Anak
Article

Lingkar Kepala Anak 2 Tahun: Berapa Ukuran Normalnya?

DES 17, 2024

Lingkar kepala merupakan salah satu pengukuran yang penting dalam memantau tumbuh kembang anak terutama pada tahun-tahun awal kehidupan. Lingkar kepala merupakan salah satu metrik yang menjadi indikator pertumbuhan otak, dan melakukan pengukuran secara rutin adalah bagian krusial dari pemeriksaan anak. Bagi Mam yang memiliki anak usia dua tahun, mengetahui patokan ukuran lingkar kepala yang ideal dan memahami kapan perlu berkonsultasi dengan dokter adalah langkah penting untuk memastikan tumbuh kembang si kecil berjalan optimal.

Mengapa Pengukuran Lingkar Kepala Itu Penting?

Pengukuran lingkar kepala anak 2 tahun secara rutin dilakukan selama beberapa tahun pertama kehidupan untuk memantau perkembangan otak. Lalu, kenapa lingkar kepala harus diukur? Pada usia dua tahun, otak anak telah mencapai sekitar 80% ukuran otak dewasa, yang berarti pertumbuhan signifikan terjadi pada periode ini.

Memantau pertumbuhan lingkar kepala bisa membantu mendeteksi masalah seperti perkembangan otak yang abnormal, seperti mengetahui terjadinya masalah hidrosefalus (penumpukan cairan berlebihan di otak) atau mikrosefali (ukuran kepala yang lebih kecil dari normal). Mengukur lingkar kepala secara rutin dapat memberikan tanda awal jika ada masalah pertumbuhan, sehingga dapat dideteksi lebih awal sebelum memengaruhi perkembangan atau munculnya gejala lainnya.

Penting untuk diingat bahwa pengukuran lingkar kepala tidak hanya berfungsi untuk mendeteksi masalah. Di sisi lain, pengukuran ini juga berperan sebagai indikator untuk memastikan otak dan tubuh Si Kecil tumbuh dan berkembang dengan baik. Melakukan pengukuran secara berkala lebih efektif dalam memberikan gambaran kondisi kesehatan Si Kecil dibandingkan hanya satu kali pengukuran. Satu pengukuran saja sulit dijadikan patokan, terutama jika terjadi kelainan yang mungkin disebabkan oleh faktor sementara seperti penyakit.

Berapa Lingkar Kepala Anak 2 Tahun yang Normal?

Ukuran lingkar kepala anak 2 tahun sedikit berbeda antara anak laki-laki dan perempuan. Secara umum, rentang normal untuk anak laki-laki adalah 48 hingga 50 cm, sedangkan untuk anak perempuan berkisar antara 46 hingga 49 cm. Faktor genetik, etnis, dan pola pertumbuhan individu juga berperan dalam menentukan ukuran kepala, sehingga penyimpangan kecil dari rata-rata biasanya tidak perlu dikhawatirkan. Misalnya, anak dengan orang tua yang memiliki ukuran kepala besar kemungkinan akan memiliki lingkar kepala yang lebih besar secara alami. Sebaliknya, anak dari orang tua dengan kepala yang lebih kecil cenderung memiliki lingkar kepala anak 2 tahun yang ideal yang lebih kecil. Selama pertumbuhan anak mengikuti kurva yang konsisten, hal ini biasanya dianggap normal.

Baca Juga: Makanan yang Wajib Dikonsumsi Ibu Hamil

Kapan Harus Waspada – Tanda-Tanda yang Perlu Diwaspadai

Meskipun perbedaan kecil dalam ukuran lingkar kepala biasanya normal, ada beberapa tanda yang perlu diwaspadai. Misalnya, jika lingkar kepala anak 2 tahun tumbuh terlalu cepat atau terlalu lambat, hal ini bisa menandai adanya masalah kesehatan Si Kecil. Sebagai contoh, pertumbuhan kepala yang cepat dapat menjadi tanda hidrosefalus, sementara pertumbuhan yang lambat mungkin menunjukkan mikrosefali. Selain itu, jika anak mengalami keterlambatan perkembangan dalam berbicara, keterampilan motorik, atau interaksi sosial yang disertai dengan pertumbuhan kepala yang tidak normal, sangat penting untuk segera berkonsultasi dengan dokter.

Tanda-tanda peringatan lainnya yang perlu diperhatikan meliputi:

- Peningkatan atau penurunan mendadak pada persentil lingkar kepala.
- Tanda-tanda seperti ubun-ubun yang menonjol (fontanelles) pada tengkorak.
- Kejang yang tidak dapat dijelaskan, mudah marah, atau lesu.

Kapan Harus Berkonsultasi dengan Dokter?

Saat melakukan *check up* ke dokter anak, pengukuran lingkar kepala biasanya dilakukan secara rutin dengan tujuan untuk memantau pertumbuhan anak dari waktu ke waktu. Jika ada perbedaan atau penyimpangan signifikan yang ditemukan selama pemeriksaan, besar kemungkinan dokter merujuk Si Kecil ke dokter spesialis. Konsultasi dini sangat penting karena pemeriksaan tepat waktu dapat mencegah

komplikasi lebih lanjut, terutama terkait kondisi-kondisi seperti kraniosinostosis (penyatuan tulang tengkorak yang terlalu dini) atau kelainan tengkorak lainnya. Di luar kunjungan rutin ke dokter, jika Mam melihat tanda-tanda yang mengkhawatirkan seperti yang disebutkan di atas, sangat penting untuk segera membawa Si Kecil ke dokter. Dokter dapat merekomendasikan tes tambahan seperti pencitraan otak untuk menilai struktur otak dan tingkat cairan.

Variasi ukuran lingkar kepala anak 2 tahun umumnya adalah hal yang normal, tetapi memantau pertumbuhan lingkar kepala secara konsisten merupakan kunci untuk mengetahui masalah perkembangan sejak dini. Dengan tetap waspada dan melakukan pemeriksaan rutin ke dokter, Mam dapat memastikan bahwa anak mereka tumbuh dan berkembang dengan sehat.

Mam bisa mendukung perkembangan dan membantu pembelajaran si Kecil dengan memenuhi kebutuhan gizinya. Berikan asupan makanan dan minuman bernutrisi lengkap setiap hari. Untuk susu pertumbuhan si Kecil, Mam bisa berikan S-26 Procal/Promise GOLD.

Susu pertumbuhan S-26 GOLD mengandung Spingomyelin dan Phospholipid yang akan membantu mendukung potensi dan kemampuan belajar Si Kecil yang progresif. Juga mengandung Asam Linolenat (Omega-3) dan Asam Linoleat (Omega-6) yang penting untuk pembentukan DHA & AA, serta membantu memenuhi kebutuhan DHA harian anak untuk proses belajarnya.

Berikan si Kecil S-26 Procal GOLD jika Ia berusia 1-3 tahun dan S-26 Promise GOLD jika Ia berusia 3 tahun ke atas. Jika Mam khawatir, berkonsultasi dengan dokter adalah langkah terbaik untuk memastikan kesehatan anak. Selamat mencoba!

Source :

World Health Organization. (n.d.). Head circumference for age. WHO. Diakses pada 19 Oktober 2024, dari https://www.who.int

Wroblewski, M. E., Bevington, J., & Badik, C. (2015). Head growth. Pediatrics in Review, 36(9), 426-427. Diakses pada 19 Oktober 2024, dari https://doi.org/10.1542/pir.36-9-426

Centers for Disease Control and Prevention. (n.d.). Growth charts: Data table of infant head circumference-for-age charts. CDC. Diakses pada 19 Oktober 2024, dari https://www.cdc.gov

Merck. (n.d.). Physical growth of infants and children. Merck Manual Professional Edition. Diakses pada 19 Oktober 2024, dari https://www.merckmanuals.com

Sniderman, A. (2010). Abnormal head growth. Pediatrics in Review, 31(9), 382-384. Diakses pada 19 Oktober 2024, dari https://doi.org/10.1542/pir.31-9-382

Bagikan sekarang