



## Памятка «Измерение массы и длины тела/роста ребенка»

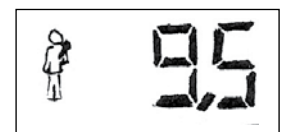
### ***Взвешивание ребенка на весах с тарированием***

Поместите весы на ровную твердую поверхность. На солнечную панель должно попадать достаточно света.

Объясните матери суть процедур и попросите ее помогать вам. Детей следует взвешивать без одежды; до взвешивания заверните ребенка в пеленку или во что-либо еще. На детях старшего возраста при взвешивании должно быть как можно меньше одежды. Если общественные нормы не допускают раздевания ребенка, на нем должно оставаться минимальное допустимое количество одежды.

**Если ребенок младше 2 лет, проведите взвешивание с тарированием.**

- Для того чтобы включить весы, на секунду закройте солнечную панель. Когда появятся цифры 0.0, весы будут готовы к работе.
- Мать должна снять обувь и встать на весы. Сначала взвешивается только мать. При этом кто-то должен держать раздетого ребенка, завернутого в пеленку.
- Попросите мать встать на середину весов (ноги слегка врозь, на нарисованных на весах следах, если они нарисованы), и не шевелиться. Одежда матери не должна закрывать дисплей или солнечную батарею. Напомните ей, что она должна оставаться на весах и после того, как на дисплее будет показана ее масса тела, до тех пор пока не будет взвешен ребенок, находящийся у нее на руках.
- Пока мать находится на весах и ее масса тела показана на дисплее, оттарируйте весы, на секунду прикрыв солнечную батарею. Весы считаются тарированными, когда на дисплее показано изображение матери с ребенком и цифры 0.0.
- Передайте матери раздетого ребенка и попросите ее не двигаться.
- На дисплее появится масса тела ребенка (с точностью до 0,1 кг). Запишите эту массу тела.



*Примечание. Если масса тела матери очень велика (свыше 100 кг), а масса тела ребенка относительно мала (например, менее 2,5 кг), масса тела ребенка может не отобразиться на весах. В таких случаях попросите подержать ребенка на весах более легкого человека.*

**Если возраст ребенка 2 года или старше** и он может стоять, не двигаясь, его можно взвешивать в одиночку. Если ребенок прыгает на весах или не стоит спокойно, проведите взвешивание с тарированием.

Попросите мать помочь ребенку снять обувь и верхнюю одежду. Скажите ребенку, что он должен стоять, не двигаясь.

- Для того чтобы включить весы, на секунду закройте солнечную панель. Когда появятся цифры 0.0, весы будут готовы.
- Попросите ребенка встать на середину весов, ноги слегка врозь (на соответствующих нарисованных следах, если таковые имеются), и не шевелиться до тех пор, пока на дисплее не появится масса тела.
- Запишите массу тела ребенка с точностью до 0,1 кг.



## Измерение длины тела или роста

Измерьте длину тела или рост ребенка в зависимости от его возраста и способности стоять.

- Если ребенок младше 2 лет, измеряйте длину тела ребенка в лежачем положении с помощью мерной доски, расположенной на ровной твердой поверхности, например, на столе.

Подвижный упор для ног

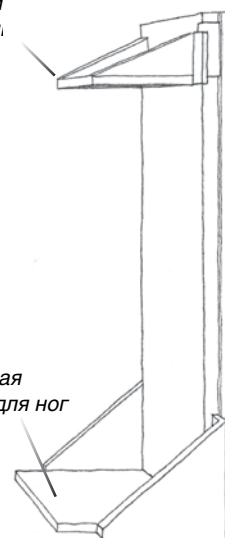
Неподвижный подголовник



- Если ребенку 2 года или больше, измеряйте **рост** в вертикальном положении, за исключением случаев, когда ребенок не может стоять. Для измерения используйте ростомер, установленный под прямым углом к ровному полу и прислоненный к прямой вертикальной плоскости, такой как стена или колонна.

Подвижный подголовник

Неподвижная подставка для ног



Рост в положении стоя меньше длины тела в положении лежа примерно на 0,7 см. Это различие было принято во внимание при разработке ВОЗ норм роста. Поэтому, если вместо роста измеряется длина тела и наоборот, важно вносить в показания измерений поправку.

- Если ребенка младше 2 лет невозможно уложить для измерения длины тела, измерьте рост в положении стоя и **добавьте 0,7 см**, чтобы получить длину тела.
- Если ребенок в возрасте 2 лет или старше не может стоять, измерьте длину тела в лежачем положении и **отнимите 0,7 см**, чтобы получить рост.

## Подготовка к измерению длины тела или роста

Будьте готовы измерить длину тела/рост сразу же после взвешивания, пока ребенок раздет. Перед взвешиванием:

- Снимите с ребенка обувь и носки.
- Расплетите косички и снимите с волос украшения, если они мешают измерению длины тела/роста.

Если ребенок взвешивается без одежды, ему можно снова надеть сухой подгузник, чтобы ребенок не был мокрым по время измерения длины тела/роста.

Если в комнате прохладно, а в ходе измерений возникает задержка, заверните ребенка в пеленку или одеяло до тех пор, пока можно будет измерить его рост/длину тела.

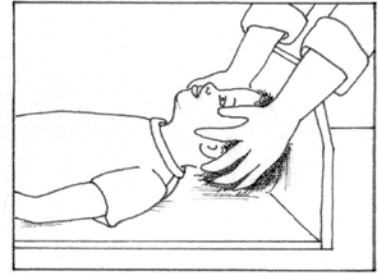
Объясните все процедуры матери и попросите ее помочь вам.

## Измерение длины тела

В целях обеспечения гигиены и комфорта ребенка накройте мерную доску для измерения длины тела тонкой тканью или мягкой бумагой.

Скажите матери, что ей нужно самой положить ребенка на мерную доску и помогать держать голову ребенка, пока вы будете проводить измерение. Покажите, где она должна стоять, укладывая ребенка, то есть напротив вас, с той стороны мерной доски, где нет ленты. Также покажите ей, как должна располагаться голова ребенка (у подголовника), чтобы она могла двигаться быстро и уверенно, не раздражая ребенка.

- Попросите ее положить ребенка на спину, головой к неподвижному подголовнику, так, чтобы волосы были прижаты к голове.
- Быстро разместите голову так, чтобы воображаемая вертикальная линия от ушного канала к нижней границе глазницы проходила перпендикулярно доске. (Глаза ребенка должны смотреть прямо вверх). Попросите мать переместиться за подголовник и держать голову в этом положении.



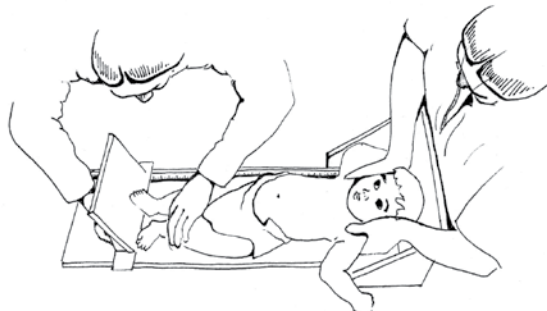
Большое значение имеет скорость измерения. Стоя сбоку от мерной доски так, чтобы вы могли видеть мерную ленту и двигать упор для ног:

- Убедитесь в том, что ребенок ровно лежит вдоль доски и не меняет позы. Плечи ребенка должны касаться доски, спина не должна быть выгнута. Попросите мать сообщить вам, если ребенок выгнет спину или поменяет положение.
- Одной рукой прижмите ноги ребенка, а второй рукой придвиньте упор для ног. Осторожно надавите на колени, чтобы максимально выпрямить ноги, не причинив травмы. Примечание: у новорожденных, в отличие от детей старшего возраста, колени выпрямить нельзя. Применяйте минимум силы, потому что колени новорожденных очень хрупкие и их легко травмировать.

Если ребенок крайне возбужден и обе его ноги невозможно удержать в нужном положении, проведите измерение только с одной ногой, зафиксированной в нужном положении.

- Удерживая колени неподвижными, пододвиньте упор для ног к ступням ребенка. Подошвы ног должны полностью прилегать к упору; большие пальцы направлены вверх. Если ребенок сгибает большие пальцы и не дает упору для ног касаться подошв, слегка пощекочите ступни и быстро придвиньте упор, когда ребенок выпрямит большие пальцы.
- Прочитайте результат измерения и запишите длину тела ребенка в сантиметрах с точностью до целого 0,1 см в раздел «Информация о посещении» *Журнала учета роста*. Эта последняя линия, которую вы можете видеть (0,1 см = 1 мм).

Помните: если ребенку, чью длину тела вы измеряете, 2 года или больше, вычитите из длины тела 0,7 см и запишите полученный результат как рост в разделе «Информация о посещении».



## **Измерение роста в положении стоя**

Убедитесь в том, что мерная доска для измерения роста стоит на ровной поверхности. Проверьте, сняты ли обувь, носки и украшения с головы.

Работая вместе с матерью, стоя на коленях, чтобы находиться на одном уровне с ребенком:

- Помогите ребенку встать на неподвижное основание доски, слегка расставив ноги. Затылок, лопатки, ягодицы, икры и пятки должны касаться вертикальной доски.
- Попросите мать держать колени и лодыжки ребенка так, чтобы ноги ребенка были выпрямлены и он стоял всеми ступнями, касаясь пятками и икрами вертикальной доски. Попросите ее отвлечь внимание ребенка, при необходимости успокоить его и сообщить вам, если ребенок изменит позу.
- Расположите голову ребенка так, чтобы воображаемая горизонтальная линия от ушного канала до нижнего края глазницы проходила параллельно основанию доски. Для того, чтобы удержать голову в этом положении, придержите ребенка за подбородок большим и указательным пальцами.
- При необходимости слегка надавите на живот, чтобы помочь ребенку выпрямиться в полный рост.
- Удерживая голову ребенка в таком положении, другой рукой опустите надголовник на голову так, чтобы он прижимал волосы.
- Прочитайте показание и запишите рост ребенка в сантиметрах с точностью до последнего целого 0,1 см в раздел «Информация о посещении» *Журнала учета роста*. Это последняя линия, которая вам видна (0,1 см = 1 мм).

Помните: если ребенку, чей рост вы измерили, меньше 2 лет, прибавьте к росту 0,7 см и запишите результат в раздел «Информация о посещении» как длину тела.

