

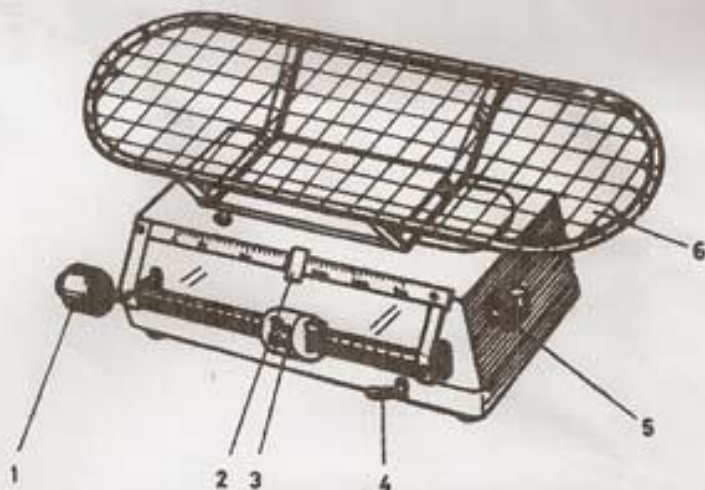
## A CSECSEMŐ ÉS A KISGYERMEK SÚLY- ÉS HOSSZMÉRÉSE, A TESTMÉRETEK MÉRÉSE

**Súlymérés.** A csecsemő súlyát hálós vagy teknőszerű vályúval ellátott csecsemőmérlegen mérjük (96. ábra). A mérleget vízszintes, jól rögzített lapra helyezük. Intézményben leghelyesebb szabvány méretű mérlegasztalra tenni. Miután meggyőződünk arról, hogy a mérlegnek mind a négy lába az asztallapon fekszik, a *kis és a nagy tolósúlyt nullára állítjuk*. Ezután az *elzárót* az óramutató járásával ellentétes irányban elforgatjuk. Így a mérőszervezet lengésbe jön, majd megáll. A *mérőmutatónak az ellenmutatóval egyvonalban* kell jeleznie. Ha a mutató az ellenmutató felett vagy alatt jelez, a *tárasnya* és a *tárasúly* elforgatásával egyvonalba hozzuk.

A mérleget elzárjuk, majd a hálóra terítünk egy pelenkát, és lemérjük.

A pelenka súlyát feljegyezzük. A tolósúlyokat (az elzárt mérlegen) a pelenka és a gyermek előző súlyának az összegére állítjuk.

A csecsemőt ráfektetjük a mérlegre, az elzárót elforgatjuk, s ha a mu-



96. ábra. Csecsemőmérleg

1. tárasnya és tárasúly; 2. kis tolósúly; 3. nagy tolósúly; 4. elzáró; 5. mérőkar és ellenmutató; 6. háló

latók nincsenek egyvonalban, a kis tolósúly mozgatásával a mérleget egyensúlyba hozzuk, majd elzárjuk.

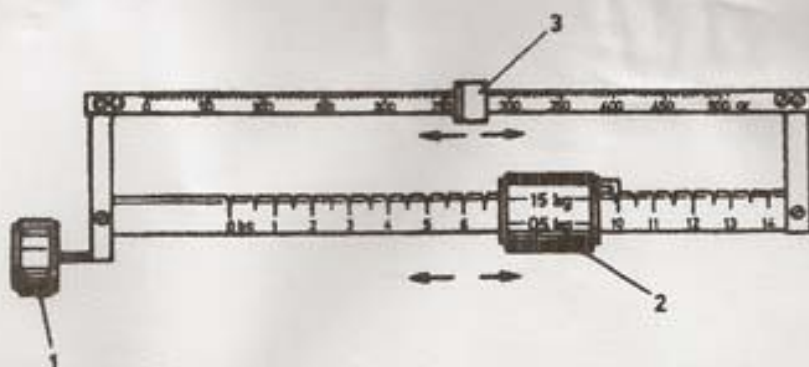
A csecsemőt felöltöztetjük, visszatesszük a helyére, leolvassuk a mért súlyt, és a pelenka súlyának levonása után feljegyezzük a tiszta súlyt.

**Hogyan kell leolvasni a mért súlyt?** A nagyobb mérőkar egy osztásköze 50 dkg-nak, azaz 500 g-nak felel meg. Az értéket a *tolósúly jobb oldalán* olvassuk le. A kisebb mérőkar egy osztásköze 5 g-nak felel meg. A *kis tolósúly bal oldalán* olvassuk le a mutatott értéket (97. ábra).

**A kisgyermek súlymérése.** Az állni tudó gyermekek súlyát reggel, evés előtt, személymérlegen mérjük. A mérleget úgy helyezük el, hogy a *lábai* a padozaton feküdjenek. Ellenőrizzük, miután a tolósúlyokat nullára állítottuk és a zárókart elfordítottuk, hogy a mérleg nyelvei *egyvonalban* mutatnak-e. Ha a nyelvek kilengenek, a nullázó súly elforgatásával *hozzuk* egyensúlyba. A mérleget zárjuk el és a soron következő gyermek *előző* súlya szerint állítsuk be.

A kisgyermeket vetkőztessük le, csak a zoknit és – ha nem szobatiszta – a guminadrágot és a pelenkát hagyjuk rajta. Közben beszéljünk vele, mutassuk meg a mérleget, hogy ne féljen. A gyereket úgy állítsuk a mérlegre, hogy ne támaszkodjék, karjait a törzse mellett tartsa.

A mérőszerkezeten a zárókart elfordítjuk, és a tolósúlyok elmozdításával a mérleg nyelveit egyvonalba hozzuk. Ezután a mérleget zárjuk.



97. ábra. A csecsemőmérleg mérőkarja  
1: támasz és társúly; 2: nagy toléssúly; 3: kis toléssúly

A gyermeket felöltöztetjük, és a leolvasott súlyból levonjuk a visszamért pelenka, nadrág és zokni súlyát. A tiszta súlyt feljegyezzük.

*Mikor kell ellenőrizni a csecsemők és a kisgyerekek súlyát?*

A csecsemőotthonokban a csecsemők súlyát naponta mérjük, amíg a 9 kg-ot el nem érték, mert a testsúly alakulása fontos támpont a csecsemő fejlődésének megítélésékor. Ha testsúlya eléri a 9 kg-ot, át lehet térni a hetenkénti mérésre.

A bölcsődékben a csecsemőt hetenként, ha pedig a súlya a 9 kg-ot elérte, havonta mérjük.

2 évesnél idősebb, egészséges, jól fejlődő kisgyermeket – ha családban nevelkedik – elegendő negyedévenként, iskolás gyermekeket félévenként mérni.

**Hosszmérés.** A csecsemő hosszát többféle módon mérhetjük. Csecsemőotthonokban az OMKER által forgalomba hozott mérővályúban a legegyszerűbb és legpontosabb a hosszmérés. A vályút kibéleljük egy tet-

rapelenkával, és úgy fektetjük bele a levetkőztetett csecsemőt, hogy a feje a vályú végéhez érjen. Térdét bal kezünkkel kissé megnyomjuk, hogy az alsó végtag kiegyenesedjék, a talpára visszahajtjuk a pelenkát, és a sarkáig toljuk a mozgatható mérőlapot (98. ábra). A vályú oldalán lévő cm-es beosztásról a csecsemő hosszát leolvassuk.

A csecsemő hosszát fal mellé tolt asztalon vagy keretes pólyázóasztalon is mérhetjük. Az asztalt terítsük le egy pelenkával, és erre fektessük a levetkőztetett csecsemőt. A pelenkát hajtsuk vissza a csecsemő lábára, és ügyeljünk arra, hogy a fejét is védje. Feje érintkezze a fallal, illetve a pólyázó keretével, a lábát egyenesítsük ki és a mérőlapot vagy egy kemény fedelű könyvet állítsunk a talpához. Az asztalon jelöljük meg a sarok és a mérőlap érintkezési vonalát. A csecsemőt öltöztessük fel, tegyük a helyére, utána mérjük meg mérőszalaggal az asztalon jelölt távolságot.

*A kisgyermek magasságának a mérése.* A kisgyermek magasságát ha biztosan jól állnak, mérőléccel mérjük. A kisgyermek ruháját vessük le (a zoknit és a bugyit rajta hagyhatjuk), és állítsuk a mérőléchez. Ügyeljünk arra, hogy egyenesen álljon, a sarkait tegye egymás mellé, a feje, a háta és a sarka érintse a mérőléceket, a karjait egyenesen tartsa a teste mellett. A mérőlapot a fejtetőig toljuk, rögzítjük, és a jelzett értéket leolvassuk (99. ábra).



## A FEJ-, A MELL-, A HASKERÜLET, A TÖRZS ÉS A VÉGTAGOK HOSSZSÁGÁNAK MÉRÉSE

A felnőtt testarányaihoz viszonyítva az újszülött feje törzséhez képest nagy, a végtagjai rövidek. Növekedés közben a csecsemő és a kisgyermek testarányai változnak.

Az egészséges, jól fejlődő gyermekeken a súlyon és a hosszón, illetve a magasságon kívül a fej- és a mellkerületet szoktuk mérni az első évben havonta, utána félévenként.

Ha kóros növekedéssel járó betegségre gyanakszunk, mérni kell a haskerületet, a törzst, az alsó és a felső végtag, a talp és a kéz hosszúságát.

**Előkészület a méréshez.** Mielőtt a csecsemőt felvesszük, készítsünk fertőtlenítő oldatot (3 ezrelékes Neomagnol-oldat), lemosóruhát, tetrapelenkákat, füzetet és ceruzát, mérőszalagot.

Kézmosás után fertőtlenítsük a pólyázó párnáját, töröljük szárazra, terítsük le egy pelenkával és ezután fektessük rá a csecsemőt. (Mivel a

csecsemő öltöztetését és vetkőztetését még nem tanultuk, ezért a méréseket meztelenül előkészített babákon gyakoroljuk. Az élő csecsemőt az eszközök előkészítése után a pólyázóra fektetjük és mérés előtt levetkőztetjük.)

**A mérés kivitelezése.** Először a fejkerületét (fejbőséget) mérjük. A csecsemő fejét óvatosan megemeljük, a mérőszalagot a tarkódudor alá csúsztatjuk. A mérőszalagot a feje körüli vezetjük mindkét oldalon, és a homlokán kereszteljük. A keresztelési vonal mellett levő két szám különbsége a fejbőség.

Mérés közben a fej két oldalán ujjunkkal rögzítsük a mérőszalagot, hogy a tarkódudorról le ne csússzon. A fej legnagyobb kerületét kell mérni (100. ábra).

A mellbőség mérésekor a csecsemő felsőtestét megemeljük, a mérőszalagot a háta alá helyezzük, és ráfektetjük. A csecsemő mellkasán, a mellbimbó magasságában a mérőszalagot körülvezetjük és elől kereszteljük (101. ábra). A mellbőséget olyan módon számítjuk ki, mint a fejbőséget.

Ügyeljünk arra, hogy mérés közben a csecsemő a karját a megszokott nyugalmi helyzetben tartsa.

A hasbőség mérését mindig étkezés előtt végezzük. A hátán fekvő csecsemőn a köldök magasságában vezetjük körül a mérőszalagot (102. ábra).

A törzhosszúság a szegycsont és a szeméremcsont felső szélei közötti távolság (103. ábra).

A felső végtag hosszúságának mérésekor a csecsemő karját kinyújtjuk, és a mérőszalagot a vállizülettől a középső ujj végéig vezetjük (104. ábra).

Az alsó végtag hosszúságát kinyújtott lábon mérjük, a szeméremcsont felső szélétől a sarok belső alsó széléig (105. ábra).

A kéz hosszúság a csukló és a középső ujj vége, a talphosszúság pedig a sarok és a nagyujj vége között mért távolság (106. ábra).

A mérés befejezése után a csecsemőt felöltöztetjük, és a helyére tesszük. A centimétert és a pólyázót fertőtlenítyük, mielőtt a következő csecsemő méréséhez kezdenénk.

Az ülő, állni tudó gyerek testrészeit ülő, illetve álló helyzetben mérjük. A mell- és a hasbőség ellenőrzésekor azt is fel kell tüntetni a füzeten, hogy milyen helyzetben mértük a gyereket.



100. ábra. A fej kerületének mérése



101. ábra. A mell kerületének mérése



102. ábra. A has kerületének mérése



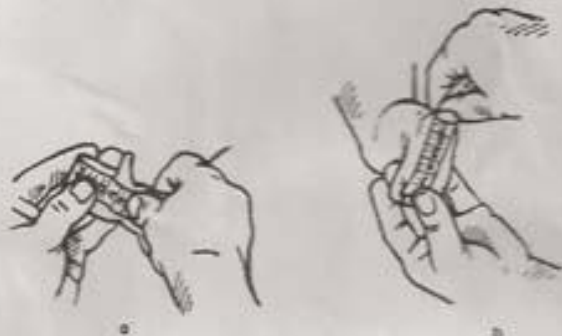
103. ábra. A törzs hosszúságának mérése



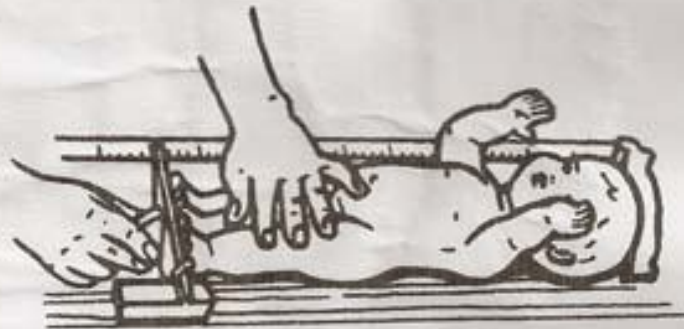
104. ábra. A kar hosszúságának mérése



105. ábra. Az alsó végtag hosszúságának mérése



106. ábra. A kéz és a talp hosszúságának mérése



98. ábra. A csecsemő testhosszának mérése



99. ábra. A kisgyermek magasságának mérése