



Dziennik wzrastania dziecka

Zapisuj pomiary w jednym miejscu i zabieraj kartę na bilanse oraz wizyty u pediatry.

Imię dziecka	Płeć	Data urodzenia	Tydzień ciąży	Masa urodz. (g)
Wzrost mamy (cm)	Wzrost taty (cm)	Siatka z książeczki (WHO / OLA / OLAF)		

1. Tabela pomiarów

Data	Wiek	Masa ciała (kg)	Długość / wzrost (cm)	Obwód ogłowy (cm)	Centyl lub SD (z siatki)	Uwagi

Do 2. roku życia długość mierzy się na leżąco, od 2. roku wzrost na stojąco. U wcześniaka wpisz wiek korygowany. Mierz za każdym razem w ten sam sposób.

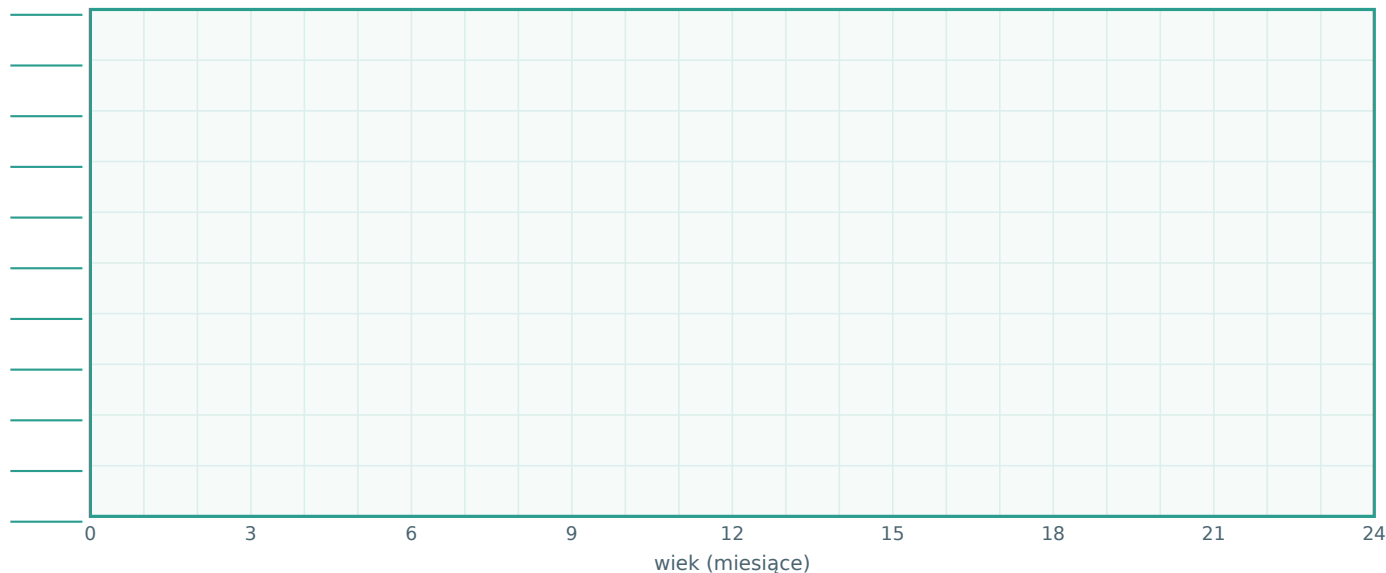
2. Wykres do nanoszenia punktów

Wpisz skalę pionową (np. co 1 kg albo co 5 cm), zaznacz punkty i połącz je linią. Potem sprawdź, w jakim kanale leży każdy punkt na oficjalnej siatce z książeczki zdrowia.

Masa ciała (kg)



Długość / wzrost (cm)



Zabierz na wizytę

Tę kartę, książeczkę zdrowia dziecka, masę i tydzień urodzenia oraz wzrost rodziców.
Zapytaj, której siatki używa lekarz i jak interpretuje przebieg krzywej.