





Growth Screening

Date: _____

Dear Parent/Guardian:

On _____ your child was weighed and measured in school and his/her BVMI (body mass index) was recorded. BMI-for-age percentile was calculated using your child's BMI and comparing it to that of other children of the same age and sex. These measurements are used to screen for weight categories that may lead to health problems. Keep in mind that checking a child's growth over time is more important than a one-time measurement and it is necessary for all children, regardless of BMI, to be active and to eat healthy.

Results for (**CHILD'S NAME**):

Underweight			
Less than the 5 th percentile	5 th up to the 85 th percentile	85 th to less than the 95 th percentile	Equal to or greater than the 95 th percentile
			

Height is ____ ft. ____ inches and weight is ____ pounds

If your child is not in a healthy weight category, it is recommended that you schedule a visit with his/her healthcare provider and share these results.

Being overweight or obese poses several health risks including diabetes, heart disease, asthma, high blood pressure, and poor self-esteem.

Some ways to help your family maintain a healthy weight include being active and limiting screen time, avoiding sugary drinks, and eating a variety of fruits and vegetables. For more information, you can visit the PA [Department of Health Home](#).

If you have any questions, please contact _____

Title: _____

Phone/e-mail: _____





वजन र उचाइको मापन

मिति: _____

आदरणीय आमाबुबा/अभिभावक ज्यू:

मा विद्यालयमा तपाईंको बच्चाको वजन लिइएको थियो र उनको BVMI (शरीर द्रव्यमान सूचकांक) टिपिएको थियो । तपाईंको बच्चाको BMI प्रयोग गरेर र यसलाई समान उमेर तथा लिंगका बालबालिकाहरूसँग तुलना गरेर उमेरको परसेन्टाइलका लागि BMI गणना गरिएको थियो । यी मापनहरू स्वास्थ्य समस्या निम्त्याउने वजनको वर्गीकरण पत्ता लगाउन प्रयोग गरिन्छ । समयसँगै बच्चाको विकास जाँच गर्ने कुरा एक पटकको मापन भन्दा धेरै महत्वपूर्ण हुन्छ र BMI जति भए पनि यो सबै बालबालिकाहरूका लागि सक्रिय र स्वास्थ्य खाने कुरा खान आवश्यक हुन्छ ।

(विद्यार्थीको नाम) को नतिजा:

कम वजन	स्वास्थ्य वजन	अधिक वजन	मोटोपन
पाँचौं (5 th) परसेन्टाइल भन्दा कम	पाँचौं (5 th) देखि पचासीऔं (85 th) परसेन्टाइलसम्म	पचासीऔं (85 th) देखि पन्चानब्बेऔं (95 th) परसेन्टाइल भन्दा कम	पन्चानब्बेऔं (95 th) परसेन्टाइलसँग बराबर वा माथि
			

उचाइ _____ फिट _____ इन्च छ र वजन _____ पाउन्ड छ ।

तपाईंको बच्चाको वजन स्वास्थ्य वजनको वर्गीकरण भित्र पर्दैन भने, विद्यार्थीका स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई भेटनुहोस् र यी नतिजाहरू देखाउनुहोस् भनी सुझाव प्रदान गरिन्छ ।

अधिक वजन वा मोटोपनले मधुमेह, मुटु रोग, दम, उच्च रक्तचाप, तथा कमजोर आत्मबल जस्ता धेरै रोगहरूको जोखिम निम्त्याउँछ ।

तपाईंको परिवारलाई स्वस्थ वजन कायम राख्न सहयोग गर्ने केही तरिकाहरूमा सक्रिय रहनु र स्क्रिन हेर्ने समय सीमित गर्नु, चिनीयुक्त पेय पदार्थहरू नखानु, र विभिन्न प्रकारका फलफूल र तरकारीहरू खानु पर्छन् । थप जानकारीका लागि, तपाईं [PA स्वास्थ्य विभागको गृहपृष्ठ](#) भ्रमण गर्न सक्नुहुन्छ ।

तपाईंसँग कुनै पनि प्रश्नहरू छन् भने, कृपया निम्न व्यक्तिलाई सम्पर्क गर्नुहोस्

पद: _____

फोन/इमेल: _____