gọi cho tôi tại trường và tôi sẽ rất hân hạnh được tiếp chuyện với quý vị. Xin cảm ơn quý vị.

Thân ái kính chào quý vị,

Y Tá Nhà Trường School Nurse

Tham khảo (references)

¹ Hammer LD, Kraemer HC, Wilson DM, Ritter PL, Dornbusch SM. Standardized percentile curves of body-mass index for children and adolescents. *American Journal of Disease of Child*. 1991; 145:259–263.

² Pietrobelli A, Faith MS, Allison DB, Gallagher D, Chiumello G, Heymsfield, SB. Body mass index as a measure of adiposity among children and adolescents: A validation study. *Journal of Pediatrics*. 1998; 132:204–210.