

准则六 定期监测体格指标，追求健康生长

提要



适度、平稳生长是婴幼儿最佳的生长模式。每3个月一次监测并评估7~24月龄婴幼儿的体格生长指标有助于判断其营养状况，并可根据体格生长指标的变化，及时调整营养和喂养。对于营养不足、超重肥胖以及处于急慢性疾病期间的婴幼儿应增加监测次数。

【核心推荐】

- 体重、身长、头围等是反映婴幼儿营养状况的直观指标。
- 每3个月测量一次身长、体重、头围等体格生长指标。
- 平稳生长是婴幼儿最佳的生长模式。
- 鼓励婴幼儿爬行、自由活动。

