

လိပ်နဲ့ကျဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်
ဘါအတၢ်ဂ့ၣ်တၢ်ကျဲၤ



The Border Consortium

2018 Edition

လံာ်နဲာ်ကျဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်နံၢ်န့ၢ်ဘါ တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်တီတဖၣ်

၁. လံာ်နဲာ်ကျဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်နံၢ်န့ၢ်ဘါအပူၤပၣ်ဃုာ်လံာ်နဲာ်ကျဲ
လၢဖိသၣ်အိၣ်န့ၢ်နံၢ်န့ၢ်ဘါတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်နံၢ်န့ၢ်ဘါတသ့တဖၣ်ဒီးတၢ်ဒုးအိၣ်မၤပဲၤထီၣ်က့ၤဖိသၣ်ဆံး
တၢ်အိၣ်

၂. လံာ်ဘျးစဲ

- တၢ်တူၢ်လိာ်ဒီးတၢ်ပျဲစံာ်လီၤအနီၣ်ထီၣ်
- တၢ်တဲဖျါထီၣ်တၢ်ဖဲၤကျိ(တၢ်အိၣ်လီၤတြးသတူၢ်ကလၢဒီးတၢ်ဒိၣ်ပံ (တၢ်အိၣ်လီၤတြးယံာ်ထၢ) အတၢ်ခးပနီၣ်
- တၢ်ဒုးအိၣ်တၢ်အတၢ်ဘျး
- SFP REMix တၢ်ပာ်ဃုာ်အိၣ်အကျိၤအကျဲ
- AsiaREMIX တၢ်တဲဖျါလီၤတံာ်လီၤဆဲး
- တၢ်ဖိအိၣ်တ့ၤအိၣ်တၢ်နဲာ်ကျဲ

၃. လံာ်တိၤယုဒီးတၢ်ဂီၤဘျးစဲတဖၣ်

- WHO Z-score weight-for-height
- WHO Z-score height-for-age
- WHO Z-score BMI-for-age
- BMI chart (လံာ်တိၤယု)
- တၢ်ထီၣ်က့ၤဖိကွၢ်စီၤကွၢ်လံာ်ဘျးစဲဒီးတၢ်ဂီၤ

လံာ်နဲာ်ကျဲလၢတၢ်မၤပဲာ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢအဂီၢ် ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤကသံာ်ကသီအတၢ်အိၣ်လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်

The Border Consortium, 2018

တၢ်ဂ့ၢ်မိၢ်ပုၤအိၣ်ထံးခိၣ်ဘိတဖၣ်

ထံာ်ဘၣ်စံာ် (TBC) ဟ့ၣ်လီၤဝဲ တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်အတၢ်သ့တၢ်ဘၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢတၢ်မၤပဲာ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲတဖၣ် (SFP) အဂီၢ် ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ကရၢမၤသကိးတၢ် အကရၢခဲလၢာ်လၢအမၤတၢ်လၢဒဲကဝီၤတဖၣ်အပူၤ လၢအအိၣ်လၢကီၢ်ကိၣ်တဲာ်ဒီးကီၢ်ပယီၤအကီၢ်ဆၢန့ၣ်လီၤ. တၢ်အၢၣ်လီၤအိၣ်လီၤန့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဆဲးလီၤအိၣ်တနီၣ်တဘျီ နိသိးလၢကမၤ တၢ်မၤအံၤလၢအဖိးသဲစးဝဲဒီးပုၤမၤသကိးတၢ်အကရၢတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ကရူၢ်လၢတၢ်ပညိၣ်ဟံာ်ပနီၣ်အိၣ်တဖၣ်

ထံာ်ဘၣ်စံာ်ဟ့ၣ်ဝဲ SFPအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲသၢကလုာ်.

က.တၢ်နီၤလီၤတၢ်အိၣ်လၢပုၤလၢအအိၣ်လၢတၢ်ကျဲတၢ်ကျဲအဖိလၢာ်ခဲလၢာ်(Blanket feeding)

တၢ်အိၣ်လၢဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်ဒီးသၢတၢ်အိၣ်လီၤထုး (Blanket feeding) ဟ့ၣ်မၤစၢၤဝဲတၢ်မၤပဲာ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢဆူၣ် ပုၤကိးဂၤလၢအအိၣ်လၢတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အကရူၢ်ပူၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤအကရူၢ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ,

- ၁. ပုၤမိၢ်ဒီးပိၢ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိခဲလၢာ်ဒီးပုၤမိၢ်ဒီးပိၢ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထုးတၢ်ဆါဒီးပိၢ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထုးတၢ်ဆါတဖၣ်.

တၢ်တိာ်ဟံာ်တဖၣ်

- က) နိသိးကဒိသၢဝဲတၢ်တအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢနးထီၣ်အတၢ်အိၣ်သးတုၤဒေၣ်လၢာ်လၢတၢ်သံတၢ်ပုၤဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအိၣ်ထီၣ်လၢပုၤမိၢ်ဒီးပိၢ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်လၢအလိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢတဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.
- ခ) ကဒုးအိၣ်ထီၣ်ကဒါက့ၤတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢအတၢ်အိၣ်သးအပတီၢ်ဆူၣ်ပုၤလၢအလီၤထုးလၢတၢ်အိၣ်ဖဲအကြးတဖၣ်လၢအအိၣ်လၢပုၤဂံၢ်စၢ်ကရူၢ်အပူၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဂ) ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘၢပုၤမိၢ်ဒီးပိၢ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်လၢကကွၢ်ထွဲအဖိလၢဟၢဖၢပူၤတ

ချူးလၢအိၣ်ဖျါဒီးဘၣ်ဒီးလဲၤအးအဟၢဖၢန့ၣ်ထီၣ်ဒီးမၤန့ၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ လၢခိၣ်ဃၢၤဝဲတရံးအတၢ်အိၣ်သးတဖၣ် ဒီးတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

- ၂. ဖိသၣ်အိၣ်ဖိလၢ-၂၄လၢကိးဂၤဒဲးန့ၣ်ထီၣ်ဝဲတၢ်လူၤကွၢ်သမံသမိးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒီး တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲတဖၣ် (GM&P) /ဖိသၣ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့,ခါဆူၣ်တၢ်ဒိၣ်ထီၣ်လၢအဂ့ၢ်ဝဲ(IYCF)အတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်.

တၢ်တိာ်ဟံာ်တဖၣ်

- က) ကမၤဂ့ၢ်ထီၣ်ဖိသၣ်ဖိလၢ-၂၄လၢအတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢအအိၣ်လၢပုၤဂံၢ်စၢ်ကရူၢ်အပူၤ.
- ခ) ကဒိသၢတၢ်အိၣ်လီၤထုးသတူၢ်ကလၢဒီးတၢ်ဒိၣ်ဃံခိဖျါလၢတၢ်အိၣ်လီၤထုးယံာ်ထာဝဲလၢအဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒီးတၢ်သံတၢ်ပုၤတဖၣ်.
- ဂ) ကမၤအါထီၣ် တၢ်န့ၢ်လီၤပၣ်ဃုာ်လၢတၢ်လူၤကွၢ်သမံသမိးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤ(GM&P) တၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.

ခ. တၢ်အိၣ်လၢပုၤလၢတၢ်ပညိၣ်ဟံာ်ပနီၣ်အိၣ်အဂီၢ် (Targeted Feeding)

တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢ တၢ်ပညိၣ်ဟံာ်ပနီၣ်အိၣ်မ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်ဂံၢ်ဘၢဆူၣ်ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်စၢ်ဘၢစၢ်တကၤဘၣ်တကၤလၢကအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘၢအဂီၢ်နိသိးကဒိသၢ ဒီးကူၤစါယါဘျါတၢ်အိၣ်လီၤထုးန့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢအပၣ်ဃုာ်လၢကရူၢ်တဖၣ်အံၤအပူၤမ့ၢ်ဝဲ,

- ၁. ဖိသၣ် ဖိလၢတုၤအနံာ်၁၀လၢ တဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အိၣ် လၢလၢပုၤပုၤ. ဖိသၣ်ဖိလၢတုၤ၁၀နံာ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထုးဖဲကြးတဖၣ်.
- ၂. ပုၤဆူးပုၤဆါလၢအဆိးကုၤယံာ်ထာဝဲဒီးအတၢ်အိၣ်သး အိၣ်ဖျါလီၤတၢ်လီၤဆဲးတဖၣ် (ကွၢ်လံာ်နဲာ်ကျဲလီၤတၢ်လီၤဆဲး).
- ၃. ဖိသၣ် မ့တမ့ၢ် ပုၤနီၢ်ဒိၣ်လၢအက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤလၢအဟံးန့ၢ်အိၣ်အတၢ်အိၣ်ထီၣ်တၢ်သ့ဘၣ်သ့တဖၣ်.

- ၃. SFP-REMIX(AsiaREMIX + တာ်ဖိတာ်လံၤလၢ တာ်ဃါဃုာ်အီၤတဖၣ်(တာ်ဒီးတာ်လၢာ်အသိဒီး တာ်န့ၢ်ထံကမူၣ်)
- ၄. ပထိးရံ/ဝဲရံအကလုာ်ကလုာ်တဖၣ်
- ၅. ထီနီၣ်အသိအီၣ်
- ၆. ဖိသၣ်ဆံးတာ်န့ၢ်ထံကမူၣ်(တာ်ကဘၣ်စူးကါ အီၤ)
- ၇. ထံၣ်ဘံၣ်စံၣ်နီၤလီၤတာ်အီၣ်အတာ်ဖိတာ်လံၤတဖၣ်(ပုၤဆါဒီးပုၤဟဲအိၣ်ခိးပုၤဆါတဖၣ်လၢအိၣ် လၢတာ်ကွၢ်တာ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အလီၢ်လၢကြး ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲတဖၣ်)တာ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤအနီၣ်ဂံၢ်အ အါအစ့ၤန့ၣ်ညီန့ၢ်ဒီးသန့ၤထီၣ်အသးလၢအသး နံၣ်ကရူၢ်အဖိခိၣ်.
- ၈. တာ်ဒုးန့ၣ်တာ်မၤတာ်အီၣ်သီသံၣ်ဘဲလၢ SPF-REMIX / BabyMIXအဂီၢ်.



တၢ်မၤပျဲတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢအတၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်

က. တၢ်မၤပျဲတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢလၢမၤစၢၤဒိသဒၢတၢ်အိၣ်လီၤထူး (Blanket supplementary feeding)
 တၢ်မၤပျဲတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢမၤစၢၤဒိသဒၢတၢ်အိၣ်လီၤထူးန့ၣ်မၤပျဲတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢဆူပုၤလၢအအိၣ်လၢတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အကရူၤပူၤ,လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ဆိကမိၣ်ထံဆးတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢအတၢ်အိၣ်သးပတီၢ်ကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်.

ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်(ပုၤမိၢ်ဒၢ)

ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဖၣ် (Healthy pregnant women)
 ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးလၢအိၣ်ဒီးအတယၢ်ဃၢလၢအဘၣ်ဝဲဒ်ညီၣ်န့ၣ်အသိးတချုးလၢအဒၢထီၣ်ဒဲးဘၣ်န့ၣ်ကလိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်ဝဲ ၃၀၀ကံလိခဲလရံၣ်(kcals)လၢတနံၤအဂီၢ်ဒိသိးကဘၣ်လိၣ်အသးဒီးအတၢ်လိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်လိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်အိၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢလီၤဆီဒဲးတၢ်ဒ်အမ့ၢ် အါယၢ်(iron), ဖိလုး (folate) ဒီး အဲၣ်အိၣ်ဒဲးနီ (iodine)တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

- ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢအါန့ၣ် ၃၀၀ ကံလိခဲလရံၣ်(kcals)လၢတနံၤအဂီၢ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ပာ်ဃုာ်ဝဲဒီး
 - AsiaREMix – ၁.၅ ကံလိကြၢၤမံ
 - ပထိးချံအကလုာ်တဖၣ် (pulses) – ၀.၅ ကံလိကြၢၤမံ
 - တၢ်ဒီးတၢ်လၢအသိအိၣ် – ၀.၅ လံးထၢၣ်
- တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢဆူပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်တၢ်ကဘၣ်နီၤလီၤန့ၣ်အိၣ်လၢကက့ၤစိၣ်အိၣ်လၢအဟံၣ် 1 x/တလါအဂီၢ်.
- ဒၢအခါအကံလိကဘၣ်အါထီၣ်ဝဲဒ်တၢ်ဟံၣ်ဖျါလၢတၢ်ဖိလၢအသိး.
 - ဒၢအခါထံးသၢလါအကတီၢ်(1st trimester): ၁–၂ ကံလိကြၢၤမံ(မိၢ်ပုၤအတယၢ် 1 x လါ)
 - ဒၢခံတီၢ်တပတီၢ်သၢလါအကတီၢ် (2nd trimester): 1/2 ကံလိကြၢၤမံ/န့ၣ်(မိၢ်ပုၤတယၢ်ခဲန့ၣ်တဘျီ)
 - ဒၢသၢတီၢ်တပတီၢ်သၢလါအကတီၢ် (3rd trimester): ၂–၃ ကံလိကြၢၤမံ(မိၢ်ပုၤတယၢ်တန့ၣ်တဘျီ)
- တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢအတၢ်က့ၣ်ဘၣ်က့ၣ်သ့ဒီးတၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးတၢ်စူးကါတၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအိၣ်တဖၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဆူၤလီၤအိၣ်ဖဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်ကိးဘျီဒဲးအခါ.

တၢ်တူၢ်လိၣ်ဒီးတၢ်ပျဲစံၣ်လီၤတၢ်အနီၣ်ထီၣ်တဖၣ်

တၢ်တူၢ်လိၣ်	တၢ်ပျဲစံၣ်လီၤ	တၢ်ကူၤစါယါဘျီအကျဲ/တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်
တၢ်သ့ၣ်ညါ ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီး အဟူးအသး တၢ်ဆါ	ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်ဆံးစါဖိ န့ၣ်ကွၢ် SFP အတၢ်ကွဲးပာ် ဖျါလၢပိၣ်မုၢ် ဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိ အဂီၢ်.	ထီၣ်တၢ်ထံၣ်စုဒုၣ်တီၤဘၢၣ်စၢၤအတၢ်အိၣ်သး (MUAC) မ့တမ့ၢ် BMI (Body Mass Index)ဖဲလၢအဒၢထီၣ်သၢလါတဘျီအကတီၢ်စးထီၣ်ဝဲတဘျီစုာ်စုာ်. မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးန့ၣ်, ဆဲးလီၤန့ၣ်အမံၤလၢ တၢ်မၤပျဲတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ(SFP)ပူၤလၢပုၤမိၢ်ဒၢလၢအတၢ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်အကျါတက့ၢ်. ဟ့ၣ်လီၤပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်လၢတၢ်မၤပျဲတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP) အတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢတၢ်သိၣ်တၢ်သီအကျဲန့ၣ်တက့ၢ်. မ့ၢ်အိၣ်ပာ်လံးဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်အိၣ်သးန့ၣ်, ဟ့ၣ်လီၤထဲSFPလၢပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်အဂီၢ် (တဘၣ်မၤSFPခဲဘျီဘၣ်).

တၢ်ကူစါယါဘျါတၢ်လၢတၢ်ဟံပနီၣ်အီၤအတီၤပတီၢ် (STANDARD TREATMENT)

- ၁. ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဆဲးလီၤမံၤလၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အီၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP) အပူၤန့ၣ်, ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးကိးဂၤဒဲးကဘၣ်မၤဝဲ MUAC အတၢ်မၤကွၢ်တၢ်လၢတၢ်ကဆၢတံၢ်မၤလီၤတံၢ်ဝဲလၢမုၢ်ပုၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤအိၣ်ဒီးတၢ်အီၣ်လီၤထူးဒါန့ၣ်လီၤ.
- ၂. ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးလၢအအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဖၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ထီၣ်ကွၢ်အီၤဒီး MUAC ဝဲလၢတၢ်ဒါထီၣ်သၢလါတဘျီအကတီၢ်စးထီၣ်တဘျီဘၣ်တဘျီစုၣ်စုၣ်ဒီးဘၣ်စီၤကွၢ်အမိၢ်ပုၢ်တယၢ်ဃာထီၣ်ဘိန့ၣ်လီၤ.
- ၃. တၢ်မုၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်မုၢ်ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အီၣ်လီၤထူး မ့တမ့ၢ် တၢ်အီၣ်လီၤထူးအိၣ်ထီၣ်ဝဲလၢအဒါထီၣ်ဝဲအခါန့ၣ်, အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ဆဲးလီၤအမံၤလၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အီၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP)အပူၤလၢပုၤမိၢ်ဒါတၢ်အီၣ်လီၤထူးတဖၣ်အဂီၢ် ဒီးဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်မၤပုၤတၢ်အီၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP)လၢပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးအတၢ်အီၣ်လီၤထူးတဖၣ်ဝဲလၢအဒါဝဲအဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ၄. ဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဖျါအဖိဝံၤန့ၣ်အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ထီၣ်ဝဲ MUAC အတၢ်မၤကွၢ်တၢ်ဒ်သိးကမၤလီၤတံၢ်ဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဝဲ မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်အီၣ်လီၤထူး, ဒီးဆဲးလီၤအမံၤလၢ တၢ်မၤပုၤတၢ်အီၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP)လၢပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်.
- ၅. ပိၣ်မုၢ်လၢအိၣ်ဒီးအဟူးအသးခဲလၢကဘၣ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဘၣ်တၢ်မံၣ်အါကလုာ် (multi-vitamin)ဒီးန့ၣ်ဘၣ်အါထီၣ်မံၣ်န့ၣ်ရၢၣ်လံတဖၣ် (Mineral supplements)န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢဆၢကတီၢ်ခဲအံၤတဖၣ်မုၢ်ဝဲဒ်အိၣ်ဖျါလၢအဖိလၢအသိးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤအကျိၤအကျဲဘၣ်ဃးတၢ်မၤပုၤတၢ်အီၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါလၢအဆဲးအစ့ၤ(Micronutrients)အကလုာ်ကလုာ်လၢပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်အဂီၢ်.

တၢ်အီၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါလၢအဆဲးအစ့ၤတဖၣ်	ပိၣ်မုၢ်လၢအိၣ်ဒီးအဟူးအသး
Vitamin A µg*	800.0
Vitamin D µg	5.0
Vitamin E µg	15.0
Vitamin C µg	55.0
Thiamine(vitamin B1)mg	1.40 (100 mg vitB1 ကိးနံၤဒဲး- BBG, SMRU အလံာ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်)
Riboflavin (vitaminB2) mg	1.40
Niacin (vitamin B3)mg	18.0
Vitamin B6 mg	1.90
Vitamin B12µg	2.60
Folic Acid µg	600.0 (5 mg folic acid တနွံဘၣ်တနွံ -SMRU)
Iron mg	27.0
Zinc mg	10.0
Copper mg	1.15
Selenium µg	30.0
Iodine µg	250.0

25,000 IU vitamin A- တနွံတဘျီ (IVACG) မ့တမ့ၢ်vitamin A ပုၣ်ဃုာ်ဒီး Multivitamin – အအါကတၢ်10,000 IU လၢတနံၤဘၣ်တနံၤ.

ပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်

ပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိလၢအိတ်နီဖိတဖတ်အိတ်ချ့တဖတ်

ပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်လိတ်ဘၣ်အိတ်ထီၣ်ဝဲ ၅၀၀ကံလိခဲလရံၣ်(kcals)လၢတနံၤအတီၢ်ပူၤဖိသိးကဘၣ်လိတ်သးဒီး အတၢ်လိတ်ဘၣ်အိတ်ထီၣ်ဝဲအဂီၢ်အသိးန့ၣ်လီၤ. ပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်လိတ်ဘၣ်အိတ်ထီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်အိတ်အိတ်နီဖိတဖတ် နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢလီၤဆိဖတ်တၢ်အိတ်အိတ်နီဖိတဖတ်(iron) ဒီး Vitamin A တဖတ်န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢန့ၣ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤတၢ်ဘူးထီၣ်လၢ ၆၀၀ ကံလိခဲလရံၣ်(kcals)လၢတနံၤအတီၢ်ပူၤဒီး တၢ်သ့ၣ်တဖတ်န့ၣ်ဟ့ၣ်ပုၤဝဲဒီး
 - AsiaREMix - ၂ ကံလိကြၢၤမံ
 - ပထိးချံအကလုာ်တဖတ် (pulses) - ၁ ကံလိကြၢၤမံ
 - တၢ်ဒီးတၢ်လၢအသိအိတ် - ၁ လံးထၢၣ်
- တၢ်ဟ့ၣ်ဝဲတၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢဆူပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်န့ၣ်တုၤလၢဖိသ့ၣ်ပုၤထီၣ်သ့ၣ်လၢန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢဆူပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်အဂီၢ်န့ၣ်တၢ်ကဘၣ်နီၣ်လီၤန့ၣ်အိၤလၢကက့ၤစိၣ်အိတ်လၢအ ဟံၣ် 1 xတလၢအဂီၢ်.
- တၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ဒူးသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးတၢ်စူးကိတၢ်အိတ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအိၤ တဖတ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဆူလီၤအိၤဖဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်နီၣ်လီၤတၢ်ကိးဘျီဒီးအခါ, ဃုာ်ဒီးတၢ်မၤတၢ်ဒူးန့ၣ်ဟ့ၣ်ပုၤတၢ် ဖိအိတ်တၢ်အကျဲတဖတ်.

တၢ်တူၢ်လိတ်ဒီးတၢ်ပျဲစံၣ်လီၤတၢ်အနီၣ်ထီၣ်တဖတ်

တၢ်တူၢ်လိတ်	တၢ်ပျဲစံၣ်လီၤ	တၢ်ကူၤစါယါဘျီအကျဲ/တၢ်ဟ့ၣ်ပုၤထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်
တၢ်အိတ်ဖျဲၣ်ဖိ ဝံၤလီၢ်ခံ	အိတ်ဖျဲၣ်ဝံၤ အလီၢ်ခံဃု လါ	<p>ဟ့ၣ်ပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်လၢ တၢ်မၤပုၤတၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP)အတၢ်အိတ်.</p> <p>ထီၣ်တၢ်ထံၣ်စုၤဒုၣ်တီၤဘၢၣ်စၢၤအတၢ်အိတ်သး (MUAC) မ့တမ့ၢ် BMI (Body Mass Index)ဖဲလၢအအိတ်ဖျဲၣ်၃လါဒီးဖဲလါ. မ့ၢ်အိတ်ဒီးတၢ်အိတ်လီၤထူးန့ၣ်, ဆဲးလီၤန့ၣ်အမံၤလၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ(SFP)လၢ ပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိအတၢ်အိတ်လီၤထူးတဖတ်အဂီၢ်.</p> <p>ဟ့ၣ်လီၤပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်ဒီးအဟူးအသးတဖတ်လၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢတၢ်ရဲၣ် တၢ်ကျဲၤ (SFP) အတၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢတၢ်သိၣ်တၢ်သီအကျဲန့ၣ်တက့ၢ်.</p> <p>မ့ၢ်အိတ်ဟံၣ်လံးဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်အိတ်သးန့ၣ်, ဟ့ၣ်လီၤထဲ SFP လၢပိတ်မုတ် ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်အဂီၢ် (တဘၣ်မၤSFPခံဘျီဘၣ်).</p>

တၢ်ကူၤစါယါဘျီတၢ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်ပုၤထီၣ်အိတ်အတီၢ်ပတီၢ် (STANDARD TREATMENT)

၁. ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဆဲးလီၤမံၤလၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အိတ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP)အပူၤန့ၣ်, ပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိ ကိးဂၤဒဲးကဘၣ်မၤဝဲ MUAC အတၢ်မၤကွၢ်တၢ်လၢတၢ်ကဆၢတဲာ်မၤလီၤတံာ်ဝဲလၢမ့ၢ်ပုၤသ့ၣ်တဖတ်အိတ်အိတ်နီဖိ တၢ်အိတ်လီၤထူးခါန့ၣ်လီၤ.
၂. အဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်အိတ်ဒီးတၢ်အိတ်လီၤထူးန့ၣ်ထီၣ်ကွၢ် MUAC ဖဲ 1xအလါလၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတၢ်အကတီၢ်အဂီၢ်.
၃. အဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်တၢ်အိတ်ဒီးတၢ်အိတ်လီၤထူးဘၣ်န့ၣ်, အဝဲသ့ၣ်ကိးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်နီၣ်လီၤတၢ်အိတ်လၢတၢ်က့ၤစိၣ်ဆူ ဟံၣ်လၢပိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိလၢအိတ်ဆူအိတ်ချ့တဖတ်အဂီၢ်ဒီးကဘၣ်ထီၣ်ကွၢ်ဝဲ MUAC အတၢ်မၤကွၢ် ၃ လါဒီးဖဲလါဖဲလၢဒူးအိတ်နီဖိအဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.

၄. ဖိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိခဲလတ်ကဘတ်ဖီးနီဘတ်ဘံတတ်မံတတ်အါကလတ်(multi-vitamin)ဖီးနီဘတ်အါထီတတ် မံနာရုတ်လတ်တဖတ်(mineral supplements)နီလီ. တတ်ဟုတ်ကူတတ်ဟုတ်ဖးလါဆါကတီခဲအဲတဖတ် မုတ်ဝဲအဲအိတ်ဖျါလါအဖိလတ်အသိးနီလီ.

တတ်မါအကျါအကျဲဘတ်ဃးတတ်မါပုတတ်အိတ်နီဂံနီဘါလါအဆဲးအစ့(Micronutrients)အကလတ်ကလတ်လါ ဖိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်အဂီ.

တတ်အိတ်နီဂံနီဘါလါအဆဲးအစ့တဖတ်	ဖိတ်မုတ်ဖူးအိတ်နီဖိတဖတ်
Vitamin A µg*	800.0
Vitamin D µg	5.00
Vitamin E µg	15.0
Vitamin C µg	55.0
Thiamine(vitamin B1)mg	1.40 (100 mg vitB1 ကိးနီဖဲး - BBG, SMRU အလိတ်နီကျဲတဖတ်)
Riboflavin (vitaminB2) mg	1.40
Niacin (vitamin B3)mg	18.0
Vitamin B6 mg	1.90
Vitamin B12µg	2.60
Folic Acid µg	600.0(5 mg folic acid တနီဘတ်တနီ -SMRU – ဇီလါတတ်ဖိလတ်အသိး)
Iron mg	27.00 (200 mg FS + 5 mg B6 – ကိးနီဖဲး မုတမုတ်ကိးနီဖဲးလါအိတ်ဖျဲတတ်သါလါဝဲလီခဲအဂီ (MSF)
Zinc mg	10.0
Copper mg	1.15
Selenium µg	30.0
Iodine µg	250.0

***Vitamin A – 400,000 IU – ဟုတ် 200,000 IUကသံတတ်အိတ်ဖဲလါဆဲးစါဖိ (D1 and D2) မုတမုတ် ဟုတ်အါကသံတတ်အိတ်ခဲဘျီလါဃိးနီအတီပု (BBG, WHO, MSF, IVACG)**

ဖိသတ်လါအိတ် (၆) လါ တု (၂၄) လါတဖတ်

ဖိသတ်လါအိတ် ၆ လါတု၂၄လါတဖတ်အိတ်ဝဲဖီးတတ်အိတ်လီထူးသတုကလတ်အနီဂံအါကတတ်ဖီးစးထီတတ်ကဲဝဲ တတ်ဖိတ်ဃဲလါဆါကတီအဲနီဖဲအမုတ်တတ်အစါတခါလါစးထီတတ်ဖူးသုညါတတ်အိတ်လါအနီဂံနီဘါတဖတ်တအိတ်ဝဲ ဖီးတတ်နီဂံနီဘါအါအါဘတ်အဃိနီလီ. တတ်ခွဲတတ်ယတ်အကျဲအိတ်ဝဲလါကဒီသတတ်ဖိတ်ဃဲအဂီနီကမုတ်ဝဲတတ် အိတ်(၆)လါတု(၂၄)လါအကတီအခါနီလီ.

တတ်အိတ်နီဂံနီဘါလါမါစါဖိသတတ် (blanket feeding) နီဘတ်တတ်ဟုတ်လါဆူဖိသတ်ကိးဂါဖဲးလါအဖဲထီတတ် ဝဲတတ်လုကွတ်ထွဲတတ်ဖိတ်ထီထီထီဖီးတတ်မါစါမါဂုထီတတ် (GM&P)/ဖိသတ်ဆဲးလါအိတ်ဆူအိတ်ချ (Healthy Babies), ခါဆူညါတတ်ဖိတ်ထီထီလါအဂု(IYCF) အတတ်ဖဲးတတ်မါတဖတ်အဂီ, ဇီသိး လါကတြီဆါတတ်အိတ်လါထူး သတုကလတ်ဖီးတတ်ဖိတ်ဃဲလါတတ်အိတ်လီထူးယံထါတဖတ်လါကကဲထီတတ်ဆူးတတ်ဆါဖီးတတ်သံတတ်ပုတဖတ်, ဖီး မုတ်လါကမါအါထီတတ်နီလီပတ်ဃုတ်လါတတ်လုကွတ်ထွဲတတ်ဖိတ်ထီထီထီဖီးတတ်မါစါမါဂုထီတတ်(GM&P) အတတ်ဖဲးတတ်မါတဖတ်နီလီ.

- တာ်ဒီးတာ်လၢ်အသိအိၣ် - ၁ လံးထၢ်
- တာ်ဟ့ၣ်ဝဲတာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါဆူပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးလၢအိၣ်ဒီးတာ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်အဂီၢ်န့ၢ်တာ်ကဘၣ်နီၤလီၤန့ၢ်အီၤလၢကက့ၢ်စိၣ်အိၣ်လၢအဟံၣ်, 1 xတနွံအဂီၢ်လၢကဘၣ်လိာ်အသးဒီးမိၢ်ပှၢ်တယၢ်ဃၢအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.
- တာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတာ်က့ၢ်ဘၣ်က့ၢ်သ့ဒီးတာ်ဒူးသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးတာ်စူးကါတာ်အိၣ်လၢတာ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤတဖၣ်န့ၢ်ကဘၣ်တာ်ဆူလီၤအီၤဖဲလၢတာ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတာ်ကိးဘျီဒီးအခါ,ဃုာ်ဒီးတာ်မၤတာ်ဒူးန့ၢ်ဟ်ဖျါတာ်ဖီအိၣ်တာ်အကျဲတဖၣ်.

တာ်တူၢ်လိာ်ဒီးတာ်ပျဲစံၣ်လီၤတာ်အနီၣ်ထီၣ်တဖၣ်

တာ်တူၢ်လိာ်	တာ်ပျဲစံၣ်လီၤ	တာ်ကူစါယါဘျါအကျဲ/တာ်ဟ်ဖျါထီၣ်တာ်ထံၣ်တာ်ဆိကမိၣ်
MUAC<23 cm မ့တမ့ၢ် BMI<18.5 လၢတာ်သ့ၣ်ညါအိၣ်ဒီးဟူးသးတာ်ဆါမ့တမ့ၢ်တာ်အိၣ်ဒီးဟူးသးအဆၢကတီၢ်	တာ်အိၣ်ဖျါလီၤဖိဝံၤ. က့ၢ်က့ၢ် SFPအတာ်ကွဲးလၢပိၣ်မုၢ်ဒူးအိၣ်န့ၢ်ဖိအဂီၢ်.	ဟ့ၣ်မၤစၢၤပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးလၢအိၣ်ဒီးတာ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်လၢ SFPအတာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါဖဲလၢအိၣ်ဒီးအဟူးအသးအဆၢကတီၢ်. မ့ၢ်အိၣ်ဟ်လံးဒီးတာ်ဆူးတာ်ဆါအတာ်အိၣ်သးန့ၢ်, ဟ့ၣ်လီၤထဲဒၣ် SFPလၢပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသးတဖၣ်အဂီၢ် (တဘၣ်မၤSFPခံဘျီဘၣ်).

တာ်ကူစါယါဘျါတာ်လၢတာ်ဟ်ပနီၣ်အီၤအတီၤပတီၢ် (STANDARD TREATMENT)

၁. ဘၣ်ဃးဒီးတာ်ဆဲးလီၤမံၤလၢတာ်မၤပဲၤတာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါတာ်ရဲၣ်တာ်ကျဲၤ (SFP)အပူၤန့ၢ်,ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသးကိးဂၤဒဲးကဘၣ်မၤဝဲMUACအတာ်မၤကွဲးတာ်လၢတာ်ကဆၢတဲာ်မၤလီၤတံာ်ဝဲလၢမ့ၢ်ပှၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤအိၣ်ဒီးတာ်အိၣ်လီၤထူးခါန့ၢ်လီၤ.
၂. ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးလၢအအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဖၣ်န့ၢ်ကဘၣ်တာ်ထီၣ်ကွဲးအီၤဒီး MUAC ဖဲလၢတာ်ဒါထီၣ်သၢလါတဘျီအကတီၢ်စးထီၣ်တဘျီဘၣ်တဘျီစုာ်စုာ်ဒီးဘၣ်စီၤကွဲးအမိၢ်ပှၢ်တယၢ်ဃၢထီၣ်ဘိန့ၢ်လီၤ.
၃. တာ်မ့ၢ်ဟ်ဖျါထီၣ်ဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်ပှၢ်လၢအိၣ်ဒီးတာ်အိၣ်လီၤထူး မ့တမ့ၢ် တာ်အိၣ်လီၤထူးအိၣ်ထီၣ်ဝဲဖဲလၢအဖၢထီၣ်ဝဲအခါန့ၢ်, အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ဆဲးလီၤအမံၤလၢတာ်မၤပဲၤတာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတာ်ရဲၣ်တာ်ကျဲၤ (SFP)အပူၤလၢပှၢ်မိၢ်ဒါတာ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်အဂီၢ် ဒီးဒီးန့ၢ်ဘၣ်တာ်မၤပဲၤတာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတာ်ရဲၣ်တာ်ကျဲၤ(SFP)လၢပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးအတာ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်ဖဲလၢအဖၢဝဲအဆၢကတီၢ်န့ၢ်လီၤ.
၄. ဖဲလၢအဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဖျါအဖိဝံၤန့ၢ်အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ထီၣ်ဝဲMUACအတာ်မၤကွဲးတာ်ဒဲးသိးကမၤလီၤတံာ်ဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဝဲ မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတာ်အိၣ်လီၤထူး, ဒီးဆဲးလီၤအမံၤလၢ တာ်မၤပဲၤတာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတာ်ရဲၣ်တာ်ကျဲၤ(SFP)လၢပိၣ်မုၢ်ဒူးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်.
၅. ပိၣ်မုၢ်လၢအိၣ်ဒီးအဟူးအသးခဲလၢာ်ကဘၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဘၣ်တံၣ်မံၣ်အါကလုာ် (multi-vitamin)ဒီးန့ၢ်ဘၣ်အါထီၣ်မံၣ်န့ၢ်ရၢၣ်လံတဖၣ် (Mineral supplements)န့ၢ်လီၤ. တာ်ဟ့ၣ်က့ၢ်ဟ့ၣ်ဖးလၢဆၢကတီၢ်ခဲအံၤတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲဒ်အအိၣ်ဖျါလၢအဖိလၢာ်အသိးန့ၢ်လီၤ.

တာ်မၤအကျိၤအကျဲဘၣ်ဃးတာ်မၤပဲၤတာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢအဆံးအစ့ၤ(Micronutrients)အကလုာ်ကလုာ်လၢပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်အဂီၢ်.

တာ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢအဆံးအစ့ၤတဖၣ်	ပိၣ်မုၢ်လၢအိၣ်ဒီးအဟူးအသး
Vitamin A µg*	800.0
Vitamin D µg	5.00
Vitamin E µg	15.0
Vitamin C µg	55.0
Thiamine(vitamin B1)mg	1.40 (100 mg vit B1 ကိးနံၤဒဲး - BBG, SMRU အလံာ်န့ၢ်ကျဲတဖၣ်)
Riboflavin (vitaminB2) mg	

Niacin (vitamin B3)mg	1.40
Vitamin B6 mg	18.0
Vitamin B12µg	1.90
Folic Acid µg	2.60
	600.0 (5 mg folic acid တန့်ဘဉ်တန့် -SMRU)
Iron mg	27.0
Zinc mg	10.0
Copper mg	1.15
Selenium µg	30.0
Iodine µg	250.0

25,000 IU vitamin A- တန့်ဘဉ်တန့် (IVACG) မ့တမ့၍ vitamin A လာအပဉ်ဃုာ်ဝဲလာ multivitamin – အအါကတၢာ် 10,000 IU တန့်ဘဉ်တန့်အဂီၢ်.

ပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိလာအိာ်ဖိးတၢ်အိာ်လီၤထုးတၢ်ဆါတဖၣ်

ပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိလာအိာ်ဖိးတၢ်အိာ်လီၤထုးတၢ်ဆါတဖၣ်န့ၣ် လိာ်ဘဉ်အါထီၣ်ဝဲအါန့ၢ်ပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိလာအိာ်ဆူာ်အိာ်ချ့တဖၣ် ၅၀၀ကံလိခဲလရံၣ် (kcal) လာတန့်ဘဉ်တန့်အဂီၢ်ဖိသိးလာအလိာ်ဘဉ်ဝဲအသိး. ပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိလာအိာ်ဖိးတၢ်အိာ်လီၤထုးတဖၣ်န့ၣ် လိာ်ဘဉ်အါထီၣ်စ့ၢ်ကိးဝဲတၢ်အိာ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလာအဆံးအစ့ၤ လီၤဆီဖၣ်တၢ်လာအမ့ၢ်ဝဲ iron နီး Vitamin A န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်အိာ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါန့ၣ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤတၢ်ဘူးထီၣ်လၢ ၆၀၀ ကံလိခဲလရံၣ်(kcal)လာတန့်ဘဉ်အတီၢ်ပူၤဒီး တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ဟံးဃုာ်ဝဲဒီး
 - AsiaREMix – ၂ ကံလိကြၢၤမံ
 - ပထိးချံအကလုာ်တဖၣ် (pulses) – ၁ ကံလိကြၢၤမံ
 - တၢ်ဒီးတၢ်လၢာ်အသိအိာ် – ၁ လံးထၢာ်
- ပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိလာဘဉ်တၢ်ဟံးဖျါထီၣ်အီၤလာအိာ်ဖိးတၢ်အိာ်လီၤထုးတဖၣ် (MUAC < 23 cm or BMI < 18.5) န့ၣ်ဒီးန့ၢ်ဘဉ်တၢ်နီၤလီၤ SFP လာပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိအိာ်ဖိးတၢ်အိာ်လီၤထုးတၢ်ဆါတဖၣ်အဂီၢ် တုၤလာဖိသၣ်ဆံးအိာ်ဃုာ်လါန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ဟ့ၣ်ဝဲတၢ်အိာ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါဆူပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိအိာ်ဖိးတၢ်အိာ်လီၤထုးတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်တၢ်ကဘဉ်နီၤလီၤ န့ၢ်အီၤလာကက့ၤစိာ်အိာ်လါအဟံၣ်, 1 x/တလါအဂီၢ်.
- တၢ်အိာ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတၢ်ကူာ်ဘဉ်ကူာ်သ့ဒီးတၢ်ဖးသ့ၣ်ညါဘဉ်ဃးတၢ်စူးကါတၢ်အိာ်လါတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤ တဖၣ်န့ၣ်ကဘဉ်တၢ်ဆူၤလီၤအီၤဖဲလာတၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်ကိးဘျီဖဲအခါ, ဃုာ်ဒီးတၢ်မၤတၢ်ဖးန့ၣ်ဟံးဖျါတၢ်ဖိအိာ်တၢ်အကျဲတဖၣ်.

တၢ်တူၢ်လိာ်ဒီးတၢ်ပျဲစံၣ်လီၤတၢ်အနီၣ်ထီၣ်တဖၣ်

တၢ်တူၢ်လိာ်	တၢ်ပျဲစံၣ်လီၤ	တၢ်ကူၤစါယါဘျီအကျဲ/တၢ်ဟံးဖျါထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိာ်
MUAC < 23 cm မ့တမ့ၢ် BMI < 18.5 လာတၢ်ဆဲးလီၤမံၤလၢ SFP အပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဖးအိာ်န့ၢ် အနီၣ်ထံးဃုာ်လါအဆၢကတီၢ်	အိာ်ဖျဲၣ်ဖိဝံၤအလီၢ်ခံဃုာ်လါ	ဟ့ၣ်မၤစၢၤပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိလာအိာ်ဖိးတၢ်အိာ်လီၤထုးတဖၣ်လၢ SFP အတၢ်အိာ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါ. မ့ၢ်အိာ်ဟံးလံးဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်အိာ်သးန့ၣ်, ဟ့ၣ်လီၤထဲဖၣ် SFP လာပိာ်မုာ်ဖးအိာ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ် (တဘဉ်မၤ SFP ခံဘျီဘဉ်). ဖိသၣ်ဆံးတဂၤအသန့ၣ်မ့ၢ်အိာ်စ့ၢ်န့ၢ်ဃုာ်လါဒီးအကံလိတအါထီၣ်ဝဲဘဉ်န့ၣ်, မၤလီၤတၢ်လာမိာ်တဂၤန့ၣ်တၢ်ကဘဉ်မၤက့ၤစိာ်လၢတၢ်အိာ်လီၤထုးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကူၤစါၤသါၤဘျါတၢ်လၢတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်အီၤအတီၤပတီၢ် (STANDARD TREATMENT)

- ၁. ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဆဲးလီၤမံၤလၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အိၣ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (SFP)အပူၤန့ၣ်,ပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်နီၣ်ဖိ ကိးဂၤဒဲးကဘၣ်မၤဝဲMUACအတၢ်မၤကွၢ်တၢ်လၢတၢ်ကဆၢတၢ်မၤလီၤတၢ်ဝဲလၢမ့ၢ်ပုၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤအိၣ်ဒီး တၢ်အိၣ်လီၤထူးဒါန့ၣ်လီၤ.
- ၂. တၢ်မ့ၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးန့ၣ်, အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်ဟံးန့ၢ်မၤဝဲ MUAC အတၢ် မၤကွၢ်တၢ်လၢ 1 x/တလါ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအကတီၢ်.
- ၅. ပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်နီၣ်ဖိခဲလၢကဘၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဘၣ်တၢ်မံၣ်အါကလုာ် (multi-vitamin)ဒီးန့ၢ်ဘၣ်အါထီၣ်မံၣ်န့ၢ် ရၢၣ်လံၤတဖၣ် (Mineral supplements)န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢဆၢကတီၢ်ခဲအံၤတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲဒ် အအိၣ်ဖျါလၢအဖိလၢအသိးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤအကျိၤအကျဲဘၣ်ဃးတၢ်မၤပုၤတၢ်အိၣ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါလၢအဆဲးအစ့ၤ(Micronutrients)အကလုာ်ကလုာ်လၢ ပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်နီၣ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်.

တၢ်အိၣ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါလၢအဆဲးအစ့ၤတဖၣ်	ပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်နီၣ်ဖိတဖၣ်
Vitamin A µg*	800.0
Vitamin D µg	5.00
Vitamin E µg	15.0
Vitamin C µg	55.0
Thiamine(vitamin B1)mg	1.40 (100 mg vitB1 ကိးနံၤဒဲး - BBG, SMRU အလံာ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်)
Riboflavin (vitaminB2) mg	1.40
Niacin (vitamin B3)mg	18.0
Vitamin B6 mg	1.90
Vitamin B12µg	2.60
Folic Acid µg	600.0(5 mg folic acid တနွံဘၣ်တနွံ -SMRU - ဒ်လၢအဖိလၢအသိး)
Iron mg	27.0 (200 mg FS + 5 mg B6 - ကိးနံၤဒဲးမ့ၢ်တမ့ၢ်တနွံဘၣ်တနွံလၢအိၣ်ဖျါသၢလါဝံၤလီၢ်ခံ (MSF)
Zinc mg	10.0
Copper mg	1.15
Selenium µg	30.0
Iodine µg	250.0

***Vitamin A – 400,000 IU – ဟ့ၣ်200,000 IUကသံၣ်တၢ်အိၣ်ဖဲလၢအိၣ်ဖျါဖိ (D1 and D2) မ့ၢ်တမ့ၢ် ဟ့ၣ်အီၤကသံၣ်တၢ်အိၣ်ခဲဘျါလၢဃိးနွံအတီၢ်ပူၤ (BBG, WHO, MSF, IVACG)**

ဖိသၢ်အိၣ်(၆)လါတုၤ(၁၀)န့ၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးဖဲအကြားတဖၣ်

- ဖိသၢ်လၢအတၢ်အိၣ်လီၤထူးဖဲအကြားတဖၣ်လိာ်ဘၣ်အါထီၣ်ဝဲအစ့ၤကတၢ်၅၀၀ကံလိခဲလရံၣ်လၢတနံၤအတီၢ်ပူၤ.
- တၢ်အိၣ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါန့ၣ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤတၢ်ဘူးထီၣ်လၢ ၆၀၀ ကံလိခဲလရံၣ်(kcals)လၢတနံၤအတီၢ်ပူၤဒီး တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ဟံၣ်ဃုာ်ဝဲဒီး
 - SFP-AsiaREMIX – ၄ ကံလိကြၢၤမံ (ဃါဃုာ် AsiaREMIXဒီးတၢ်နီၣ်ထံကမူၣ်ဒီးတၢ်ဒီးတၢ်လၢသိ)
 - တၢ်ဒီးတၢ်လၢသိ – ၁.၀ လံးထၢၣ် (လၢဖိအိၣ်တၢ်အဂီၢ်)
 - တၢ်နီၤလီၤဝဲတၢ်အိၣ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါဆူဖိသၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်အဂီၢ်လၢကက့ၤစိာ်ဆူဟံၣ်န့ၣ် 1 x/ တနွံအဂီၢ်လၢကဘၣ်လိာ်အသးဒီးအမိၢ်ပုၤတယၢ်ဃါအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
 - တၢ်အိၣ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးတၢ်စူးကါတၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤ တဖၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဆုၤလီၤအီၤဖဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်ကိးဘျီဒဲး, နီၤသိးလၢကမၤလီၤတၢ်လၢတၢ်မၤပုၤ တၢ်အိၣ်နီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါအတၢ်အိၣ်လၢတၢ်အိၣ်အီၤအဆၢကတီၢ်တဖၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်အီၤခဲဘျါကိးနံၤဒဲး

ဖဲလၢတၢ်အိၣ်ညီၣ်နီၣ်တၢ်အိၣ်မိၣ်ပုၣ်တဖၣ်အဘၢၣ်စၢၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖိအိၣ်တၢ်အကျဲတဖၣ်လၢပုၤကွၢ်ထွဲဖိသၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်, ကဘၣ်တၢ်မၤအိၣ်ဖဲလၢတၢ်နီၣ်လီၤတၢ်ကိးဘျီဒီးအခါန့ၣ်လီၤ.

- RCH ဒီးပုၤတၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်တၢ်သိၣ်လိဆူၣ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ် ဘၣ်ဃးတၢ်ဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ကဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဖိကပိၣ်အိၣ်တၢ်ယိယိဖိဒီးတၢ်ဖိအိၣ်တၢ်အဂုၤအဂၤလၢတၢ်မၤအိၣ်အကျဲယိယိအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ဖိသၣ်လၢအသးန့ၣ်ပုၣ်ထီၣ်တဖၣ်ကအဲၣ်ဒီးအိၣ်လိာ်ကွဲကိၣ်ဖိနီၣ်ဖိလၢတၢ်တုၤအိၣ်လၢAsiaREMix လၢကအိၣ်ဝဲလၢတၢ်အိၣ်မိၣ်ပုၣ်/တၢ်အိၣ်မ့ၤအဆၢကတီၢ်တဖၣ်အဘၢၣ်စၢၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢတၢ်ကတုဲတၢ်အိၣ်လိာ်ကွဲကိၣ်ဖိနီၣ်ဖိလၢအညီတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်တူၢ်လိာ်ဒီးတၢ်ပျဲစံၣ်လီၤတၢ်အနီၣ်ထီၣ်တဖၣ်

တၢ်တူၢ်လိာ်	တၢ်ပျဲစံၣ်လီၤ	တၢ်ကူၢ်စၢၤယါဘျီအကျဲ/တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်
<p>ဖိသၣ်အိၣ်ဖဲ-၅၉လၢတဖၣ်အဂီၢ်-ဟီၣ်ခိၣ်ဒီးဘုၣ်ဆူၣ်ချ့ကရၢ(WHO)နီၣ်ခိၣ်တယၢ်ဃာလီၤစ့ၤ (Weight-for-Height) z-score <-2 to >=3</p> <p>ဖိသၣ်အိၣ်၅၉လၢတုၤဆူၣ်၁၀န့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်-BMI-for-age z-score -3 to <-2</p> <p>ဖိသၣ်လၢကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤမ့ၤတမ့ၢ်ကွၢ်ဂီၤတဂ့ၤတဖၣ်လၢတၢ်ထီၣ်အနီၣ်ထီၣ်တသ့တဖၣ်အဂီၢ်-MUAC 115mm to <125 mm (ဖိသၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ကဘုလၢလီၤဆၢၣ်ဝဲခံၣ်ပၤလၢၢ်အဂီၢ်)</p> <p>ဖိသၣ်လၢတၢ်ပျဲစံၣ်လီၤအိၣ်လၢTFP</p>	<p>ဟီၣ်ခိၣ်ဒီးဘုၣ်ဆူၣ်ချ့ကရၢ(WHO)နီၣ်ခိၣ်တယၢ်ဃာလီၤစ့ၤ (Weight-for-Height) >=2လၢအကံလိဃာထီၣ်တပယုၣ်ဃီခံဘျီ, BMI-for-age z-score >=2</p> <p>တနွံန့ၣ်အကံလိထီၣ်ဝဲ၁၅%(ဖိသၣ်လၢကွၢ်ဂီၤတလၢပုၤ, ကွၢ်ဂီၤတဂ့ၤတဖၣ်လၢတၢ်ထီၣ်အနီၣ်ထီၣ်တသ့တဖၣ်အဂီၢ်)</p> <p>ဖိသၣ်တဖၣ်ကြးတၢ်ဆဲးလူၤကွၢ်ထွဲအိၣ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်.</p>	<p>ဟ့ၣ်မၤစၢၤဖိသၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထုးတဖၣ်လၢ SFPအတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါ.</p> <p>ဖိသၣ်တဖၣ်ကြးဆဲးလီၤအမံၤလၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအပူၤအစ့ၤကတၢ်ခံလါ.</p> <p>ညီၣ်နီၣ်တၢ်ကဘၣ်အိၣ်ဝဲ(၆၀)သီ - အနီၣ်ခိၣ်မိၣ်ပုၣ်တယၢ်ဃာမ့ၢ်တအါထီၣ်ဘၣ်ဖဲခံၣ်န့ၣ်, ကုၤဆူၣ်ဆူၣ် IPDလၢတၢ်သမံသမိးကွၢ်အိၣ်အဂီၢ်. ဖိသၣ်အတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်မ့ၢ်တဆဲးသးကွၢ်ကွၢ်လၢဃုန့ၣ်အတီၢ်ပူၤဘၣ်န့ၣ်, ဆိကမိၣ်လၢကဆူၣ်ဃီဆူၣ် IPDလၢကအိၣ်ဖဲန့ၣ် ၂န့ၣ်-၃န့ၣ်အဂီၢ်(လၢတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအဂီၢ်)</p>

တၢ်ကူၢ်စၢၤယါဘျီတၢ်လၢတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်အိၣ်အတီၢ်ပတီၢ် (STANDARD TREATMENT)

တၢ်ဃုသ့ၣ်ညါမၤကွၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်ဟံၣ်ဖျါလၢဖိသၣ်ကိးဂၤကြးဆဲးလီၤအမံၤဒ်သိးလၢတၢ်ကဃုကွၢ်တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကဘုဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထုးသတူၢ်ကလၢ်အတၢ်အိၣ်သးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကွၢ်ဃုသမံထံအိၣ်အံၤန့ၣ်ကြးပၣ်ဃုၣ်စ့ၢ်ကိးဒီး-

၁. မၤလီၤတၢ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒေတၢ်ဆါသမ့ၢ်ဖိအတၢ်အိၣ်သးပတီၢ်. တၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးဃါမ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်န့ၣ်, ဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒေတၢ်ဆါသမ့ၢ်ဖိလၢတဘျီအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. ကုၤဆဲးန့ၣ်ဖိသၣ်လၢတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒေတၢ်ဆါဖဲ(၆)လၢတုၤ(၉)လၢအဘၢၣ်စၢၤဖဲလၢအဝဲသ့ၣ်တုၤဃီဆူၣ်(၉)လၢဝံၤလီၤခံန့ၣ်လီၤ.

ကသံဉ်ထိးကလဲင်(Deworming)

ကသံဉ်ဖီဉ်	တၢ်ဒုးအိကသံဉ်ဖီဉ်လၢဖိသၢ်တထီဉ်ဒီးကွဲတဖၣ်အဂီၢ်		တၢ်ဟံးဖျါထီဉ်တၢ်ထံဉ်တၢ်ဆိကမိဉ်
	၁၂-၂၃ လါ	၂၄လါ +	
Albenazole 400 mg ဖျၢဉ်	ဒွဲ ဖျၢဉ်	၁ ဖျၢဉ်	တလိဉ်လၢကဘၣ်စီၤကွၢ်ဖိသၢ်ဘၣ်
Mebendazole 500 mg ဖျၢဉ်	၁ ဖျၢဉ်	၁ ဖျၢဉ်	တလိဉ်လၢကဘၣ်စီၤကွၢ်ဖိသၢ်ဘၣ်

တၢ်မၤအကျါအကျဲဘၣ်ဃးတၢ်မၤပုၤတၢ်အိဉ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢအဆံးအစ့ၤ(Micronutrients)အကလုာ်ကလုာ်လၢဖိသၢ်(၆)လါတုၤ(၅၉)လါတဖၣ်အဂီၢ်.

တၢ်အိဉ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢအဆံးအစ့ၤတဖၣ်	၆ လါ တုၤ ၅၉ လါ
Vitamin A µg	400.0
Vitamin D µg	5.00
Vitamin E µg	5.00
Vitamin C µg	30.0
Thiamine(vitamin B1)mg	0.50
Riboflavin (vitaminB2) mg	0.50
Niacin (vitamin B3)mg	6.00
Vitamin B6 mg	0.50
Vitamin B12µg	0.90
Folic Acid µg	150.0
Iron mg	5.80
Zinc mg	4.10
Copper mg	0.56
Selenium µg	17.0
Iodine µg	9.0

ဖိသၢ်အိဉ်လၢ TFPဒီးဆုၤဃီၤဆူ SFP န့ၢ်တလိဉ်လၢတၢ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်ကဒီးအိၤ vitamin A မ့တမ့ၢ် ကသံဉ်ထိးကလဲင်န့ၢ်ဘၣ် Iron + folate ဒီးဘၣ်တၢ်မိဉ်အကလုာ်ကလုာ်လၢတၢ်မၤပုၤအိၤအဂီၢ်န့ၢ်ကဘၣ်တၢ်ဆဲးဟ့ၣ်အိၤန့ၢ်လီၤ.

တၢ်လုၤကွၢ်ထွဲက့ၤတၢ် (FOLLOW UP)

ဖိသၢ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်လီၤထုးအဟံဉ်ဖိဃီဖိဒီးဟံဉ်ဖျၢဉ်တဖၣ်န့ၢ်ကဘၣ်တၢ်လုၤကွၢ်ထွဲအိၤဒ်သိးလၢ,

- ကဆၢတၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢဒုးကဲထီဉ်တၢ်အိဉ်လီၤထုး.
- ကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အိဉ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါ/တၢ်အိဉ်ဆူဉ်အိဉ်ချ့အတၢ်ကူဉ်ဘၣ်ကူဉ်သ့လၢအမ့ၢ်တၢ်ကဆဲးကဆီ, တၢ်မၤထွဲတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိဉ်တၢ်တဖၣ်, တၢ်ကတဲာ်ကတီၤတၢ်နီၤလီၤတၢ်မၤပုၤတၢ်အိဉ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါတဖၣ်.
- ကမၤလီၤတၢ်တၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်အိဉ်တဖၣ်န့ၢ်မ့ၢ်ဝဲလၢဖိသၢ်လၢအိဉ်ဒီးတၢ်အိဉ်လီၤထုးတဖၣ်အဂီၢ်.

ဖိသၢ်အကံလိအါထီဉ်အတၢ်လဲၤထီဉ်လဲၤထီန့ၢ်ကြးတၢ်ကတီၤသကိးအိၤဒီးအမိၢ်/ပုၤကွၢ်ထွဲဖိသၢ်န့ၢ်လီၤ. တၢ်အစၢအိဉ်ဖျါလၢအဂ့ၤန့ၢ်ကြးတၢ်စံးထီဉ်ပကြးအိၤ. အကံလိမ့ၢ်တအါထီဉ်ဒီးအိဉ်အလီၢ်လီၢ်မ့တမ့ၢ် ကံလိလီၤဝဲန့ၢ်, လုၤကွၢ်ဃုသ့ညါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤမနုၤသ့တဖၣ်လၢတၢ်ကူဉ်ယါဘျါအံၤတကဲဘျုးကဲဖိဉ်တုၤလီၤတီၤလီၤဝဲဘၣ်လဲဉ်န့ၢ်လီၤ.

- တၢ်နီၤလီၤတၢ်အိဉ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤအိဉ်အိၤလၢဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖၣ်အကျါ.
- တၢ်နီၤလီၤတၢ်အိဉ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါအိၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်သူကမၢ်အိၤ
- တၢ်နီၤလီၤတၢ်အိဉ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်အိဉ်အိၤဒ်တၢ်အိဉ်ညီန့ၢ်အိၤအသိး.
- ဆိးကုဝဲတယံာ်ဒီးဘၣ်.

တၢ်တမၤထွဲပိၣ်ထွဲ (DEFAULTING)

ဖိသၢ်တဖၣ်တၢ်မ့ၢ်တဟ့ၣ်နီၤလီၤအိၣ်တၢ်ဆဲးလိာ်သးခံၣ်ဘျီဘၣ်န့ၣ်, တၢ်ကဆၢတၢ်အိၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်တမၤပိၣ်ထွဲတၢ်ကူစါယါဘျီအကျဲဘၣ်န့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်တမၤန့ၢ်ဘၣ်တၢ်နီၤလီၤတၢ်အိၣ်ထံးတဘျီန့ၣ်, ဖိသၢ်ဒီးအဟံၣ်ဖိဃီဖိန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်လူၤကွၢ်က့ၤအိၣ်ဒီးမၤလီၤတၢ်လၢဖိသၢ်အိၣ်ဖဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖိသၢ်လၢဟဲက့ၤကဒါက့ၤလၢတၢ်ကကူစါယါဘျီအိၣ်အဂီၢ်န့ၣ် ကဘၣ်တၢ်တူၢ်လိာ်က့ၤအိၣ်ဒီးဆဲးကူစါယါဘျီအိၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖိသၢ်လၢမ့ၢ်တဟဲက့ၤဘၣ်န့ၣ်,

- ကွဲးလီၤမ့ၢ်န့ၢ်မ့ၢ်သီလၢအတၢ်ဟးထီၣ်ကွဲးလဲၣ်တၢ်ဆဲးလီၤမံၤအဝဲၤလီၤအပူၤဒီးပုၤဆါအလဲးမးပူၤ.
- ကွဲးနီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်တမၤပိၣ်ထွဲတၢ် (အဒိ, ဟံၣ်ဖိဃီဖိဟးထီၣ်ကွဲးလဲၣ်လၢဒဲကဝီၤပူၤ, ဖိသၢ်သံ) လၢ HISအလံာ်ဆဲးလီၤမံၤစရိအပူၤဒီးလၢပုၤဆါအလဲးမးပူၤ.

**ပုၤဆါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါယံာ်ထၢတဖၣ်ဃုာ်ဒီးအတၢ်အိၣ်သးလီၤဆီတဖၣ်.
(Chronically Ill Patients with Specific Conditions)**

ပုၤဆါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါယံာ်ထၢလဲၣ်လၢလိာ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါတဖၣ်မ့ၢ်တဟ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးတၢ်ဆါတဖၣ်ကဘၣ်ဆဲးလီၤအမံၤလၢအဝဲၤသ့ၣ်အတၢ်ဆုးတၢ်ဆါယံာ်ထၢအဂီၢ်. တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢလိာ်ဘၣ်ဝဲတဖၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကမ့ၢ်တၢ်လၢအလီၤဆီဝဲန့ၣ်လီၤ.

- ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါလၢအယံာ်ထၢတဖၣ်လၢအဒိသဒဲတၢ်ဟံးန့ၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ညီၣ်န့ၢ်အိၣ်အိၣ်တဖၣ် မ့ၢ်တဟ့ၢ် လိာ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်ဂံၢ်ဘါလၢအအါဝဲလၢ SFPအတၢ်နီၤလီၤတၢ်အိၣ်တဖၣ်. တၢ်ဟ့ၣ်ဃုာ်ပုၤဆါအိၣ်တဖၣ်ဘၣ်ဆၢတမ့ၢ်လၢတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်အိၣ်လၢက -
 - အိၣ်ဒီးပသိာ်တၢ်ဆါ (COPD) / တၢ်ကသါယံာ်တၢ်ဆါ/ပသိာ်ပူၤအိၣ်ဒီးအဖံ(emphysema)
 - အိၣ်ဒီးတၢ်သးဘံးတၢ်ဆါနးမး
 - အိၣ်ဒီးသးတၢ်ဆါလၢအိၣ်ဖျၢၣ်ပၣ်ဃုာ်
 - အိၣ်ဒီးခဲစၢၣ်တၢ်ဆါ (Cancer)
 - အိၣ်ဒီးသးတၢ်ဆါ (Advanced Cardiopulmonary disease)
 - ပုၤအိၣ်ဒီးတၢ်ဆုးတၢ်ဆါယံာ်ထၢအဂ့ၤအဂၤလၢအိၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူး (BMI <18.5)တဖၣ်.
- တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါတဖၣ်ပၣ်ဃုာ်ဒီး
 - AsiaREMix - ခကံလိကြၢၢ်
 - တၢ်ဒီးတၢ်လၢသီ - ၀.၅ လံးထၢၣ်
- တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါတဖၣ်ကဘၣ်တၢ်နီၤလီၤအိၣ်လၢတၢ်က့ၤစိာ်ဆုဟံၣ် ၁x/လါ.
- တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ၣ်ဒီးတၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ်ဃးတၢ်စူးကါတၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအိၣ်တဖၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဆုၤလီၤအိၣ်ဖဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤတၢ်ကိးဘျီဒီး, ဃုာ်ဒီးတၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖိအိၣ်တၢ်အကျဲတဖၣ်.

တၢ်တူၢ်လိာ်ဒီးတၢ်ပျဲစံၣ်လီၤတၢ်အနီၣ်ထီၣ်တဖၣ်

တၢ်တူၢ်လိာ်	တၢ်ပျဲစံၣ်လီၤ	တၢ်ကူစါယါဘျီအကျဲ/တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်
ပုၤဆါအိၣ်တဖၣ်ဘၣ်ဆၢတမ့ၢ်တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်အိၣ်လၢ- ၁. အိၣ်ဒီးပသိာ်တၢ်ဆါ (COPD) / တၢ်ကသါယံာ်တၢ်ဆါ/ပသိာ်ပူၤအိၣ်ဒီးအဖံ(emphysema) ၂. အိၣ်ဒီးတၢ်သးဘံးတၢ်ဆါနးမး ၃. အိၣ်ဒီးသးတၢ်ဆါလၢအိၣ်ဖျၢၣ်ပၣ်ဃုာ်	တၢ်စံၣ်ညီၣ်တၢ်တၢ်ဆုးတၢ်ဆါအစၢ BMI ≥18.5	ဟ့ၣ်မၤစၢၤပုၤဆါအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါယံာ်ထၢတဖၣ်လၢတၢ်မၤပဲၤတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲ (SFP)အတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါ. ပုၤဆါလၢအမ့ၢ်ဖိသၢ်သးနံၣ်(၆)လါ တုၤ (၂၄)နံၣ်တဖၣ်န့ၣ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်အိၣ်ထဲလၢ BabyBRIGHT (ခကံလိ/လါ)လၢ SFP-REMix

၄. အိမ်အိမ်ခဲစာတိုက်ဆါ (Cancer) ၅. အိမ်အိမ်သးတိုက်ဆါ (Advanced Cardiopulmonary disease) ၆. ပုၤဆူးပုၤဆါလၢတၢ်အိမ်အိမ်လီၤထူးယံၣ်ထၢအိမ်အိမ်ဗျဵုဒီး BMI <18.5 တဖၣ်. ၇. အဂုၤအဂၤ - တၢ်သမံထံတၢ်ဆါတခါဘၣ်တခါဒီးဘၣ်တၢ်ဆါတၢ်အိမ်အိမ်လၢတၢ်အိမ်အိမ်ဆူၣ်အိမ်ဆူၣ်ဒီးတၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢအပုၤမၤတၢ်ဖိ.		အလီၤ.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------

ဖိသၣ်မုတမုာ်သးပုၤလၢနီၣ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤတဖၣ်

ဖိသၣ်မုတမုာ်သးပုၤလၢအိမ်အိမ်နီၣ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤလၢအိမ်အိမ်တၢ်အိမ်အိမ်မုာ်ဆူၣ်မုာ်ဂီၤလၢတၢ်အိမ်အိမ်ညီၣ်နီၣ်အိမ်အိမ်တၢ်သ့ဝဲတဖၣ်န့ၣ်ကြၢၤဝဲဘၣ်ဝဲလၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်က့ၢ်(SFP)အပုၤန့ၣ်လီၤ. SFPအဝဲအံၤန့ၣ်တမုာ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်လီၤအိမ်ဆူၣ်ပုၤလၢနီၣ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤက့ၢ်ဖိခဲလၢအဂီၢ် မုတမုာ် ပုၤအိမ်အိမ်နီၣ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤလၢအိမ်အိမ်တၢ်အိမ်မုာ်ဆူၣ်မုာ်ဂီၤတဖၣ်သ့ဝဲအဂီၢ်န့ၣ်ဘၣ်. တၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢလီၤဆိဝဲန့ၣ်လီၤ.

- ကရူၢ်အဝဲအံၤန့ၣ်ကပၣ်ဗျဵုဒီးဖိသၣ်တဖၣ်, ပုၤလိၣ်ဘၣ်တၢ်အိမ်အိမ်တဖၣ် မုတမုာ် ပုၤအိမ်အိမ်တၢ်အိမ်အိမ်ပုၤလၢအိမ်အိမ်နီၣ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤတဖၣ်လၢအိမ်အိမ်ဒီးအတၢ်ကိတ်ခဲ မုတမုာ် တၢ်မၤတံၢ်တၢ်အိမ်အိမ်လၢကအုၣ်အိမ်တၢ်, ယုၢ်လီၤတၢ် မုတမုာ် အိမ်အိမ်နီၣ်လီၤညီၣ်နီၣ်တၢ်အိမ်အိမ်တဖၣ် မုတမုာ် လိၣ်ဘၣ်တၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢလၢအအါဝဲလၢကအိမ်အိမ်လၢလၢလီၤလီၤအညီၣ်နီၣ်အသိးတသ့ဝဲတဖၣ်.
- တၢ်သ့ဝဲတဖၣ်အံၤကပၣ်ဗျဵုဒီးဘၣ်ဆၣ်တမုာ်လၢတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်ဗၢအိမ်အိမ်လၢအဖိလၢအသိးဘၣ်.
 - ဖိသၣ်အတၢ်အိမ်အိမ်တၢ်အိမ်အိမ်ပသီထီၣ်နးနး(အိမ်အိမ်အကိတ်တသ့)
 - နိးဖံးကိပူၤအအုၣ်ပိတ် (Cleft palate)
 - ယုၢ်လီၤတၢ်အိမ်အိမ်တၢ်အိမ်အိမ် (Dysphasia)(ယုၢ်လီၤတၢ်တသ့)ခိဖျိလၢဂီၢ်ခိၣ်ထံးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါ
- တၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢတဖၣ်ပၣ်ဗျဵုဒီး
 - AsiaREMIX - ၁-၄ ကံလိကြၢၤမံအဘၢၣ်စၢၤ(ဗၢဗျဵုဒီးတၢ်နီၣ်ထံကမူၣ်ဒီးတၢ်ဒီးတၢ်လၢၣ်သိ)
 - တၢ်ဒီးတၢ်လၢၣ်သိ - ၀.၅ လံးထၢၣ်
- တၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢတဖၣ်ကဘၣ်တၢ်နီၣ်လီၤအိမ်အိမ်လၢကတၢ်စၢၤဆူဟံၣ် ၁x/တလၢစုၣ်စုၣ်.
- တၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢအတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ်ဗးတၢ်စူးကိတ်တၢ်အိမ်အိမ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအိမ်အိမ်တဖၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဆူၣ်လီၤအိမ်အိမ်ဖဲလၢတၢ်ဟ့ၣ်နီၣ်လီၤတၢ်ကိးဘျီဒီး, ဗျဵုဒီးတၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖိအိမ်အိမ်အက့ၢ်တဖၣ်.

တၢ်တူၢ်လိၣ်ဒီးတၢ်ပျံစံၣ်လီၤတၢ်အိမ်အိမ်ထီၣ်တဖၣ်

တၢ်တူၢ်လိၣ်	တၢ်ပျံစံၣ်လီၤ	တၢ်ကူၢ်စါယါဘျီအက့ၢ်/တၢ်ဟံၣ်ဖျိထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်
<p>ပုၤဆါအိမ်အိမ်တဖၣ်ဘၣ်ဆၣ်တမုာ်တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်အိမ်အိမ်လၢ-</p> <p>၁. ဖိသၣ်အတၢ်အိမ်အိမ်တၢ်အိမ်အိမ်ပသီထီၣ်နးနး(အိမ်အိမ်အကိတ်တသ့)</p> <p>၂. နိးဖံးကိပူၤအအုၣ်ပိတ် (Cleft palate)</p> <p>၃. ယုၢ်လီၤတၢ်အိမ်အိမ်တၢ်အိမ်အိမ် (Dysphasia)(ယုၢ်လီၤတၢ်တသ့)</p>	<p>တၢ်စံၣ်ညီၣ်တဲာ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအစၢၤ</p>	<p>ဟ့ၣ်မၤစၢၤပုၤလၢနီၣ်ခိက့ၢ်ဂီၤတလၢပုၤတဖၣ်လၢတၢ်မၤပုၤတၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်က့ၢ် (SFP)အတၢ်အိမ်အိမ်နီၣ်နီၣ်ဘၢ.</p>

- ၂. ပုၤဆါလၢပုၤဆါအဟံၣ်တဖၣ် - ဃုၣ်ဒီးပုၤလဲၤအိၣ်ခိးပုၤဆါတဂၤ - အိၣ်ဆိးဝဲလၢတၢ်အိၣ် ဆူၣ်အိၣ် ချ့ကရၢမၤသကိးတၢ်အတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်လၢဒဲးကဝီၤချ့တဖၣ်န့ၣ် ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤလၢကီၣ်တဲာ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်အလီၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖိသၣ်ဆံးလၢတၢ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်အီၤတသ့တဖၣ်

န့ၣ်ထံၣ်န့ၣ်ဆၢၣ်အတၢ်အိၣ်အဆိကတၢ်တကလုာ်လၢဖိသၣ်အိၣ်ဖျၢၣ်သီတဖၣ်အဂီၢ်, ဟ့ၣ်ဝဲတၢ်ဂံၢ်တၢ်ဘါဒီး တၢ်အိၣ် န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါခဲလၢဖိသၣ်ဆံးဖိလိၣ်ဘၣ်ဝဲအိၣ်ထံးကတၢ်တလါအဂီၢ်လၢအတၢ်အိၣ်မူအပူၤ, ဒီးမ့ၢ်တၢ်လၢတၢ် ကဘၣ်ဆံးဟ့ၣ်ဒံးအီၤအါထီၣ်တတ် မ့တမ့ၢ် အါန့ၣ်ဒံးတတ်လၢဖိသၣ်ဆံးတဂၤလိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါ တုၤအိၣ်ထံးတန့ၣ်ခံတ်တတ်အဆၢကတီၢ်, ဒီးတုၤဆူၣ်သၢပူၤတပူၤလၢ အတၢ်အိၣ်မူခံၣ်အခံတ်တတ်အဆၢကတီၢ်န့ၣ် လီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအီၤန့ၣ်ထံၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအမၤစ့ၤလီၤဖိသၣ်ဆံးအတၢ်သံတၢ်ပုၤလၢအကဲထီၣ်သးလၢဖိသၣ်အတၢ်ဆူး တၢ်ဆါညီၣ်န့ၣ်တဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဟၢဖၤလူ တၢ်ဆါမ့တမ့ၢ်ပသိၣ်တၢ်ခုၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါဒီး မၤစၢၤဝဲလၢအဘျါက့ၤဝဲချ့ဝဲလဲ လၢ အဆူးအဆါအဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အကရၢတဖၣ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်အါထီၣ်တၢ်သိၣ်လိဘၣ်ဃးတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအီၤန့ၣ်ထံၣ်အတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ အတၢ်မၤလိၣ်သိးလၢမၤလီၤတၢ်ဝဲလၢအဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤမိၢ်လၢအဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိသ့ဝဲသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖိသၣ် ဆံးလၢအတယၢ်ဃာတအါထီၣ်တဖၣ်န့ၣ်တၢ်ကဘၣ်လူၤကွၢ်ထွဲအီၤကိးန့ၣ်ဒံးဒံးသိးကမၤလီၤတၢ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်မနုၤလၢအ ဒုးကဲထီၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်ထီၣ်ဘၣ်တချုးလၢတၢ်ဆိကမိၣ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်ဒုးအီၤက့ၤအီၤတၢ်အဂၤလၢန့ၣ်ထံၣ်အလီၢ်အဂီၢ်ဒံး ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်သ့န့ၣ်တူၢ်လိၣ်မိၢ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲလၢဒုးအိၣ်န့ၣ်အဖိလၢအန့ၣ်ထံၣ်တဖၣ်ဆူ IPDလၢကကွၢ်နီၣ် ကွၢ်ဃါဒီးဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်တဟ့ၣ်ဒုးအီၤန့ၣ်ထံၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢမၤအါထီၣ်တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအဃုၤဃာဘၣ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်ညီၣ် ဖျါလၢတၢ်တအိၣ်ဒီးတၢ်ကဆဲးကဆီ, တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါတကူၤတလၢဒီးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲစ့ၤဝဲအဃီၤန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ် န့ၣ်အဃီ, တၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်ဘျါအကျိၤအကျဲဘၣ်ဃးတၢ်ကဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်တၢ်အဂၤလၢမိၢ်န့ၣ်ထံၣ်အလီၢ်အဂီၢ်န့ၣ်,တၢ် ကဘၣ်လူၤကွၢ်ထွဲအီၤလီၤတၢ်လီၤဆဲး, ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ကရၢအပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်ဝဲတၢ်ကူၣ်ဘၣ် ကူၣ်သ့အတၢ်မၤလိလၢ ကဲဘျုးကဲဖိၣ်တုၤလီၤတီၤလီၤဝဲဘၣ်ဃး တၢ်မၤတၢ်ကဆဲးကဆီတၢ်ဒီးတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲတၢ် အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ပၢ်ဖျါတၢ်ကူၤစါယါဘျါတၢ်အကျဲအိၣ်ဝဲစ့ၤခါလၢဖိသၣ်ဆံးတဖၣ်ကြားဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်မၤပုၤက့ၤအီၤလၢ မိၢ်န့ၣ်ထံၣ်အလီၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကူၤစါယါဘျါတၢ်အဂ့ၢ်အကျိၤလၢတၢ်တူၢ်လိၣ်အီၤသ့လၢတၢ်ကသူၤအီၤလၢမိၢ်န့ၣ်ထံၣ် အလီၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ,

က. ဖိသၣ်ဆံးအတၢ်အိၣ်သး (Infant Condition)

- ၁. ဖိသၣ်ဆံးလၢအိၣ်ဖျၢၣ်အကဲလိစ့ၤတလၢတဖၣ် မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်ဆံးလၢအိၣ်ဖျၢၣ်ဆိလၢအဆၢကတီၢ် တဘၣ်ဒံးဘၣ်တဖၣ် (စ့ၤန့ၢ် ၁၅၀၀ကြၢၤမိၢ် မ့တမ့ၢ် ၃၂ နံ့ အိၣ်လၢမိၢ်ဒါလီၢ်ပူၤအဆၢကတီၢ်လၢအ အိၣ်မိၢ်န့ၣ်ထံၣ်တသ့ခီဖျါလၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါဖဲအိၣ်ထီၣ်လၢတၢ်ကူၤစါယါဘျါအီၤဒီးကဘၣ်အိၣ်ဝဲလၢ တၢ်ကူၤစါယါဘျါအတၢ်ကွၢ်ထွဲဖိလၢ(ဒီးသန့ၤထီၣ်သးလၢအတၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါလီၤလီၤ ဆီဆီဝဲတဖၣ်).
- ၂. ဖိသၣ်အိၣ်ဖျၢၣ်သီတဖၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဒီးသ့ၣ်ပူၤအံသၣ်ဆၢစ့ၤ (hypoglycemia)တဖၣ် မ့တမ့ၢ် လိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်အံသၣ်ဆၢထံ (glucose)(ဒ်အမ့ၢ်ဖိသၣ်လၢ အိၣ်ဖျၢၣ်ဆိတဘၣ်အဆၢကတီၢ်, ဆံးဝဲလၢအိၣ်လၢမိၢ်ဟၢဖၤပူၤအသးန့ၣ်အဂီၢ်ဒီးအဂုၤအဂၤတဖၣ်) ဖဲလၢအသ့ၣ်ပူၤအံသၣ်ဆၢမ့ၢ်တအိၣ်လၢကခီဆၢက့ၤတၢ်အဂုၤကတၢ်လၢတၢ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဒုး အိၣ်န့ၣ်ထံၣ်အဂီၢ်.

ညှိတင်ဆေးအိမ်နီးထိုင်နဲ့ကဘဉ်တင်မအီလောအကျိအကျဲဘဉ်ဝဲဒီး တင်ကူစါယါဘျါအနီၣ်ထီၣ်လတင်
ဖိခိၣ်တဖၣ်ကဘဉ်တင်လူပိၣ်မထွဲအီလီတင်လီဆဲးန့ၣ်လီ.

- ၂. မိၣ်တဂၢမ့ၢ်တဟဲဝဲခိဖျါလအမတင်လါဒဲကဝီပူမတမ့ၢ်လဲမတင်လါဒဲကဝီအချာအဃိန့ၣ်, အတမ့ၢ်ပုၤ
အကြားအဘဉ်လိၣ်သးဒီးနီၣ်ထီၣ်လတင်ဟ်လီအီတဖၣ်န့ၣ်ဘဉ်.
- ၃. တင်အိၣ်လါမိၣ်နီၣ်ထီၣ်အလီၢ်န့ၣ်တင်တဟ့ၣ်အီဆူပုၤတဖၣ်ဖိတဖၣ်အဂီၢ်ဘဉ် မ့တမ့ၢ်ဘဉ်လါဖိသဉ်ဆဲးအ
တင်အိၣ်သးမ့ၢ်နီၣ်ထီၣ်လတင်ဟ်လီအီလတင်ဖိခိၣ်တဖၣ်အသိး. RCHအပုၤမတင်ဖိတဖၣ်ကဘဉ်
ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤမိၣ်လါအိၣ်ဒီးအဖိတဖၣ်လါဒဲဒီးအိၣ်နီၣ်ထီၣ်လတင်န့ၣ်လီ.
- ၄. ဖဲလတင်ဟ့ၣ်ဒဲးအီနီၣ်ထီၣ်ကဘဉ်ဖဲခဲတဖၣ်မ့တမ့ၢ်ဘဉ်တင်မပတုၣ်အီတစိၣ်တလီၢ်အခါန့ၣ်, မိၣ်တဖၣ်က
ကဘဉ်တင်မၤစၢၤအီလါကဒဲးအိၣ်ထီၣ် မ့တမ့ၢ် ဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤတင်ဒဲးအိၣ်နီၣ်ထီၣ်ဖိခိၣ်ဖျါလံာ်န့ၣ်ကျဲ မ့တမ့ၢ် တင်ဒဲး
န့ၣ်တင်ဘဲးထီၣ်နီၣ်ထီၣ်လါကကတဲာ်ကတီၤဟ်ဝဲအဂီၢ်ဖဲလတင်စးထီၣ်ဒဲးအိၣ်နီၣ်ထီၣ်က့ၤသ့ဝဲအဂီၢ်န့ၣ်လီ.
- ၅. ဗုလါဝံၤအလီၢ်ခဲန့ၣ်, ပုၤကွၢ်ထွဲတင်ဖိတဖၣ်ကဘဉ်စးထီၣ်တင်မၤပုၤတင်အိၣ်လါအိၣ်ဒီးတင်ဂံၢ်တင်ဘါ,
ဒီးကဘဉ်ဆဲးဟ့ၣ်ဒဲးအီဖိသဉ်ဆဲးလါဖိသဉ်အတင်နီၣ်ထီၣ်လီ.
- ၆. ဖိသဉ်ဆဲးအတင်နီၣ်ထီၣ်တဘဉ်တင်ဆဲးဒဲးအီအီတုၤ ၁၂လါ.
- ၇. ဖိသဉ်ဖိလါအအိၣ်ဝဲ ၁၂လါ တုၤ ၂၄လါတဖၣ်ကဘဉ်အိဘဉ်ဝဲတင်အိၣ်အိၣ်ဒီးတင်ဂံၢ်တင်ဘါလါလါပုၤပုၤ
(ပထိးရံၤအကလုာ်တဖၣ်, တင်ဒဲးတဖၣ်, တင်ညဉ်တဖၣ်)လါအဝဲသ့ၣ်အဟံၣ်ဖိဃီဖိအတင်အိၣ်မိၣ်ပုၤတဖၣ်
အပူၤန့ၣ်လီ. တင်ကဘဉ်ဟ့ၣ်ဒဲးအီဖိသဉ်ဆဲးBabyBRIGHT စးထီၣ်လါဖိလါတုၤ၂၄လါဒဲးသိးလါဖိသဉ်
ကအိၣ်ဒီးတင်အိၣ်နီၣ်ထီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါအလါအပုၤအဂီၢ်န့ၣ်လီ.

**တင်ဒဲးအိၣ်တင်အိၣ်နီၣ်ထီၣ်ဂံၢ်နီၣ်ဘါအတင်န့ၣ်ကျဲလါဖိသဉ်ဆဲးလါတင်ဒဲးအီမိၣ်နီၣ်ထီၣ်တသ့တဖၣ်အဂီၢ်.
(Feeding Guidelines for Infants Unable to Breastfeed)**

ဖိသဉ်ဆဲးလါလိၣ်ဘဉ်ဖိသဉ်အတင်နီၣ်ထီၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်, တင်လုၢ်အိၣ်လုၢ်အီကဘဉ်တင်ဆဲးမၤအီယံာ်ဝဲတုၤလါ
ဖိသဉ်အိၣ်လါတင်လီၤဘဉ်ယိၣ်အပူၤတဖၣ်လိၣ်ဘဉ်ဝဲအဆါကတီၤအသိး(တုၤလါတင်အီမိၣ်နီၣ်ထီၣ်တင်ဟ်ဂါ
ဟ်ကျဲက့ၤအီ မ့တမ့ၢ် တုၤလါသးန့ၣ်အစ့ၤကတင်ဗုလါဒီးအအါကတင်၁၂လါန့ၣ်လီ)

ဖိသဉ်လါတင်ဒဲးအီမိၣ်နီၣ်ထီၣ်တသ့တဖၣ်ဒီးန့ၣ်ဘဉ်ဝဲဖိသဉ်အတင်နီၣ်ထီၣ် (Dumex brand) တုၤလါအပုၤထီၣ် ၁၂ လါ
ဒီး BabyBRIGHTန့ၣ်, ကဘဉ်တင်ဒဲးကဲထီၣ်အီဒဲးတင်ကပိၣ်ပိၣ်ပိၣ်ဒီးတင်အိၣ်လိၣ်ကွဲတဖၣ် စးထီၣ်လါဖိသဉ် အိၣ် ၆
လါ တုၤလါ၂၄လါအဂီၢ် (ဒဲးတင်ဟ်ဖျါတင်မၤအီအကျဲလါတင်ဖိလ်အသိး)

RCH အပုၤမတင်ဖိတဖၣ်ကဘဉ်ဒဲးန့ၣ်ပုၤတင်ကတဲာ်ကတီၤဖိသဉ်တင်နီၣ်ထီၣ်ဒီး BabyBRIGHT လါအကျိအကျဲ
လါအကြားဝဲဘဉ်ဝဲဆူမိၣ်တဖၣ်ဒီးကဘဉ်လူပိၣ်မထွဲအီထီၣ် နီၣ်ထီၣ်လါကမၤလီတင်ဖိသဉ်ဒိၣ်ထီၣ်ထီၣ် အဂီၢ်
န့ၣ်လီ.

တင်ဂံၢ်ဒဲးဝဲဖိသဉ်ဆဲးတင်နီၣ်ထီၣ်ဒီးတင်ဒဲးအိၣ်တင်အတင်န့ၣ်ကျဲလါဖိသဉ်ဆဲးအိၣ်(၀)တုၤ(၆)လါအဂီၢ်
ဖိသဉ်ဆဲးကဘဉ်အိၣ်ဘဉ်ဝဲထဲတင်ကတဲာ်ကတီၤဖိသဉ်တင်နီၣ်ထီၣ်တကလုာ်ခိၣ်န့ၣ်လီ.

1. UNHCR / WFP Guidelines for Selective Feeding, May 2009 (Global Nutrition Cluster)
2. Linkages/AED Facts for Feeding: Guidelines for Appropriate complementary Feeding of Breastfed children 6-24 Months of Age, 2004
3. WHO, UNICEF, WFP joint statement: Preventing and controlling micronutrient deficiencies in populations affected by an emergency: multiple vitamin and mineral supplements for pregnant and lactating women, and for children aged 6-59 months
4. WHO: How to add deworming to vitamin A distribution
http://whqlibdoc.who.int/hq/2004/WHO_CDS_CPE_PVC_2004.11.pdf
5. American Academy of Pediatrics and the Canadian Pediatric Society.
6. Adults: Assessment of Nutritional Status in Emergency-Affected Populations, Collins S, Duffield A & Myatt M. July, 2000.
7. Field Guide for Management of Moderate Acute Malnutrition Somalia, IASC Nutrition Cluster & Nutrition Working Group of the Somalia Support Secretariat, January, 2009.
8. WHO: Consultation on management of acute malnutrition in under-5s. Field Exchange, August 2011, Issue 41.
9. Burmese Border Guidelines, 2007
10. Interagency Vitamin A Consultative Group
11. IRC Global Blindness Prevention Program: Vitamin A in Refugee Contexts (working document)
12. Operational Guidance - Interagency Working Group on Infant and Young Child Feeding in Emergencies, November 2001
13. Guidelines for complementary feeding and effective interventions for high-burden populations, Kathryn G. Dewey, PhD
14. WHO-UNICEF: Acceptable medical reasons for use of breast-milk substitutes
15. Complementary feeding practices. <http://www.aliveandthrive.org/>
16. WHO: Exclusive Breast feeding
http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/

လံာ်ဘျးစဲ

ထံၣ်ဘၣ်ဘၣ်စံၣ်ဟ့ၣ်အိၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်ဂံၢ်ဘါတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်တူၢ်လိာ်ဒီးပျဲစံၣ်လီၤအတၢ်န့ၣ်ကျဲၤ

တၢ်နီၤလီၤဒုးအိၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဒိသဒေၤပုၤလၢအအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်လီၤ တြးအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအဖိလၢခဲလၢာ်	တၢ်တူၢ်လိာ်	တၢ်ပျဲစံၣ်လီၤ	တၢ်မၤအိၣ်အကျိၤအကျဲ/တၢ်ပၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်
ပိာ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသး	တၢ်မၤကွၢ်ပိာ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသး	ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဆဲးစါဖိန့ၣ်ကွၢ်လၢ SFP အတၢ်ကွဲးပၢ်ဖျါလၢပိာ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိအဂီၢ်	<p>မၤကွၢ် MUAC မ့တမ့ၢ် BMI ထီၣ်ကွၢ်ပုၤနီၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဂီၤမိၢ်ပုၤအတၢ်အိၣ်လီၤတြး (Body Mass Index) ဖဲလၢအအိၣ်ထီၣ်သၢလါအကတီၢ်စးထီၣ်ဝဲတဘျီဘၣ်တဘျီ. မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤတြးန့ၣ်, ဆဲးလီၤန့ၢ်အမံၤလၢ SFP လၢပုၤမိၢ်ဒၤလၢအတၢ်အိၣ်လီၤတြးတဖၣ်အကျိၤတက့ၢ်.</p> <p>ဟ့ၣ်ပိာ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်လၢ SFPတၢ်အိၣ်ဒ်တၢ်မၤအိၣ်အကျိၤတက့ၢ်.</p> <p>တၢ်မၤကွၢ်ဒီးတၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါမ့ၢ်အိၣ်ဖျါလံန့ၣ်,ဟ့ၣ်လီၤ SFPတၢ်အိၣ်ဆူပိာ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးန့ၣ်တက့ၢ် (တဘၣ်ဟ့ၣ်လီၤကတြး SFPန့ၣ်ခံၣ်ဘျီဘၣ်)</p>
ပိာ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိတဖၣ်	တၢ်အိၣ်ဖျါဝံၤလီၢ်ခံ	အိၣ်ဖျါဝံၤအလီၢ်ခံဃုလါ	<p>ဟ့ၣ်ပိာ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိတဖၣ်လၢ SFPအတၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်အတၢ်အိၣ်တက့ၢ်</p> <p>မၤကွၢ် MUAC မ့တမ့ၢ် BMI ထီၣ်ကွၢ်ပုၤနီၢ်ဒိၣ်ကွၢ်ဂီၤမိၢ်ပုၤအတၢ်အိၣ်လီၤတြး (Body Mass Index) ဖဲလၢအအိၣ်ဖျါဝံၤလီၢ်ခံ. မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤတြးန့ၣ်, ဆဲးလီၤန့ၢ်အမံၤလၢ SFPလၢပုၤဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိလၢအတၢ်အိၣ်လီၤတြးတဖၣ်အကျိၤတက့ၢ်.</p> <p>တၢ်မၤကွၢ်ဒီးတၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါမ့ၢ်အိၣ်ဖျါလံန့ၣ်,ဟ့ၣ်လီၤ SFPထဲဒၣ်လၢပုၤဒုးအိၣ်န့ၣ်ဖိ(တဘၣ်ဟ့ၣ်ဒုး SFPန့ၣ်ခံၣ်ဘျီဘၣ်)</p>
ဖိသၣ်လၢအသးအိၣ် ဖဲလါတုၤ ၂၄လါ	တၢ်မၤကွၢ်လီၤတၢ်သးန့ၣ်ဖဲအိၣ်ဃုလါတဖၣ် ဆုၢ်န့ၣ်ဆဲးလီၤန့ၢ်ဖိသၣ်အမံၤလၢတလါတဘျီတၢ်မၤကွၢ်သမံၤမိးဖိသၣ်တၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ပီညါ	သးန့ၣ်အိၣ်ဝဲ ၂၄လါတဖၣ်	ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါမိၢ်ပၢ်တဖၣ်အခံၤလၢကဟဲဒီးန့ၣ်လီၤပၣ်ဃုၣ်လၢတၢ်မၤကွၢ်သမံၤမိးဖိသၣ်တၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ပီညါတၢ်ဖဲဒီးတၢ်မၤန့ၣ်တက့ၢ်.

<p>တၢ်နီၤလီၤဖုၤအိၣ်အိၣ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဒိသဖၢပုၤလၢအအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်လီၤထူးတၢ်ပညိၣ်ဟံၣ်ပနီၤအိၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ</p>	<p>တၢ်တူၢ်လီၤ</p>	<p>တၢ်ပျဲၣ်လီၤ</p>	<p>တၢ်မၤအိၣ်အကျိၤအကျဲ/တၢ်ဟံၣ်ပျိၣ်ထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်</p>
<p>ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသးလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးတၢ်ဆါတဖၣ်</p>	<p>MUAC <230 mm မ့တမ့ၢ် BMI <18.5 ဖဲတၢ်ဆၢတၢ်လၢအိၣ်ဒီးမ့တမ့ၢ်ဖဲအိၣ်ဒီးအဆၢကတီၢ်</p>	<p>ဖဲအိၣ်ဒီးပျဲၣ်ဆူဆူ SFP မိၢ်ဒၢတဖၣ်လၢဖုၤအိၣ်ဒီးနီၤဖိ</p>	<p>ဟ့ၣ်နီၤလီၤမိၢ်ဒၢလၢတၢ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်လၢ SFP တၢ်အိၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ဖဲဒၢအဆၢကတီၢ် ဖဲနီၤခိတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်တၢ်အိၣ်ဒီးတဖၣ်တအိၣ်လၢဟ့ၣ်နီၤလီၤထဲဒၣ် SFP မိၢ်ဒၢလၢတၢ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်(တဘၣ်ဟ့ၣ်လီၤကကြၢ SFP န့ၣ်ခံၣ်ဘျီဘၣ်)</p>
<p>ပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်နီၤဖိလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးတၢ်ဆါတဖၣ်</p>	<p>MUAC <230 mm မ့တမ့ၢ် BMI <18.5 လၢတၢ်ထၢန့ၣ်အိၣ်ဆူ SFP မ့တမ့ၢ်ဖဲအဆိကတၢ်ဖဲလၢဖုၤအိၣ်ဒီးနီၤဖိအဖိအဆၢကတီၢ်</p>	<p>ဖဲလၢဖုၤအိၣ်ဒီးအဖိဝံၤအလီၢ်ခံ</p>	<p>ဟ့ၣ်နီၤလီၤမိၢ်ဒုးအိၣ်နီၤဖိလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူး SFP တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ မ့ၢ်အိၣ်ဒီးနီၤခိတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်တၢ်အိၣ်ဒီးဟ့ၣ်နီၤလီၤ SFP ထဲဒၣ်မိၢ်ဒုးအိၣ်နီၤဖိလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူး(တဘၣ်ဟ့ၣ်လီၤကကြၢ SFP န့ၣ်ခံၣ်ဘျီဘၣ်) ဖိသၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဖုၤနီၤဖဲလၢဖုၤအိၣ်ဒီးနီၤခိတဖၣ်ယၢမ့ၢ်တအိၣ်ထီၣ်မၤလီၤတၢ်ဒီးသမံသမိးကွၢ်ကွၢ်မိၢ်လၢတၢ်အိၣ်လီၤထူးအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်</p>
<p>အတၢ်အိၣ်လီၤထူးဖဲအကြၢးတဖၣ်* ဃုလၢတုၤအနံၣ်တဆံ</p>	<p>1. ဖိသၣ်တဖၣ် 6-59 လါ (WHO) အတယၢ်ယၢလၢတၢ်နီၤထီအဂီၢ် weight-for-height z-scores <-2 to ≥-3 2. ဖိသၣ်တဖၣ်လၢအိၣ်နီၤ 59 လါဆူ 10 န့ၣ် BMI-for-age z-score -3 to <-2 3. စီၤ ဖိသၣ်အယၢ 4. MUAC <125 mm (လၢဖိသၣ်ကွၢ်ဂီၤဟးစီၤဖိသၣ်နီၤခိကွၢ်စီၤလၢတဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးလၢတၢ်ထီၣ်ဒုးအိၣ်တန့ၢ်ဘၣ်-ထံၣ်ထီၣ်အထီတန့ၢ်ဘၣ်) 5. တၢ်ကဘုတအိၣ် 6. ဖိသၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်တၢ်ပျဲၣ်လီၤအိၣ်လၢ TFP</p>	<p>WHO အတယၢ်ယၢလၢတၢ်နီၤထီအဂီၢ် ≥-2 တၢ်စီၤကွၢ်အိၣ် ၂ ဘျီဟံၣ်အဘၣ်စၢၤ ၂ န့ၣ် WHO BMI-for-age z-score >-2 ၁၅% နီၤကစၢ်တယၢ်ယၢအိၣ် (လၢဖိသၣ်ကွၢ်ဂီၤဟးစီၤဖိသၣ်လၢကွၢ်စီၤတဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးတဖၣ်လၢတၢ်ထီၣ်အထီတသ့ထံၣ်ထီၣ်အထီတန့ၢ်ဘၣ်) ဖိသၣ်တဖၣ်ကြၢးဒီးန့ၣ်တၢ်ဆဲးလူၤကွၢ်ထွဲအိၣ်ထီၣ်လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ</p>	<p>ဟ့ၣ်နီၤလီၤမိၢ်ဒၢလၢတၢ်အိၣ်လီၤထူးတဖၣ်လၢ SFP တၢ်အိၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ဖိသၣ်တဖၣ်ကြၢးတၢ်ဟံၣ်အိၣ်လၢတၢ်ကွၢ်တၢ်ကျဲၤအပူၤအစၢၤကတၢ်၂ လါ အိၣ်လၢတၢ်ကွၢ်တၢ်ကျဲၤပူၤအတၢ်ထီၣ်ဃုမ့ၢ်ဝဲဖိဝသီ - အနီၤခိမိၢ်ပုၤတယၢ်ယၢမ့ၢ်တဂ့ၤထီၣ်ဘၣ်ဖဲခံၣ်န့ၣ်, ဆူဆူ IPD လၢတၢ်ကယိထံကွၢ်ကွၢ်အဂီၢ်. ဖိသၣ်မ့ၢ်တဖၣ်ထီၣ်ဒ်အကြၢးဒိၣ်ထီၣ်အသိးလၢဃုန့ၣ်အတီၢ်ပူၤဘၣ်န့ၣ်, ဆိကမိၣ်လၢတၢ်ကဘၣ်တူၢ်လီၤအိၣ်လၢ IPD လၢ ၂ န့ၣ်တုၤ၃ န့ၣ် (လၢတၢ်ကဟ့ၣ်အိၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ဖဲတၢ်လီၢ်ဝဲန့ၣ်အဂီၢ်)</p>

တၢ်နီၤလီၤဒုးအိၣ်အါထီၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဒိသဒၢပုၤလၢအအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်လီၤထုးတၢ်ပညိၣ်ပၢနီၢ်အိၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ	တၢ်တူၢ်လိာ်	တၢ်ပျဲၣ်လီၤ	တၢ်မၤအိၣ်အကျိၤအကျဲ/တၢ်ပၢ်ပျီၤထီၣ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်
ပုၤဆူးပုၤဆါလၢအဆါယံာ်ထာဲတဖၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်သးပျီၤလီၤတံၣ်လီၤဆဲးတဖၣ်	<p>ပုၤဆူးပုၤဆါလၢတၢ်ပၢ်ပျီၤထီၣ်လၢအိၣ်ဒီး</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ပသိၣ်တၢ်ဆါ COPD/တၢ်ဆါအိၣ်လၢပကိပူၤ(emphysema) လၢအနးကတၢၢ်အပတီၢ်တဖၣ် 2. တၢ်သးဘံးတၢ်ဆါလၢအနးမး 3. သးတၢ်ဆါလၢအိၣ်ဖျဲၣ်ပၣ်ဃုာ် 4. ဝဲစၢၣ်တၢ်ဆါ (Cancer) 5. ပုၤလၢအိၣ်ဒီးသးတၢ်ဆါ(Advanced cardiopulmonary disease) 6. ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထွဲဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါယံာ်ထာဲလၢအတယၢ်လၢအစ့ၤန့ၢ် ၁၈.၅(BMI<18.5) 7. တၢ်အဂ့ၢ်အဂၤပုၤဆါတဂၤဘၣ်တဂၤမၤကွၢ်ဒီးဆၢတၢ်အိၣ်ဖျီတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်န့ၢ်ခါန့ၢ်ဘါအပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် 	<p>တၢ်ဆၢတၢ်အိၣ်သး</p> <p>BMI ≥18.</p>	<p>ဟ့ၣ်ဒုး SFP အတၢ်အိၣ်ဆူပုၤဆါလၢအဆါယံာ်ထာဲသ့ၣ်တဖၣ်</p> <p>ပုၤဆါလၢအမ့ၢ်ဖိသၣ်လၢသးန့ၣ်အိၣ်(၆)လါတုၤ(၂)န့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်, လၢ SFP-Remix အလီၢ်န့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်က့ၤအိၣ်လၢ BabyBRIGHT (တလါန့ၣ်(၃)ကံလိကြိၣ်)န့ၣ်လီၤ.</p>
ဖိသၣ်မ့တမ့ၢ်သးပုၤလၢအိၣ်ဒီးနီၢ်ခိကွၢ်ဂီၤတလၢတပုၤ	<p>ပုၤလၢတၢ်ပၢ်ပျီၤထီၣ်လၢအအိၣ်ဒီး</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ခိၣ်န့ၣ်ဟးဂီၤနးနးကလဲာ် (အိၣ်တၢ်အိၣ်အကိၤတသ့) 2. နိးဖံးတၢ်ဖးတၢ်ဆါ(Cleft palate) 3. ယုၢ်လီၤတၢ်ကီ (ယုၢ်လီၤတၢ်တသ့) 	<p>တၢ်ဆၢတၢ်အိၣ်သး</p>	<p>မၤန့ၢ် SFPအတၢ်ဒုးအိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူပုၤလၢနီၢ်ခိကွၢ်ဂီၤတလၢတပုၤတဖၣ်-တအိၣ်တၢ်အိၣ်လၢအကိၤဘၣ်.</p>
ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ပသိၣ်တၢ်ဆါ (TB)/HIV တၢ်ဆါတဖၣ်	<p>ဒီးသန့ၤသးလၢတၢ်ဆါအိၣ်ပျီၤအဖီခိၣ်</p>	<p>TB ပုၤဆါတဖၣ် - ဝဲလၢတၢ်ကူၤစါယါဘျါအိၣ်လၢလၢပုၤပုၤဝံၤအလီၢ်ခဲ</p> <p>HIV - ဆဲးကူၤစါဆူညါကွၢ်ကွၢ်</p>	<p>ပုၤဆါHIVလၢတၢ်ပနီၢ်ပျီၤထီၣ်(AIDS)လံသ့ၣ်တဖၣ်အဝဲကဘၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ် SFP တၢ်အိၣ်ခံဘျီန့ၣ်လီၤ.</p>
ဖိသၣ်အိၣ်န့ၢ်ဖိလၢတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်တသ့တဖၣ်, ဖိၣ်ဃဲ, ဖိသၣ်လုၢ်ဖိတဖၣ်	<p>က့ၤကွၢ်က့ၤလၢတၢ်တူၢ်လိာ်အလံာ်န့ၣ်ကျဲတၢ်ပၢ်ပျီၤအပုၤ</p>	<p>က့ၤကွၢ်က့ၤလၢတၢ်ပျဲၣ်လီၤအလံာ်န့ၣ်ကျဲတၢ်ပၢ်ပျီၤအပုၤ</p>	<p>လံာ်တၢ်န့ၣ်ကျဲလၢအမ့ၢ်တၢ်တူၢ်လိာ်ဒီးတၢ်ပျဲၣ်လီၤန့ၣ်ကဘၣ်တၢ်လူၤမၤထွဲအိၣ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးန့ၣ်လီၤ.</p>

* ပုၤတဂၤဘၣ်တဂၤအတၢ်ဂ့ၢ်တဖၣ်မ့ၢ်တဘၣ်လိာ်သးဒီးတၢ်လိာ်ဘၣ်အိၣ်အတီၢ်ပတီၢ်လၢတၢ်ဖိခိၣ်တဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်, တၢ်ကဘၣ်ကွၢ်ဆိကမိၣ်အိၣ်လၢတၢ်ကတူၢ်လိာ်အိၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်တၢ်အိၣ်ဂီၢ်ဘါဒီးတၢ်ကူၤစါယါဘျါအတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်အပုၤန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ကတီၢ်သကိးအိၣ်ဒီးထံၣ်ဘၣ်ဘၣ်စံၣ်တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂီၢ်န့ၢ်ဘါအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအပုၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ထုးထီၣ်ကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တဖၣ်လၢကဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ်အိၣ်လီၤတြးသတူၢ်ကလၢနီၤအယံာ်ထၢဝဲတဖၣ်

တၢ်လၢအဒုးန့ၣ်ဖျါ တၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါ အတၢ်ဖတၢ် တၢ်အိၣ်သး အပတၢ်	တၢ်တယၢ်ဃာလၢတၢ်နီၤထီ အဂီၢ် စီၤကွၢ်ဖိသၣ်လၢအတၢ်အိၣ် လီၤတြးသတူၢ်ကလၢ(ပုၤလၢ အဃၢၤသံ)လၢတၢ်လူၤဃုသ့ ညါဒီးန့ၢ်လီၤလၢတၢ်ဟ့ၣ်အိၣ် တၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤပူၤ	တၢ်တယၢ်ဃာလၢသးန့ၣ်အဂီၢ် စီၤကွၢ်ပုၤလၢအတယၢ်ဃာတ လၢ(ဃၢၤတလၢ)တဖၣ်ဒီးသူလၢ တၢ်သမံသမိးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အဂီၢ် (တၢ်အိၣ်လီၤတြးသတူၢ်ကလၢ ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤတြးယံာ်ထၢဝဲ တဖၣ်အတၢ်တလီၤဆီလိာ်သး)	တၢ်တယၢ်ဃာလၢသးန့ၣ်အဂီၢ် စီၤကွၢ်ဖိသၣ်လၢအဒိၣ်ဃံလၢအလီၤ တြးလၢတၢ်အိၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ကဃု သ့ၣ်ညါအဂ့ၢ်အဂီၢ်.	MUAC 1* မၤကွၢ်တၢ်အိၣ်လီၤတြးသတူၢ်ကလၢ လၢဖိသၣ်လၢအအိၣ်၁-၅န့ၣ်အပူၤ, ပုၤ သးပုၤတဖၣ်, ဖိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟုးအသးဒီး ဖိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်ဒ်သိးလၢကန့ၣ် လီၤဘၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ်အတၢ် ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤပူၤအဂီၢ်.	BMI 2* (တၢ်ဒုးမိၢ်ပုၤအတၢ်န့ၣ်ကျဲ) စီၤကွၢ်တၢ်အိၣ်လီၤတြးသတူၢ်ကလၢ လၢပုၤနီၤဒိၣ်လၢသး၁၈န့ၣ်အူဖိခိၣ်လၢ တၢ်ဃုသ့ၣ်ညါအဂ့ၢ်အဂီၢ်ဒ်သိးလၢက န့ၣ်လီၤဘၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ် အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤပူၤအဂီၢ်.
အိၣ်လၢတၢ်လီၤဘၣ် ယံာ်အပူၤ	<1.5 - ≥-2 z scores	<1.5 - ≥-2 z scores	<1.5 - ≥-2 z scores	<230 mm (ပုၤနီၤဒိၣ်တဖၣ်, ဖိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟုးအ သးဒီးဖိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်)	17-18.5 (ပုၤနီၤဒိၣ်တဖၣ်)
ဖဲအကြး	≥-3 to <-2 z scores	≥3 to <-2 z scores	≥3 to <-2 z scores	<185 mm (ပုၤနီၤဒိၣ်တဖၣ်, ဖိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟုးအ သးဒီးဖိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်)	16 - <17 (ပုၤနီၤဒိၣ်တဖၣ်) 15-<16 (ပုၤလိၣ်ဘိထီၣ်)
နးမး	<-3 z scores	<-3 z scores	<-3 z scores	<170 mm (ပုၤနီၤဒိၣ်တဖၣ်, ဖိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟုးအ သးဒီးဖိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်)	<16 (ပုၤနီၤဒိၣ်တဖၣ်) <15 (ပုၤလိၣ်ဘိထီၣ်)

1. MUAC (mid upper arm circumference) တၢ်စီၤကွၢ်အတၢ်တဖၣ်ကဘၣ်တၢ်သူတၢ်မၤကွၢ်လၢအမုၢ်ဖိသၣ်အဂီၢ်တဖၣ် (<12.5cm) မၤတၢ်စီၤကွၢ်တၢ်နီၤထီအတယၢ်ဃာလၢကန့ၢ်လီၤလၢ SFP

2. (BMI ကဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ဒ်တၢ်ပၢ်ဖျါလၢအဖိလၢအသိး: $BMI = \frac{wt (kg)}{ht (m)^2}$)

*တၢ်ပံးန့ၢ်အီၤလၢWHO အတၢ်အိၣ်န့ၢ်ဂံၢ်န့ၢ်ဘါလၢဂ့ၢ်ဂီၤအူအပူၤ/CDC/MSF အလံာ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်(တၢ်မၤဂ့ၢ်ထီၣ်က့ၤအီၤ)

တၢ်ပုၤအိၣ်အိၣ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်ဂံၢ်ဘၢအတၢ်မၤအကျါအကျိးတၢ်ကူၤယါဘျါတၢ်အိၣ်အပိးအလီၤအတၢ်ဆိၣ်ထွဲၤမၤ

ကၢၤလၢတၢ်ပညိၣ်ဟံၣ်ပနီၣ်အီၤ		တၢ်အိၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတလၢအဂီၢ်					ထံၣ်ဘၣ်ဘၣ် စံၣ်အတၢ်နီၤ လီၤတၢ်အိၣ်
		AsiaREMIX	BabyBRIGHT	SFP-REMIX	ထီၣ်သိးအိၣ်	၈	
ဖိသၢ်သးနီၣ်ဖိလိတုၤ ၂၄လၢခဲလၢၣ် (နီၤလီၤ 3 kg လၢတလၢဂီၢ်)*		3 kg					
ဖိသၢ်လီၤတြးလၢတၢ်အိၣ်ဖဲအတြးစ့ၤန့ၢ်ဒီးအုၣ်တဆဲ (နီၤလီၤ 1 X တနွံအဂီၢ်)			4 kg	0.5 L			
ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးအသးတဖၣ်	1.5 kg			0.5 L	0.5 kg		
ပိၣ်မုၢ်အိၣ်ဒီးအဟူးသးလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤတြးတၢ်ဆါ တဖၣ်	2 kg			1 L	0.5 kg		
ပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်	2 kg			1 L	0.5 kg		
ပိၣ်မုၢ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်ဖိလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤတြးတၢ်ဆါတဖၣ်	2 kg			1 L	1 kg		
တၢ်ဆါလၢအယံၣ်အထၢတၢ်အိၣ်သးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်တုၤတဖၣ်	1 kg			0.5 L			
ပုၤလၢနီၤဂီၢ်ကွၢ်ဂီၢ်တလၢပုၤ-တဘၣ်အိၣ်တၢ်အိၣ်အကီၤ			up to 4 kg	0.5 L			
ပုၤဘၣ်တၢ်ပသိၣ်တၢ်ဆါ TB ဒီး HIVတၢ်ဆါ	2 kg			0.5 L	0.5 kg		
IPD အပုၤဆါ(လၢတၢ်ချါ) + တၢ်ကူၤယါဘျါအတၢ်ပိး တၢ်လီၤ(ပုၤဆါလၢတၢ်ဆုၤလီၤတဖၣ်)						ပုၤဆါ + ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်တဂၤ	

* မ့ၢ်ဆဲးလီၤအမဲၤလၢ SFP ဖိသၢ်တၢ်အိၣ်လီၤတြးတဖၣ်အဂီၢ်န့ၢ်, ဖိသၢ်ကဘၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ထဲ SFPအတၢ်အိၣ်လီၤတြးလၢဖိသၢ်ဂီၢ်တနွံဘၣ်တနွံအဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.

**တၢ်မၤပုၤတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်ဃၢဃုာ်တၢ်အိၣ်အကျိၤအကျဲ*
လၢဖိသၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လီၤထူးလၢသးအိၣ် ၁၀န့ၣ်ဆူဖီလၢတဖၣ်အဂီၢ်**

တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်ဃၢဃုာ်အိၣ်တဖၣ်	၁ ကံလိ	၂ ကံလိ	၃ ကံလိ	၄ ကံလိ	၅ ကံလိ
အ့ၣ်ရဲးမံးစ(AsiaREMIX)	၈၈၀ကြိၣ်မံ	၁.၇၅ ကံလိ	၂.၆၅ ကံလိ	၃.၅ ကံလိ	၄.၄ ကံလိ
တၢ်န့ၣ်ထံလၢအသိတအိၣ်ကမူၣ်	၈၀ကြိၣ်မံ	၁၆၀ကြိၣ်မံ	၂၄၀ကြိၣ်မံ	၃၂၀ကြိၣ်မံ	၄၀၀ကြိၣ်မံ
ထီၣ်နီၣ်/ပထိးဘီအသိ (၁ လံးထၢ် = ၉၂၀ကြိၣ်မံ)	၄၀ကြိၣ်မံ	၈၀ကြိၣ်မံ	၁၂၀ကြိၣ်မံ	၁၆၀ကြိၣ်မံ	၂၀၀ကြိၣ်မံ

* တၢ်မၤန့ၣ်တၢ်ကျိၣ်ကျိၣ်အိၣ်တၢ်ကျဲၤအကျိၤအကျဲအိၣ်လၢ WFP Super Cereal Specification

တၢ်န့ၣ်ကျဲၤအကျိၤကျဲၤလၢတၢ်ကဘၣ်ဃၢဃုာ်အိၣ်လဲၣ်အဂီၢ်

၁. ဟံပနီၣ်လီၤလၢတၢ်ကလိၣ်ဘၣ်အိၣ်ဆံးအိၣ်လၢတံၣ်တီၢ်ပူၤအဂီၢ်.
၂. စီၤကွၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ကဃၢဃုာ်အိၣ်တဖၣ်ဒီးဖၢန့ၣ်လီၤအိၣ်လၢတၢ်ဖၢလၢအိၣ်ဒီးကဆဲးကဆိၣ်တဖျၢၣ်အပူၤလၢတၢ်ကကျိၣ်ကျိၣ်အိၣ်အဂီၢ်.
၃. ဃၢဃုာ်အိၣ်လၢတၢ်အဃုထီၣ်ဒီးဃၢဃုာ်လိၣ်သးဘၣ်ဂီၢ်ဝဲၣ်ၤ၇၀- သူတၢ်ဖျိၣ်စု မ့တမ့ၢ် နီၣ်တၢ်ဖးထီၣ်လၢတၢ်ကျိၣ်ကျိၣ်ဃၢဃုာ်တၢ်အဂီၢ်.
၄. စီၤကွၢ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်အနီၣ်ဂံၢ်ထဲလဲၣ်လၢတၢ်ဘျီၣ်စုၣ်အဂီၢ်, ဖၢန့ၣ်လီၤအိၣ်ဆူထၢၣ်ကဆိၣ်အပူၤဒီးကးတၢ်ဃၢဃုာ်အိၣ်လဲၣ်အဂီၢ်.

AsiaREMix Specification

AsiaREMix is a product for adults and children over 5 years of age, prepared from heat treated rice and soya beans, sugar, vitamins and minerals. If **AsiaREMix** is consumed as a porridge, it should be prepared by mixing an appropriate proportion of flour and clean water (i.e. 40g of **AsiaREMix** with 250g water) followed by cooking time at simmering from five to ten minutes.

Main ingredients - AsiaREMix is manufactured according to the following:

Ingredients	Percentage (<i>by weight</i>)
Rice	57.30
Whole soya beans	30.00
Sugar	11.00
Vitamin/Mineral FBF-V-13	0.20
Dicalcium Phosphate Anhydrous	1.23
Potassium chloride	0.27

Method of processing - AsiaREMix shall be processed as a partially pre-cooked food under conditions which permit improvements in digestibility of starches and proteins and in particular, de-activation of trypsin inhibitors in soya (as indicated by urease test).

Micronutrients - AsiaREMix must be fortified to provide the following net micronutrient **supplement/100g** finished product:

	Target/100g flour	Form
Vitamin/Mineral premix FBF-V-13		
Vitamin A	3460 IU	Dry Vitamin A Palmitate 250 Cold Water. Dispersible Stabilized
Vitamin D3	441.6 IU	Dry Vitamin D3 100 Water Dispersible Stabilized
Vitamin E TE	8.3 mg	Dry Vitamin E Acetate 50% Water Dispersible
Vitamin K1	30 µg	Dry Vitamin K1 5% Water Dispersible
Vitamin B1	0.2 mg	Thiamine mononitrate
Vitamin B2	1.4 mg	Vitamin B2 fine powder
Vitamin B6	1 mg	Pyridoxine hydrochloride
Vitamin C	90 mg	Ascorbic acid
Pantothenic acid	1.6 mg	Calcium D Panthotenate
Folate, (DFE)	110 µg	Folic acid*
Niacin	8 mg	Niacinamide
Vitamin B12	2 µg	Vitamin B12 0.1% or 1% Spray Dried
Biotin	8.2 µg	Biotin 1%
Iodine	40 µg	Potassium Iodide*
Iron (a)	4 mg	Ferrous fumarate fine powder
Iron (b)	2.5 mg	Iron-sodium EDTA
Zinc	5 mg	Zinc Sulphate Monohydrate
<i>Carrier</i>		Corn maltodextrin
* Adequate dilution must be used to guarantee premix homogeneity		
Other minerals		
Potassium	140 mg	Potassium Chloride with 0.5% silicon dioxide as anticaking agent, compliant with food chemical codex, min 90%<425 micron and min 60%<250 micron
Calcium	362 mg	Dicalcium Phosphate Anhydrous, compliant with food chemical codex, min 95%<250 micron, total aerobic viable count <1000 CFU/g, yeast<10. CFU/g, mould <100 CFU/g, and enterobacteria negative in 1 g.
Phosphorous	280 mg	

တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်ဖးအိၣ်တၢ်အိၣ်ကဲဘျးအတၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်လၢဖိသၣ်ဆဲးဒီးဖိသၣ်ဒိၣ်တီၣ်သးတဖၣ်

ဖိသၣ် အသးန့ၣ်	တလၢတၢ်အိၣ်တၢ်လိၣ် ဘၣ်တၢ်ဒီးအိၣ်၃၆၀၀ တြၢၤအိၣ်ကဲတဖၣ်	တၢ်ဖးအိၣ်ကဲကဆိ လၢတၢ်ဘၣ်တ ဘျီကိၣ်လိၣ်ဘၣ် (မဲလံၣ်လံၣ်တၢ်)	တၢ်ဘျၢၣ်န့ၣ်ဖိသၣ် တၢ်န့ၣ်ကမ့ၣ်လၢ တၢ်ဖးအိၣ်တဘျီ ဘၣ်တဘျီကိၣ် အနီၣ်ဂံၢ်	တၢ်ဖးအိၣ် မုၢ်န့ၣ်အဂီၢ် အနီၣ်ဂံၢ်	တၢ်ဖးအိၣ် သၣ်တၢ်န့ၣ် ထံလၢတ န့ၣ်အဂီၢ် အနီၣ်ဂံၢ်	တၢ်ဖးအိၣ် လၢတန့ၣ်အဂီၢ် အနီၣ်ဂံၢ် လၢတန့ၣ်အဂီၢ် အနီၣ်ဂံၢ် လၢတန့ၣ်အဂီၢ် အနီၣ်ဂံၢ်
6 mos	7	240	8	6	663	200 Kcal = 50 gm BabyBRIGHT ဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်မၤဘျးအိၣ်အမၤအမၤတက့ၢ်သၣ်, လုၢ်န့ၣ်သၣ်, တၢ်သ့တၢ်သ့လၢကတၢ်ဖးတၢ်ဖးတၢ်လၢ တဖၣ်.တၢ်ညၢၣ်တဖၣ်ဒီးသိ. မၤဘျးဒီးသိလၢတဖၣ်ဒီးန့ၣ်ထံ
7 mos	5	120	4	6	442	200 Kcal = 50 gm BabyBRIGHT စးထီၣ်ပၣ်သ့တၢ်အိၣ်အဂီၢ်အမၤအမၤတက့ၢ်သၣ်, လုၢ်န့ၣ်သၣ်, တၢ်သ့တၢ်သ့လၢကတၢ်ဖးတၢ်ဖးတၢ်လၢ တဖၣ်.တၢ်ညၢၣ်တဖၣ်ဒီးသိ. မၤဘျးဒီးသိလၢတဖၣ်ဒီးန့ၣ်ထံ
8 mos	5	120	4	6	442	200 Kcal = 50 gms BabyBRIGHT စးထီၣ် “ဖိသၣ်တၢ်အိၣ်” နံအမၤတက့ၢ်သ့တၢ်အိၣ် အဂီၢ်အဂီၢ်လၢတဖၣ်အိၣ်ထံအကစၢ်ဒၣ်တကၤသ့.
9 mos	5	150	5	5	442	300 Kcal = 75 gm BabyBRIGHT ဆဲးဒီးသ့ညါတၢ်ဖးအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၣ်အသိတဖၣ်.
10 mos	5	150	5	5	442	300 Kcal = 75gm BabyBRIGHT ဆဲးဒီးသ့ညါတၢ်ဖးအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၣ်အသိတဖၣ်.
11 mos	5	150	5	4	442	300 Kcal = 75gm BabyBRIGHT ဆဲးဒီးသ့ညါတၢ်ဖးအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၣ်အသိတဖၣ်.
12 mos	4	180	6	3	398	550 Kcal = 135 gm BabyBRIGHT ဖိသၣ်တြၢၤစးထီၣ်အိၣ်ပၣ်သ့တၢ်ဖိဖိအတၢ်အိၣ်

**တၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အဂ့ၢ်အကျိၤလၢအံၤရၣ်ရံးမံးစံ (AsiaREMIX)ဒီးဘ့ၣ်ဘၣ်တြၢ်ထံ
(BabyBRIGHT)အဂီၢ်**

ထံၣ်ဘၣ်စံၣ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤဝဲ -

- ၁. တၢ်သိၣ်လိလၢကမၤပျၢၢ်သဘျၢကရၢပုၤမၤ
တၢ်ဖီ(ဖဲလၢအမ့ၢ်လိၣ်ဝဲအခါ)
- ၂. တၢ်အိၣ်လၢတၢ်စူးကါလၢတၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖီ
အိၣ်တၢ်ဒ်လဲၣ်အဂီၢ်တဖၣ်.
 - သိအိၣ်
 - အံၤသၣ်
 - ဝဲဘီ
 - **အုၣ်ရံးမံးစံမ့တမ့ၢ်ဘ့ၣ်ဘၣ်တြၢ်ထံ**
 - **သ့ၣ်လး/သ့ၣ်**
- ၃. တၢ်ဟ့ၣ်ကဒါက့ၢ်တၢ်ဟံပနီၣ်ဃာ်နီၣ်ဂံၢ်
လၢတၢ်ကမၤအါထီၣ်တၢ်အိၣ်အဂီၢ်.
 - တၢ်ဒံၣ်တဖၣ်
 - ပသဲဝါ/ပသဲဂီၤတဖၣ်
 - တၢ်ဒီးတၢ်လၢၣ်/တၢ်သုတၢ်သၣ်တဖၣ်
 - **အုၣ်ရံးမံးစံမ့တမ့ၢ်ဘ့ၣ်ဘၣ်တြၢ်ထံ**
 - **သ့ၣ်လး/သ့ၣ်**

ပုၤမၤသကိးတၢ်ကရၢဟ့ၣ်မၤစၢၤဝဲ-

- ၁. တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အတၢ်ဖီတၢ်လံၤတဖၣ်.
 - တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အဖၣ်ကွၢ်တဖၣ်
 - မ့ၣ်ဒွဲးတဖၣ်
 - တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အသပၤဒီးမိခၣ်
တဖၣ်
 - ဒီတဖၣ်
 - တၢ်ကူၣ်လီၤတၢ်အရူ
 - နီၣ်တံၢ်လၢတၢ်ကတံၢ်သ့ၣ်လး
ကိၢ်သ့းအဂီၢ်
 - တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အတၢ်ပီးတၢ်လီတ
ဖၣ်
 - ခူးဖျၢၣ်သလၢၣ်, နီၣ်တၢၤ
 - တၢ်သုစုအသလၢ(စလိၣ်)ဒီးချါ
သိ(ဆးပုၣ်)
- ၂. တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်/တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲ
- ၃. ပုၤမၤတၢ်ဖီ

ဘၣ်မနုၤဃိလၢတၢ်ဘၣ်မၤတၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်ဒ်လဲၣ်အကျိၤအကျဲတဖၣ်န့ၣ်လဲၣ်.

- မၤလီၤတၢ်ပုၤလၢအဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်ကသုစူးကါအီၤညီဝဲလၢအဟံၣ်အဂီၢ်.
- မၤစၢၤပုၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်နၢ်န့ၣ်လီၤသးလၢကဖီအိၣ်ဝဲဒီးအိၣ်တၢ်အိၣ်အံၤအဂီၢ်.
- **ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်ကဘၣ်အိၣ်အီၤအခါဖဲလဲၣ်ဒီးတၢ်ကဘၣ်အိၣ်အီၤဆံးအါ
လဲၣ်.**
- **ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်အတၢ်ကဲဘျူးကဲဖိၣ်တဖၣ်.**

တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်သ့ၣ်ကါခိၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်လၢအကဲဘျူးတုၤလီၤတီၤလီၤဝဲတဖၣ်

- ၁. ဟံပနီၣ်ပုၤထီၣ်တၢ်မၤလိအဂၤတဆံမ့တမ့ၢ်စ့ၤန့ၣ်ဒီးအဂၤတဆံးလၢလီၢ်ကဝီၤဖးလဲၣ်တတီၤ
အပူၤ (မၤအီၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်ဖိ မ့တမ့ၢ် ပုၤတဝၢပူၤသ့ဝဲ).
- ၂. မၤတၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အကျိၤကျဲလၢအညီဝဲဒ်သိးလၢပုၤကိးဂၤမၤအီၤသ့ဝဲ.
- ၃. ဒုးန့ၣ်ဟံဖျါထီၣ်တၢ်ကတဲၢ်ကတီၤတၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဃုၣ်ဒီးပုၤဒိကန့ၣ်တၢ်ဖီ -
တဘၣ်ကတဲၢ်ကတီၤဆိဟံတၢ်အိၣ်ဘၣ်.
- ၄. မၤလီၤတၢ်လၢပုၤမၤလိတၢ်ဖီတဖၣ်ထံၣ်ဘၣ်ဝဲနမၤတၢ်မနုၤတဖၣ်သ့ဝဲ.
- ၅. ဒုးန့ၣ်ဟံဖျါထီၣ်တၢ်မၤအီၤတပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ်လၢတၢ်ကဘၣ်ဖီအိၣ်တၢ်အိၣ်အံၤဒ်လဲၣ်အဂီၢ်.
- ၆. တဲန့ၣ်ပၢ်တၢ်မၤတၢ်တပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ်ဖဲလၢတၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အဆၢကတီၢ်.
- ၇. ဒုးသ့ၣ်ညါတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးအုၣ်ရံးမံးစံဒီးဘ့ၣ်ဘၣ်တြၢ်ထံအတၢ်ကဲ
ဘျူးကဲဖိၣ်တဖၣ်ဖဲလၢတၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ဖီအိၣ်တၢ်အဆၢကတီၢ်.
- ၈. ဟ့ၣ်ပုၤမၤလိတၢ်ဖီတဖၣ်အခွဲးယၢ်လၢကသံကွၢ်တၢ်.

- ၉. မာပုမာလိတ်ဖိ ၁ ဂ၊ မုတမ့် အါန့်တဂါလကမာဝဲတံဖိအိတ်အတံန့်ကျတမံဃီ လာနသိတ်လိအိဝဲလာနမပုးအိဝံလိခံ.
- ၁၀. မာလိတ်လာပုကိးဂါကမာကွာဘတ်ဝဲတံဖိအိတ်အဖိအတံဝဲအံ.

တံဖုးသုတ်နိတ်ထိတ်တံလါအကဲဘျးကဲဖိတ်

တချးလာနစးထိတ်ဘတ်နုတ် -

- ၁. ဃုထာတံဖိအိတ်အတံန့်ကျ(တဖုတ်)လာနကကတံကတီအိးခိးဂံးဖုးတံလိတ်ဘတ်တံ အိတ်ဆံးအါလဲတ်.
- ၂. ကတံကတီပတ်ဃာတ်လိမုတမ့်ဖးတဖျုတ်လာနကမာတံဖုးန့်တံဖိအိတ်အဂီ. မာဃာတ် ဖးတဖျုတ်လာတံဖိအိတ်တြိးဖိးသုဝဲအလိ န်သိးလာပုသုတ်တဖုတ်ဟ်ဖိတ်ထိတ်သးသုဖိးနုတ် လါမာသကိးဃုတ်တံသုဝဲအဂီ.
- ၃. ပု၊ မုတမ့် မုတ်လိတ်တံအိတ်အတံဖိတံလံတဖုတ်ဖိးသုတ်လးလာလိတ်ဝဲတဖုတ်(တံမုတ်လိတ်တံ တဖုတ်အဂီနုတ်တံကဘတ်သုးကျဲရဲန့်ကျဲဆိတ်အိးထံတ်ဘံတ်စံတ်)
- ၄. မာလိတ်လာတံဖိတံလံလာနကဖိအိတ်အဂီတဖုတ်ကဘတ်အိတ်ဟ်ဝဲခဲလါ(ကွာတ်ဖိတံ လံစရီလာတံရဲနုတ်လိပတ်အိလာတံဖိခိတ်တဖုတ်).
- ၅. ဆိလိပတ်လိတ်ကဘတ်မာတံဖုးန့်တံဖိအိတ်အဂီလဲတ်. မာလိတ်လာနဃုထာပုတဂါလ လါကပာဆုာရဲနုတ်ကျဲတံမာအကျိအကျိးမုပုလာအဖိအိတ်သုဝဲလာကဖုးန့်ဟ်ဖျါထိတ် တံဖိအိတ်အဂီ. တံဃုထာမုတ်ဝဲ -
 - ၁) ပုဖိအိတ်ဖိဖုးန့်ဟ်ဖျါထိတ်ဖိအိတ်ဖိးတဘျီဃိတ်နံပာ်တံမာအိတဆိဘတ် တဆိတဖုတ်လဲတ်ဖဲလာမာဝဲအခါ, မုတမ့်
 - ၂) မာလိဆိနုတ်ပုတဂါလာကတဲဖျါထိတ်မာအိတဆိဘတ်တဆိအဂုအကျိဖဲလာပုဖိ အိတ်ဖိဖုးန့်ဟ်ဖျါဝဲအတံဖိအိတ်အဂါ.
- ၄. ဘိးဘတ်သုတ်ညါလိဆူပုတဂါအပုလာကဆိတ်ထွဲမာစါတံဖုးန့်တံဖိအိတ်ဖိးထုးနုတ်ပု သုတ်တဖုတ်အသးလာကဟဲထိတ်ဝဲ.

တံဖုးန့်တံဖိအိတ်အနု

- ၁. ဆိလိပတ်လိဆိတ်ကဖုးန့်တံဖိအိတ်အလိလာတနုတ်ရဲနုတ်တီပု. မာလိတ်လာတံ လိအံကဘတ်ကဆုကဆိးပုဖျးလာဖိသုတ်ဆံးဖိတဖုတ်အဂီ.
- ၂. ဖုးသုတ်နိတ်ထိတ်ပုခဲလါလာကဘတ်ဖိတ်ဝဲတံအိတ်တဖုတ်နုတ်ကဘတ်သုအစုစိတချးလာစးထိတ်ဝဲ ဖိးဘတ်.
- ၃. စးထိတ်မာကဲထိတ်ဆိမုတ်အူတချးလာကစးထိတ်တံဖုးန့်တံအတံမာဖိးစးထိတ်မာကိထိတ်သိ အိတ် မုတမ့် ချိတ်ထံချိဖဲလာအလိတ်ဝဲလာတံဖုးန့်တံဖိအိတ်အဂီ.

မာတံဖုးန့်တံဖိအိတ်အကျိအကျဲ

- ၁. တဲနံပာ်လာတံမနုတဖုတ်လာနကကတံကတီအိလာနုအဝဲနုးဖိးဘတ်မနုဃိလာအမုတ်တံ လါအဂုဝဲလာတံအိတ်ဆူနုအိတ်ချ့အဂီလဲတ်.
- ၂. ဖုးန့်ပုမာလိတ်ဖိ/ပုဖိကနုတ်တံဖိတဖုတ်လာနကစုးကါတံဖိတံလံမနုတဖုတ်လဲတ်.
- ၃. သံကွာတ်သံကွာတ်တဖုတ်ဆူပုမာလိတ်ဖိ/ပုဖိကနုတ်တံဖိတဖုတ် - အဖိ - မတဲတဲဘတ်ယါ သုဝဲလာအူရဲနုတ်မံးစံနုတ်ဘတ်တံတုအိလာမနုလဲတ်.

- ၄. ငှားနဲ့ပတ်ပျိုထီတံတံကကတံကတံတံအိတ်ဒ်လဲတံတံဘတ်တံတံ.
- ၅. နမာ်ငှားနဲ့ပတ်ပျိုထီတံတံဖိအိတ်တံအတံနဲ့ကျဲအိတ်တံနဲ့တံခါနဲ့, နကဘတ်ငှားနဲ့ပတ်ပျိုထီတံတံဖိအိတ်တံအတံနဲ့ကျဲတံခါစုတ်စုတ်လံအကတံလီလီဆီဆီဝဲနဲ့လီ.
- ၆. တဲနံပံတံတံထုထုအကျဲတံခါဂုတံခါဂုလံမလီဆီဆီဝဲတံဖိအိတ်တံအတံနဲ့ကျဲတံဖုတ်သုဝဲ. အဖိ - ခွဲတံသိထီတံပသံဝါဒီးပသံဂီလံသိအိတ်အပူဒီးဖဲနံလီဆူအူရှုရံမံးစံအတံကပိတ်အပူဖဲလံတံမုတ်ကတံကတံတံအိတ်လံဟံတံဖိဖိဖိတံဖုတ်အဂီ.
- ၇. ဟုတ်တံသုတ်ညါနံပံဘတ်ဘးတံအိတ်နံဂံနံဘါမုတံမုတ်တံအိတ်ဆူအိတ်ချ့အဂီအကျဲ - အဖိ - အဆံကတံဖဲလဲလံတံကဘတ်ငှားဖုတ်ဖိသံဆံးနံလံငှားအိတ်ကတံအိတ်နံဂံနံဘါတံဖုတ်သုတ်ဒီးတံအိတ်မိတ်နံထံ မုတံမုတ် ဘတ်မနုထီဘတ်တံမံအူ (vitamin A) မုတ်တံအကိတ်ဝဲလံတံအိတ်ဆူအိတ်ချ့ဂုဝဲအဂီလဲနဲ့လီ.
- ၈. သံကွဲမုတ်အဝဲသုတ်အတံသံကွဲအိတ်တံမံမံခါ.
- ၉. မပူထီတံမလီဖိတံမုတ်မုတ်အိတ်တံကလံကတံကတံတံဖိအိတ်တံအတံနဲ့ကျဲအကျဲကျဲကဒီးတံဘျီဒီးကတံသကံးတံမလီတံဆီဘတ်တံဆီလံကရူဒီးတဖုအပူ.
- ၁၀. မဖိသုတ်ဒီးမိတ်ပဲလံသုအစုစီသီလံချါသိ(ဆးပုတ်)ဒီးထံကဆီတံချးမလံကွဲတံဖိတံအိတ်ဒ်ဘတ်နဲ့လီ.
- ၁၁. တံအိတ်လံနုဒီးကဲထီတံအိတ်နဲ့ဟုတ်လီဆူပူမလီတံဖိ/ပူဒီးကနုတ်တံဖိလံကအိတ်ကွဲဝဲ.

လူကွဲသမံသမိးကတံငှားနဲ့တံဖိအိတ်တံအတံမလီတဖု

တံအိတ်ဆူအိတ်ချ့ကမုတ်သဘျကရံ _____ ဒဲကတံ _____ လါ/နံ _____

တံဂုတ်တံကျဲလံဘတ်တံဆူထီအိတ်	မုတ်နံမုတ်သီ	မုတ်နံမုတ်သီ	မုတ်နံမုတ်သီ	မုတ်နံမုတ်သီ
ပူထီတံမလီနီဂံခဲလံဟံဖိ				
ပိတ်မုတ်ထီတံမလီနီဂံခဲလံ(၁၀နံဆူဖိခိတ်)				
ပိတ်ခွါထီတံမလီနီဂံခဲလံ(၁၀နံဆူဖိခိတ်)				
ဖိသုတ်ထီတံမလီနီဂံခဲလံ(၁၀နံဆူဖိလံ)				
တံကတံကတံတံအိတ်မနုတဖုလဲ.				
တံကတံသကံးတံဂုတ်ခိတ်တံမနုတဖုလဲ.				

ဝံသးစူဟုတ်ထီတံထံတံဆိကမိတ်, တံကီတံခဲ မုတ်မုတ် တံသံကွဲတဖုတကွဲ.

တၢ်န့ၢ်တံၢ်န့ၢ်ဘၢလံာ်တံၢ်ယု

ဒီး

တၢ်စီၤဘျးစဲတဖၣ်

Simplified field tables

Weight-for-length GIRLS Birth to 2 years (z-scores)				World Health Organization			
cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
45.0	1.9	2.1	2.3	2.5	2.7	3.0	3.3
45.5	2.0	2.1	2.3	2.5	2.8	3.1	3.4
46.0	2.0	2.2	2.4	2.6	2.9	3.2	3.5
46.5	2.1	2.3	2.5	2.7	3.0	3.3	3.6
47.0	2.2	2.4	2.6	2.8	3.1	3.4	3.7
47.5	2.2	2.4	2.6	2.9	3.2	3.5	3.8
48.0	2.3	2.5	2.7	3.0	3.3	3.6	4.0
48.5	2.4	2.6	2.8	3.1	3.4	3.7	4.1
49.0	2.4	2.6	2.9	3.2	3.5	3.8	4.2
49.5	2.5	2.7	3.0	3.3	3.6	3.9	4.3
50.0	2.6	2.8	3.1	3.4	3.7	4.0	4.5
50.5	2.7	2.9	3.2	3.5	3.8	4.2	4.6
51.0	2.8	3.0	3.3	3.6	3.9	4.3	4.8
51.5	2.8	3.1	3.4	3.7	4.0	4.4	4.9
52.0	2.9	3.2	3.5	3.8	4.2	4.6	5.1
52.5	3.0	3.3	3.6	3.9	4.3	4.7	5.2
53.0	3.1	3.4	3.7	4.0	4.4	4.9	5.4
53.5	3.2	3.5	3.8	4.2	4.6	5.0	5.5
54.0	3.3	3.6	3.9	4.3	4.7	5.2	5.7
54.5	3.4	3.7	4.0	4.4	4.8	5.3	5.9
55.0	3.5	3.8	4.2	4.5	5.0	5.5	6.1
55.5	3.6	3.9	4.3	4.7	5.1	5.7	6.3
56.0	3.7	4.0	4.4	4.8	5.3	5.8	6.4
56.5	3.8	4.1	4.5	5.0	5.4	6.0	6.6
57.0	3.9	4.3	4.6	5.1	5.6	6.1	6.8
57.5	4.0	4.4	4.8	5.2	5.7	6.3	7.0
58.0	4.1	4.5	4.9	5.4	5.9	6.5	7.1
58.5	4.2	4.6	5.0	5.5	6.0	6.6	7.3
59.0	4.3	4.7	5.1	5.6	6.2	6.8	7.5
59.5	4.4	4.8	5.3	5.7	6.3	6.9	7.7

**Weight-for-length GIRLS
Birth to 2 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
60.0	4.5	4.9	5.4	5.9	6.4	7.1	7.8
60.5	4.6	5.0	5.5	6.0	6.6	7.3	8.0
61.0	4.7	5.1	5.6	6.1	6.7	7.4	8.2
61.5	4.8	5.2	5.7	6.3	6.9	7.6	8.4
62.0	4.9	5.3	5.8	6.4	7.0	7.7	8.5
62.5	5.0	5.4	5.9	6.5	7.1	7.8	8.7
63.0	5.1	5.5	6.0	6.6	7.3	8.0	8.8
63.5	5.2	5.6	6.2	6.7	7.4	8.1	9.0
64.0	5.3	5.7	6.3	6.9	7.5	8.3	9.1
64.5	5.4	5.8	6.4	7.0	7.6	8.4	9.3
65.0	5.5	5.9	6.5	7.1	7.8	8.6	9.5
65.5	5.5	6.0	6.6	7.2	7.9	8.7	9.6
66.0	5.6	6.1	6.7	7.3	8.0	8.8	9.8
66.5	5.7	6.2	6.8	7.4	8.1	9.0	9.9
67.0	5.8	6.3	6.9	7.5	8.3	9.1	10.0
67.5	5.9	6.4	7.0	7.6	8.4	9.2	10.2
68.0	6.0	6.5	7.1	7.7	8.5	9.4	10.3
68.5	6.1	6.6	7.2	7.9	8.6	9.5	10.5
69.0	6.1	6.7	7.3	8.0	8.7	9.6	10.6
69.5	6.2	6.8	7.4	8.1	8.8	9.7	10.7
70.0	6.3	6.9	7.5	8.2	9.0	9.9	10.9
70.5	6.4	6.9	7.6	8.3	9.1	10.0	11.0
71.0	6.5	7.0	7.7	8.4	9.2	10.1	11.1
71.5	6.5	7.1	7.7	8.5	9.3	10.2	11.3
72.0	6.6	7.2	7.8	8.6	9.4	10.3	11.4
72.5	6.7	7.3	7.9	8.7	9.5	10.5	11.5
73.0	6.8	7.4	8.0	8.8	9.6	10.6	11.7
73.5	6.9	7.4	8.1	8.9	9.7	10.7	11.8
74.0	6.9	7.5	8.2	9.0	9.8	10.8	11.9
74.5	7.0	7.6	8.3	9.1	9.9	10.9	12.0
75.0	7.1	7.7	8.4	9.1	10.0	11.0	12.2

**Weight-for-length GIRLS
Birth to 2 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
75.5	7.1	7.8	8.5	9.2	10.1	11.1	12.3
76.0	7.2	7.8	8.5	9.3	10.2	11.2	12.4
76.5	7.3	7.9	8.6	9.4	10.3	11.4	12.5
77.0	7.4	8.0	8.7	9.5	10.4	11.5	12.6
77.5	7.4	8.1	8.8	9.6	10.5	11.6	12.8
78.0	7.5	8.2	8.9	9.7	10.6	11.7	12.9
78.5	7.6	8.2	9.0	9.8	10.7	11.8	13.0
79.0	7.7	8.3	9.1	9.9	10.8	11.9	13.1
79.5	7.7	8.4	9.1	10.0	10.9	12.0	13.3
80.0	7.8	8.5	9.2	10.1	11.0	12.1	13.4
80.5	7.9	8.6	9.3	10.2	11.2	12.3	13.5
81.0	8.0	8.7	9.4	10.3	11.3	12.4	13.7
81.5	8.1	8.8	9.5	10.4	11.4	12.5	13.8
82.0	8.1	8.8	9.6	10.5	11.5	12.6	13.9
82.5	8.2	8.9	9.7	10.6	11.6	12.8	14.1
83.0	8.3	9.0	9.8	10.7	11.8	12.9	14.2
83.5	8.4	9.1	9.9	10.9	11.9	13.1	14.4
84.0	8.5	9.2	10.1	11.0	12.0	13.2	14.5
84.5	8.6	9.3	10.2	11.1	12.1	13.3	14.7
85.0	8.7	9.4	10.3	11.2	12.3	13.5	14.9
85.5	8.8	9.5	10.4	11.3	12.4	13.6	15.0
86.0	8.9	9.7	10.5	11.5	12.6	13.8	15.2
86.5	9.0	9.8	10.6	11.6	12.7	13.9	15.4
87.0	9.1	9.9	10.7	11.7	12.8	14.1	15.5
87.5	9.2	10.0	10.9	11.8	13.0	14.2	15.7
88.0	9.3	10.1	11.0	12.0	13.1	14.4	15.9
88.5	9.4	10.2	11.1	12.1	13.2	14.5	16.0
89.0	9.5	10.3	11.2	12.2	13.4	14.7	16.2
89.5	9.6	10.4	11.3	12.3	13.5	14.8	16.4
90.0	9.7	10.5	11.4	12.5	13.7	15.0	16.5
90.5	9.8	10.6	11.5	12.6	13.8	15.1	16.7

**Weight-for-length GIRLS
Birth to 2 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
91.0	9.9	10.7	11.7	12.7	13.9	15.3	16.9
91.5	10.0	10.8	11.8	12.8	14.1	15.5	17.0
92.0	10.1	10.9	11.9	13.0	14.2	15.6	17.2
92.5	10.1	11.0	12.0	13.1	14.3	15.8	17.4
93.0	10.2	11.1	12.1	13.2	14.5	15.9	17.5
93.5	10.3	11.2	12.2	13.3	14.6	16.1	17.7
94.0	10.4	11.3	12.3	13.5	14.7	16.2	17.9
94.5	10.5	11.4	12.4	13.6	14.9	16.4	18.0
95.0	10.6	11.5	12.6	13.7	15.0	16.5	18.2
95.5	10.7	11.6	12.7	13.8	15.2	16.7	18.4
96.0	10.8	11.7	12.8	14.0	15.3	16.8	18.6
96.5	10.9	11.8	12.9	14.1	15.4	17.0	18.7
97.0	11.0	12.0	13.0	14.2	15.6	17.1	18.9
97.5	11.1	12.1	13.1	14.4	15.7	17.3	19.1
98.0	11.2	12.2	13.3	14.5	15.9	17.5	19.3
98.5	11.3	12.3	13.4	14.6	16.0	17.6	19.5
99.0	11.4	12.4	13.5	14.8	16.2	17.8	19.6
99.5	11.5	12.5	13.6	14.9	16.3	18.0	19.8
100.0	11.6	12.6	13.7	15.0	16.5	18.1	20.0
100.5	11.7	12.7	13.9	15.2	16.6	18.3	20.2
101.0	11.8	12.8	14.0	15.3	16.8	18.5	20.4
101.5	11.9	13.0	14.1	15.5	17.0	18.7	20.6
102.0	12.0	13.1	14.3	15.6	17.1	18.9	20.8
102.5	12.1	13.2	14.4	15.8	17.3	19.0	21.0
103.0	12.3	13.3	14.5	15.9	17.5	19.2	21.3
103.5	12.4	13.5	14.7	16.1	17.6	19.4	21.5
104.0	12.5	13.6	14.8	16.2	17.8	19.6	21.7
104.5	12.6	13.7	15.0	16.4	18.0	19.8	21.9
105.0	12.7	13.8	15.1	16.5	18.2	20.0	22.2
105.5	12.8	14.0	15.3	16.7	18.4	20.2	22.4
106.0	13.0	14.1	15.4	16.9	18.5	20.5	22.6

**Weight-for-length GIRLS
Birth to 2 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
106.5	13.1	14.3	15.6	17.1	18.7	20.7	22.9
107.0	13.2	14.4	15.7	17.2	18.9	20.9	23.1
107.5	13.3	14.5	15.9	17.4	19.1	21.1	23.4
108.0	13.5	14.7	16.0	17.6	19.3	21.3	23.6
108.5	13.6	14.8	16.2	17.8	19.5	21.6	23.9
109.0	13.7	15.0	16.4	18.0	19.7	21.8	24.2
109.5	13.9	15.1	16.5	18.1	20.0	22.0	24.4
110.0	14.0	15.3	16.7	18.3	20.2	22.3	24.7

WHO Child Growth Standards

Simplified field tables

Weight-for-height GIRLS 2 to 5 years (z-scores)				World Health Organization			
cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
65.0	5.6	6.1	6.6	7.2	7.9	8.7	9.7
65.5	5.7	6.2	6.7	7.4	8.1	8.9	9.8
66.0	5.8	6.3	6.8	7.5	8.2	9.0	10.0
66.5	5.8	6.4	6.9	7.6	8.3	9.1	10.1
67.0	5.9	6.4	7.0	7.7	8.4	9.3	10.2
67.5	6.0	6.5	7.1	7.8	8.5	9.4	10.4
68.0	6.1	6.6	7.2	7.9	8.7	9.5	10.5
68.5	6.2	6.7	7.3	8.0	8.8	9.7	10.7
69.0	6.3	6.8	7.4	8.1	8.9	9.8	10.8
69.5	6.3	6.9	7.5	8.2	9.0	9.9	10.9
70.0	6.4	7.0	7.6	8.3	9.1	10.0	11.1
70.5	6.5	7.1	7.7	8.4	9.2	10.1	11.2
71.0	6.6	7.1	7.8	8.5	9.3	10.3	11.3
71.5	6.7	7.2	7.9	8.6	9.4	10.4	11.5
72.0	6.7	7.3	8.0	8.7	9.5	10.5	11.6
72.5	6.8	7.4	8.1	8.8	9.7	10.6	11.7
73.0	6.9	7.5	8.1	8.9	9.8	10.7	11.8
73.5	7.0	7.6	8.2	9.0	9.9	10.8	12.0
74.0	7.0	7.6	8.3	9.1	10.0	11.0	12.1
74.5	7.1	7.7	8.4	9.2	10.1	11.1	12.2
75.0	7.2	7.8	8.5	9.3	10.2	11.2	12.3
75.5	7.2	7.9	8.6	9.4	10.3	11.3	12.5
76.0	7.3	8.0	8.7	9.5	10.4	11.4	12.6
76.5	7.4	8.0	8.7	9.6	10.5	11.5	12.7
77.0	7.5	8.1	8.8	9.6	10.6	11.6	12.8
77.5	7.5	8.2	8.9	9.7	10.7	11.7	12.9
78.0	7.6	8.3	9.0	9.8	10.8	11.8	13.1
78.5	7.7	8.4	9.1	9.9	10.9	12.0	13.2
79.0	7.8	8.4	9.2	10.0	11.0	12.1	13.3
79.5	7.8	8.5	9.3	10.1	11.1	12.2	13.4

**Weight-for-height GIRLS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
80.0	7.9	8.6	9.4	10.2	11.2	12.3	13.6
80.5	8.0	8.7	9.5	10.3	11.3	12.4	13.7
81.0	8.1	8.8	9.6	10.4	11.4	12.6	13.9
81.5	8.2	8.9	9.7	10.6	11.6	12.7	14.0
82.0	8.3	9.0	9.8	10.7	11.7	12.8	14.1
82.5	8.4	9.1	9.9	10.8	11.8	13.0	14.3
83.0	8.5	9.2	10.0	10.9	11.9	13.1	14.5
83.5	8.5	9.3	10.1	11.0	12.1	13.3	14.6
84.0	8.6	9.4	10.2	11.1	12.2	13.4	14.8
84.5	8.7	9.5	10.3	11.3	12.3	13.5	14.9
85.0	8.8	9.6	10.4	11.4	12.5	13.7	15.1
85.5	8.9	9.7	10.6	11.5	12.6	13.8	15.3
86.0	9.0	9.8	10.7	11.6	12.7	14.0	15.4
86.5	9.1	9.9	10.8	11.8	12.9	14.2	15.6
87.0	9.2	10.0	10.9	11.9	13.0	14.3	15.8
87.5	9.3	10.1	11.0	12.0	13.2	14.5	15.9
88.0	9.4	10.2	11.1	12.1	13.3	14.6	16.1
88.5	9.5	10.3	11.2	12.3	13.4	14.8	16.3
89.0	9.6	10.4	11.4	12.4	13.6	14.9	16.4
89.5	9.7	10.5	11.5	12.5	13.7	15.1	16.6
90.0	9.8	10.6	11.6	12.6	13.8	15.2	16.8
90.5	9.9	10.7	11.7	12.8	14.0	15.4	16.9
91.0	10.0	10.9	11.8	12.9	14.1	15.5	17.1
91.5	10.1	11.0	11.9	13.0	14.3	15.7	17.3
92.0	10.2	11.1	12.0	13.1	14.4	15.8	17.4
92.5	10.3	11.2	12.1	13.3	14.5	16.0	17.6
93.0	10.4	11.3	12.3	13.4	14.7	16.1	17.8
93.5	10.5	11.4	12.4	13.5	14.8	16.3	17.9
94.0	10.6	11.5	12.5	13.6	14.9	16.4	18.1
94.5	10.7	11.6	12.6	13.8	15.1	16.6	18.3
95.0	10.8	11.7	12.7	13.9	15.2	16.7	18.5

**Weight-for-height GIRLS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
95.5	10.8	11.8	12.8	14.0	15.4	16.9	18.6
96.0	10.9	11.9	12.9	14.1	15.5	17.0	18.8
96.5	11.0	12.0	13.1	14.3	15.6	17.2	19.0
97.0	11.1	12.1	13.2	14.4	15.8	17.4	19.2
97.5	11.2	12.2	13.3	14.5	15.9	17.5	19.3
98.0	11.3	12.3	13.4	14.7	16.1	17.7	19.5
98.5	11.4	12.4	13.5	14.8	16.2	17.9	19.7
99.0	11.5	12.5	13.7	14.9	16.4	18.0	19.9
99.5	11.6	12.7	13.8	15.1	16.5	18.2	20.1
100.0	11.7	12.8	13.9	15.2	16.7	18.4	20.3
100.5	11.9	12.9	14.1	15.4	16.9	18.6	20.5
101.0	12.0	13.0	14.2	15.5	17.0	18.7	20.7
101.5	12.1	13.1	14.3	15.7	17.2	18.9	20.9
102.0	12.2	13.3	14.5	15.8	17.4	19.1	21.1
102.5	12.3	13.4	14.6	16.0	17.5	19.3	21.4
103.0	12.4	13.5	14.7	16.1	17.7	19.5	21.6
103.5	12.5	13.6	14.9	16.3	17.9	19.7	21.8
104.0	12.6	13.8	15.0	16.4	18.1	19.9	22.0
104.5	12.8	13.9	15.2	16.6	18.2	20.1	22.3
105.0	12.9	14.0	15.3	16.8	18.4	20.3	22.5
105.5	13.0	14.2	15.5	16.9	18.6	20.5	22.7
106.0	13.1	14.3	15.6	17.1	18.8	20.8	23.0
106.5	13.3	14.5	15.8	17.3	19.0	21.0	23.2
107.0	13.4	14.6	15.9	17.5	19.2	21.2	23.5
107.5	13.5	14.7	16.1	17.7	19.4	21.4	23.7
108.0	13.7	14.9	16.3	17.8	19.6	21.7	24.0
108.5	13.8	15.0	16.4	18.0	19.8	21.9	24.3
109.0	13.9	15.2	16.6	18.2	20.0	22.1	24.5
109.5	14.1	15.4	16.8	18.4	20.3	22.4	24.8
110.0	14.2	15.5	17.0	18.6	20.5	22.6	25.1
110.5	14.4	15.7	17.1	18.8	20.7	22.9	25.4

**Weight-for-height GIRLS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
111.0	14.5	15.8	17.3	19.0	20.9	23.1	25.7
111.5	14.7	16.0	17.5	19.2	21.2	23.4	26.0
112.0	14.8	16.2	17.7	19.4	21.4	23.6	26.2
112.5	15.0	16.3	17.9	19.6	21.6	23.9	26.5
113.0	15.1	16.5	18.0	19.8	21.8	24.2	26.8
113.5	15.3	16.7	18.2	20.0	22.1	24.4	27.1
114.0	15.4	16.8	18.4	20.2	22.3	24.7	27.4
114.5	15.6	17.0	18.6	20.5	22.6	25.0	27.8
115.0	15.7	17.2	18.8	20.7	22.8	25.2	28.1
115.5	15.9	17.3	19.0	20.9	23.0	25.5	28.4
116.0	16.0	17.5	19.2	21.1	23.3	25.8	28.7
116.5	16.2	17.7	19.4	21.3	23.5	26.1	29.0
117.0	16.3	17.8	19.6	21.5	23.8	26.3	29.3
117.5	16.5	18.0	19.8	21.7	24.0	26.6	29.6
118.0	16.6	18.2	19.9	22.0	24.2	26.9	29.9
118.5	16.8	18.4	20.1	22.2	24.5	27.2	30.3
119.0	16.9	18.5	20.3	22.4	24.7	27.4	30.6
119.5	17.1	18.7	20.5	22.6	25.0	27.7	30.9
120.0	17.3	18.9	20.7	22.8	25.2	28.0	31.2
WHO Child Growth Standards							

Simplified field tables

Length-for-age GIRLS Birth to 2 years (z-scores)		 World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0: 0	0	43.6	45.4	47.3	49.1	51.0	52.9	54.7
0: 1	1	47.8	49.8	51.7	53.7	55.6	57.6	59.5
0: 2	2	51.0	53.0	55.0	57.1	59.1	61.1	63.2
0: 3	3	53.5	55.6	57.7	59.8	61.9	64.0	66.1
0: 4	4	55.6	57.8	59.9	62.1	64.3	66.4	68.6
0: 5	5	57.4	59.6	61.8	64.0	66.2	68.5	70.7
0: 6	6	58.9	61.2	63.5	65.7	68.0	70.3	72.5
0: 7	7	60.3	62.7	65.0	67.3	69.6	71.9	74.2
0: 8	8	61.7	64.0	66.4	68.7	71.1	73.5	75.8
0: 9	9	62.9	65.3	67.7	70.1	72.6	75.0	77.4
0:10	10	64.1	66.5	69.0	71.5	73.9	76.4	78.9
0:11	11	65.2	67.7	70.3	72.8	75.3	77.8	80.3
1: 0	12	66.3	68.9	71.4	74.0	76.6	79.2	81.7
1: 1	13	67.3	70.0	72.6	75.2	77.8	80.5	83.1
1: 2	14	68.3	71.0	73.7	76.4	79.1	81.7	84.4
1: 3	15	69.3	72.0	74.8	77.5	80.2	83.0	85.7
1: 4	16	70.2	73.0	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0
1: 5	17	71.1	74.0	76.8	79.7	82.5	85.4	88.2
1: 6	18	72.0	74.9	77.8	80.7	83.6	86.5	89.4
1: 7	19	72.8	75.8	78.8	81.7	84.7	87.6	90.6
1: 8	20	73.7	76.7	79.7	82.7	85.7	88.7	91.7
1: 9	21	74.5	77.5	80.6	83.7	86.7	89.8	92.9
1:10	22	75.2	78.4	81.5	84.6	87.7	90.8	94.0
1:11	23	76.0	79.2	82.3	85.5	88.7	91.9	95.0
2: 0	24	76.7	80.0	83.2	86.4	89.6	92.9	96.1

WHO Child Growth Standards

Simplified field tables

Height-for-age GIRLS 2 to 5 years (z-scores)		 World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
2: 0	24	76.0	79.3	82.5	85.7	88.9	92.2	95.4
2: 1	25	76.8	80.0	83.3	86.6	89.9	93.1	96.4
2: 2	26	77.5	80.8	84.1	87.4	90.8	94.1	97.4
2: 3	27	78.1	81.5	84.9	88.3	91.7	95.0	98.4
2: 4	28	78.8	82.2	85.7	89.1	92.5	96.0	99.4
2: 5	29	79.5	82.9	86.4	89.9	93.4	96.9	100.3
2: 6	30	80.1	83.6	87.1	90.7	94.2	97.7	101.3
2: 7	31	80.7	84.3	87.9	91.4	95.0	98.6	102.2
2: 8	32	81.3	84.9	88.6	92.2	95.8	99.4	103.1
2: 9	33	81.9	85.6	89.3	92.9	96.6	100.3	103.9
2:10	34	82.5	86.2	89.9	93.6	97.4	101.1	104.8
2:11	35	83.1	86.8	90.6	94.4	98.1	101.9	105.6
3: 0	36	83.6	87.4	91.2	95.1	98.9	102.7	106.5
3: 1	37	84.2	88.0	91.9	95.7	99.6	103.4	107.3
3: 2	38	84.7	88.6	92.5	96.4	100.3	104.2	108.1
3: 3	39	85.3	89.2	93.1	97.1	101.0	105.0	108.9
3: 4	40	85.8	89.8	93.8	97.7	101.7	105.7	109.7
3: 5	41	86.3	90.4	94.4	98.4	102.4	106.4	110.5
3: 6	42	86.8	90.9	95.0	99.0	103.1	107.2	111.2
3: 7	43	87.4	91.5	95.6	99.7	103.8	107.9	112.0
3: 8	44	87.9	92.0	96.2	100.3	104.5	108.6	112.7
3: 9	45	88.4	92.5	96.7	100.9	105.1	109.3	113.5
3:10	46	88.9	93.1	97.3	101.5	105.8	110.0	114.2
3:11	47	89.3	93.6	97.9	102.1	106.4	110.7	114.9
4: 0	48	89.8	94.1	98.4	102.7	107.0	111.3	115.7
4: 1	49	90.3	94.6	99.0	103.3	107.7	112.0	116.4
4: 2	50	90.7	95.1	99.5	103.9	108.3	112.7	117.1
4: 3	51	91.2	95.6	100.1	104.5	108.9	113.3	117.7

**Height-for-age GIRLS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
4: 4	52	91.7	96.1	100.6	105.0	109.5	114.0	118.4
4: 5	53	92.1	96.6	101.1	105.6	110.1	114.6	119.1
4: 6	54	92.6	97.1	101.6	106.2	110.7	115.2	119.8
4: 7	55	93.0	97.6	102.2	106.7	111.3	115.9	120.4
4: 8	56	93.4	98.1	102.7	107.3	111.9	116.5	121.1
4: 9	57	93.9	98.5	103.2	107.8	112.5	117.1	121.8
4:10	58	94.3	99.0	103.7	108.4	113.0	117.7	122.4
4:11	59	94.7	99.5	104.2	108.9	113.6	118.3	123.1
5: 0	60	95.2	99.9	104.7	109.4	114.2	118.9	123.7

WHO Child Growth Standards

Simplified field tables

BMI-for-age GIRLS 5 to 19 years (z-scores)		 World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
5: 1	61	11.8	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.3
5: 2	62	11.8	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.4
5: 3	63	11.8	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.5
5: 4	64	11.8	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.5
5: 5	65	11.7	12.7	13.9	15.2	16.9	19.0	21.6
5: 6	66	11.7	12.7	13.9	15.2	16.9	19.0	21.7
5: 7	67	11.7	12.7	13.9	15.2	16.9	19.0	21.7
5: 8	68	11.7	12.7	13.9	15.3	17.0	19.1	21.8
5: 9	69	11.7	12.7	13.9	15.3	17.0	19.1	21.9
5: 10	70	11.7	12.7	13.9	15.3	17.0	19.1	22.0
5: 11	71	11.7	12.7	13.9	15.3	17.0	19.2	22.1
6: 0	72	11.7	12.7	13.9	15.3	17.0	19.2	22.1
6: 1	73	11.7	12.7	13.9	15.3	17.0	19.3	22.2
6: 2	74	11.7	12.7	13.9	15.3	17.0	19.3	22.3
6: 3	75	11.7	12.7	13.9	15.3	17.1	19.3	22.4
6: 4	76	11.7	12.7	13.9	15.3	17.1	19.4	22.5
6: 5	77	11.7	12.7	13.9	15.3	17.1	19.4	22.6
6: 6	78	11.7	12.7	13.9	15.3	17.1	19.5	22.7
6: 7	79	11.7	12.7	13.9	15.3	17.2	19.5	22.8
6: 8	80	11.7	12.7	13.9	15.3	17.2	19.6	22.9
6: 9	81	11.7	12.7	13.9	15.4	17.2	19.6	23.0
6: 10	82	11.7	12.7	13.9	15.4	17.2	19.7	23.1
6: 11	83	11.7	12.7	13.9	15.4	17.3	19.7	23.2
7: 0	84	11.8	12.7	13.9	15.4	17.3	19.8	23.3
7: 1	85	11.8	12.7	13.9	15.4	17.3	19.8	23.4
7: 2	86	11.8	12.8	14.0	15.4	17.4	19.9	23.5
7: 3	87	11.8	12.8	14.0	15.5	17.4	20.0	23.6
7: 4	88	11.8	12.8	14.0	15.5	17.4	20.0	23.7
7: 5	89	11.8	12.8	14.0	15.5	17.5	20.1	23.9
7: 6	90	11.8	12.8	14.0	15.5	17.5	20.1	24.0

**BMI-for-age GIRLS
5 to 19 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
7: 7	91	11.8	12.8	14.0	15.5	17.5	20.2	24.1
7: 8	92	11.8	12.8	14.0	15.6	17.6	20.3	24.2
7: 9	93	11.8	12.8	14.1	15.6	17.6	20.3	24.4
7: 10	94	11.9	12.9	14.1	15.6	17.6	20.4	24.5
7: 11	95	11.9	12.9	14.1	15.7	17.7	20.5	24.6
8: 0	96	11.9	12.9	14.1	15.7	17.7	20.6	24.8
8: 1	97	11.9	12.9	14.1	15.7	17.8	20.6	24.9
8: 2	98	11.9	12.9	14.2	15.7	17.8	20.7	25.1
8: 3	99	11.9	12.9	14.2	15.8	17.9	20.8	25.2
8: 4	100	11.9	13.0	14.2	15.8	17.9	20.9	25.3
8: 5	101	12.0	13.0	14.2	15.8	18.0	20.9	25.5
8: 6	102	12.0	13.0	14.3	15.9	18.0	21.0	25.6
8: 7	103	12.0	13.0	14.3	15.9	18.1	21.1	25.8
8: 8	104	12.0	13.0	14.3	15.9	18.1	21.2	25.9
8: 9	105	12.0	13.1	14.3	16.0	18.2	21.3	26.1
8: 10	106	12.1	13.1	14.4	16.0	18.2	21.3	26.2
8: 11	107	12.1	13.1	14.4	16.1	18.3	21.4	26.4
9: 0	108	12.1	13.1	14.4	16.1	18.3	21.5	26.5
9: 1	109	12.1	13.2	14.5	16.1	18.4	21.6	26.7
9: 2	110	12.1	13.2	14.5	16.2	18.4	21.7	26.8
9: 3	111	12.2	13.2	14.5	16.2	18.5	21.8	27.0
9: 4	112	12.2	13.2	14.6	16.3	18.6	21.9	27.2
9: 5	113	12.2	13.3	14.6	16.3	18.6	21.9	27.3
9: 6	114	12.2	13.3	14.6	16.3	18.7	22.0	27.5
9: 7	115	12.3	13.3	14.7	16.4	18.7	22.1	27.6
9: 8	116	12.3	13.4	14.7	16.4	18.8	22.2	27.8
9: 9	117	12.3	13.4	14.7	16.5	18.8	22.3	27.9
9: 10	118	12.3	13.4	14.8	16.5	18.9	22.4	28.1
9: 11	119	12.4	13.4	14.8	16.6	19.0	22.5	28.2
10: 0	120	12.4	13.5	14.8	16.6	19.0	22.6	28.4

**BMI-for-age GIRLS
5 to 19 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
10: 1	121	12.4	13.5	14.9	16.7	19.1	22.7	28.5
10: 2	122	12.4	13.5	14.9	16.7	19.2	22.8	28.7
10: 3	123	12.5	13.6	15.0	16.8	19.2	22.8	28.8
10: 4	124	12.5	13.6	15.0	16.8	19.3	22.9	29.0
10: 5	125	12.5	13.6	15.0	16.9	19.4	23.0	29.1
10: 6	126	12.5	13.7	15.1	16.9	19.4	23.1	29.3
10: 7	127	12.6	13.7	15.1	17.0	19.5	23.2	29.4
10: 8	128	12.6	13.7	15.2	17.0	19.6	23.3	29.6
10: 9	129	12.6	13.8	15.2	17.1	19.6	23.4	29.7
10: 10	130	12.7	13.8	15.3	17.1	19.7	23.5	29.9
10: 11	131	12.7	13.8	15.3	17.2	19.8	23.6	30.0
11: 0	132	12.7	13.9	15.3	17.2	19.9	23.7	30.2
11: 1	133	12.8	13.9	15.4	17.3	19.9	23.8	30.3
11: 2	134	12.8	14.0	15.4	17.4	20.0	23.9	30.5
11: 3	135	12.8	14.0	15.5	17.4	20.1	24.0	30.6
11: 4	136	12.9	14.0	15.5	17.5	20.2	24.1	30.8
11: 5	137	12.9	14.1	15.6	17.5	20.2	24.2	30.9
11: 6	138	12.9	14.1	15.6	17.6	20.3	24.3	31.1
11: 7	139	13.0	14.2	15.7	17.7	20.4	24.4	31.2
11: 8	140	13.0	14.2	15.7	17.7	20.5	24.5	31.4
11: 9	141	13.0	14.3	15.8	17.8	20.6	24.7	31.5
11: 10	142	13.1	14.3	15.8	17.9	20.6	24.8	31.6
11: 11	143	13.1	14.3	15.9	17.9	20.7	24.9	31.8
12: 0	144	13.2	14.4	16.0	18.0	20.8	25.0	31.9
12: 1	145	13.2	14.4	16.0	18.1	20.9	25.1	32.0
12: 2	146	13.2	14.5	16.1	18.1	21.0	25.2	32.2
12: 3	147	13.3	14.5	16.1	18.2	21.1	25.3	32.3
12: 4	148	13.3	14.6	16.2	18.3	21.1	25.4	32.4
12: 5	149	13.3	14.6	16.2	18.3	21.2	25.5	32.6
12: 6	150	13.4	14.7	16.3	18.4	21.3	25.6	32.7

**BMI-for-age GIRLS
5 to 19 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
12: 7	151	13.4	14.7	16.3	18.5	21.4	25.7	32.8
12: 8	152	13.5	14.8	16.4	18.5	21.5	25.8	33.0
12: 9	153	13.5	14.8	16.4	18.6	21.6	25.9	33.1
12: 10	154	13.5	14.8	16.5	18.7	21.6	26.0	33.2
12: 11	155	13.6	14.9	16.6	18.7	21.7	26.1	33.3
13: 0	156	13.6	14.9	16.6	18.8	21.8	26.2	33.4
13: 1	157	13.6	15.0	16.7	18.9	21.9	26.3	33.6
13: 2	158	13.7	15.0	16.7	18.9	22.0	26.4	33.7
13: 3	159	13.7	15.1	16.8	19.0	22.0	26.5	33.8
13: 4	160	13.8	15.1	16.8	19.1	22.1	26.6	33.9
13: 5	161	13.8	15.2	16.9	19.1	22.2	26.7	34.0
13: 6	162	13.8	15.2	16.9	19.2	22.3	26.8	34.1
13: 7	163	13.9	15.2	17.0	19.3	22.4	26.9	34.2
13: 8	164	13.9	15.3	17.0	19.3	22.4	27.0	34.3
13: 9	165	13.9	15.3	17.1	19.4	22.5	27.1	34.4
13: 10	166	14.0	15.4	17.1	19.4	22.6	27.1	34.5
13: 11	167	14.0	15.4	17.2	19.5	22.7	27.2	34.6
14: 0	168	14.0	15.4	17.2	19.6	22.7	27.3	34.7
14: 1	169	14.1	15.5	17.3	19.6	22.8	27.4	34.7
14: 2	170	14.1	15.5	17.3	19.7	22.9	27.5	34.8
14: 3	171	14.1	15.6	17.4	19.7	22.9	27.6	34.9
14: 4	172	14.1	15.6	17.4	19.8	23.0	27.7	35.0
14: 5	173	14.2	15.6	17.5	19.9	23.1	27.7	35.1
14: 6	174	14.2	15.7	17.5	19.9	23.1	27.8	35.1
14: 7	175	14.2	15.7	17.6	20.0	23.2	27.9	35.2
14: 8	176	14.3	15.7	17.6	20.0	23.3	28.0	35.3
14: 9	177	14.3	15.8	17.6	20.1	23.3	28.0	35.4
14: 10	178	14.3	15.8	17.7	20.1	23.4	28.1	35.4
14: 11	179	14.3	15.8	17.7	20.2	23.5	28.2	35.5
15: 0	180	14.4	15.9	17.8	20.2	23.5	28.2	35.5

**BMI-for-age GIRLS
5 to 19 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
15: 1	181	14.4	15.9	17.8	20.3	23.6	28.3	35.6
15: 2	182	14.4	15.9	17.8	20.3	23.6	28.4	35.7
15: 3	183	14.4	16.0	17.9	20.4	23.7	28.4	35.7
15: 4	184	14.5	16.0	17.9	20.4	23.7	28.5	35.8
15: 5	185	14.5	16.0	17.9	20.4	23.8	28.5	35.8
15: 6	186	14.5	16.0	18.0	20.5	23.8	28.6	35.8
15: 7	187	14.5	16.1	18.0	20.5	23.9	28.6	35.9
15: 8	188	14.5	16.1	18.0	20.6	23.9	28.7	35.9
15: 9	189	14.5	16.1	18.1	20.6	24.0	28.7	36.0
15: 10	190	14.6	16.1	18.1	20.6	24.0	28.8	36.0
15: 11	191	14.6	16.2	18.1	20.7	24.1	28.8	36.0
16: 0	192	14.6	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
16: 1	193	14.6	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
16: 2	194	14.6	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
16: 3	195	14.6	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
16: 4	196	14.6	16.2	18.3	20.8	24.3	29.0	36.2
16: 5	197	14.6	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
16: 6	198	14.7	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
16: 7	199	14.7	16.3	18.3	20.9	24.4	29.1	36.2
16: 8	200	14.7	16.3	18.3	20.9	24.4	29.2	36.2
16: 9	201	14.7	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
16: 10	202	14.7	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
16: 11	203	14.7	16.3	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3
17: 0	204	14.7	16.4	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3
17: 1	205	14.7	16.4	18.4	21.1	24.5	29.3	36.3
17: 2	206	14.7	16.4	18.4	21.1	24.6	29.3	36.3
17: 3	207	14.7	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17: 4	208	14.7	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17: 5	209	14.7	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17: 6	210	14.7	16.4	18.5	21.2	24.6	29.4	36.3

**BMI-for-age GIRLS
5 to 19 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
17: 7	211	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.4	36.3
17: 8	212	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17: 9	213	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17: 10	214	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17: 11	215	14.7	16.4	18.6	21.2	24.8	29.5	36.3
18: 0	216	14.7	16.4	18.6	21.3	24.8	29.5	36.3
18: 1	217	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.5	36.3
18: 2	218	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18: 3	219	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18: 4	220	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18: 5	221	14.7	16.5	18.6	21.3	24.9	29.6	36.2
18: 6	222	14.7	16.5	18.6	21.3	24.9	29.6	36.2
18: 7	223	14.7	16.5	18.6	21.4	24.9	29.6	36.2
18: 8	224	14.7	16.5	18.6	21.4	24.9	29.6	36.2
18: 9	225	14.7	16.5	18.7	21.4	24.9	29.6	36.2
18: 10	226	14.7	16.5	18.7	21.4	24.9	29.6	36.2
18: 11	227	14.7	16.5	18.7	21.4	25.0	29.7	36.2
19: 0	228	14.7	16.5	18.7	21.4	25.0	29.7	36.2
2007 WHO Reference								

Simplified field tables

Weight-for-length BOYS Birth to 2 years (z-scores)				World Health Organization			
cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
45.0	1.9	2.0	2.2	2.4	2.7	3.0	3.3
45.5	1.9	2.1	2.3	2.5	2.8	3.1	3.4
46.0	2.0	2.2	2.4	2.6	2.9	3.1	3.5
46.5	2.1	2.3	2.5	2.7	3.0	3.2	3.6
47.0	2.1	2.3	2.5	2.8	3.0	3.3	3.7
47.5	2.2	2.4	2.6	2.9	3.1	3.4	3.8
48.0	2.3	2.5	2.7	2.9	3.2	3.6	3.9
48.5	2.3	2.6	2.8	3.0	3.3	3.7	4.0
49.0	2.4	2.6	2.9	3.1	3.4	3.8	4.2
49.5	2.5	2.7	3.0	3.2	3.5	3.9	4.3
50.0	2.6	2.8	3.0	3.3	3.6	4.0	4.4
50.5	2.7	2.9	3.1	3.4	3.8	4.1	4.5
51.0	2.7	3.0	3.2	3.5	3.9	4.2	4.7
51.5	2.8	3.1	3.3	3.6	4.0	4.4	4.8
52.0	2.9	3.2	3.5	3.8	4.1	4.5	5.0
52.5	3.0	3.3	3.6	3.9	4.2	4.6	5.1
53.0	3.1	3.4	3.7	4.0	4.4	4.8	5.3
53.5	3.2	3.5	3.8	4.1	4.5	4.9	5.4
54.0	3.3	3.6	3.9	4.3	4.7	5.1	5.6
54.5	3.4	3.7	4.0	4.4	4.8	5.3	5.8
55.0	3.6	3.8	4.2	4.5	5.0	5.4	6.0
55.5	3.7	4.0	4.3	4.7	5.1	5.6	6.1
56.0	3.8	4.1	4.4	4.8	5.3	5.8	6.3
56.5	3.9	4.2	4.6	5.0	5.4	5.9	6.5
57.0	4.0	4.3	4.7	5.1	5.6	6.1	6.7
57.5	4.1	4.5	4.9	5.3	5.7	6.3	6.9
58.0	4.3	4.6	5.0	5.4	5.9	6.4	7.1
58.5	4.4	4.7	5.1	5.6	6.1	6.6	7.2
59.0	4.5	4.8	5.3	5.7	6.2	6.8	7.4
59.5	4.6	5.0	5.4	5.9	6.4	7.0	7.6

Weight-for-length BOYS
Birth to 2 years (z-scores)



World Health Organization

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
60.0	4.7	5.1	5.5	6.0	6.5	7.1	7.8
60.5	4.8	5.2	5.6	6.1	6.7	7.3	8.0
61.0	4.9	5.3	5.8	6.3	6.8	7.4	8.1
61.5	5.0	5.4	5.9	6.4	7.0	7.6	8.3
62.0	5.1	5.6	6.0	6.5	7.1	7.7	8.5
62.5	5.2	5.7	6.1	6.7	7.2	7.9	8.6
63.0	5.3	5.8	6.2	6.8	7.4	8.0	8.8
63.5	5.4	5.9	6.4	6.9	7.5	8.2	8.9
64.0	5.5	6.0	6.5	7.0	7.6	8.3	9.1
64.5	5.6	6.1	6.6	7.1	7.8	8.5	9.3
65.0	5.7	6.2	6.7	7.3	7.9	8.6	9.4
65.5	5.8	6.3	6.8	7.4	8.0	8.7	9.6
66.0	5.9	6.4	6.9	7.5	8.2	8.9	9.7
66.5	6.0	6.5	7.0	7.6	8.3	9.0	9.9
67.0	6.1	6.6	7.1	7.7	8.4	9.2	10.0
67.5	6.2	6.7	7.2	7.9	8.5	9.3	10.2
68.0	6.3	6.8	7.3	8.0	8.7	9.4	10.3
68.5	6.4	6.9	7.5	8.1	8.8	9.6	10.5
69.0	6.5	7.0	7.6	8.2	8.9	9.7	10.6
69.5	6.6	7.1	7.7	8.3	9.0	9.8	10.8
70.0	6.6	7.2	7.8	8.4	9.2	10.0	10.9
70.5	6.7	7.3	7.9	8.5	9.3	10.1	11.1
71.0	6.8	7.4	8.0	8.6	9.4	10.2	11.2
71.5	6.9	7.5	8.1	8.8	9.5	10.4	11.3
72.0	7.0	7.6	8.2	8.9	9.6	10.5	11.5
72.5	7.1	7.6	8.3	9.0	9.8	10.6	11.6
73.0	7.2	7.7	8.4	9.1	9.9	10.8	11.8
73.5	7.2	7.8	8.5	9.2	10.0	10.9	11.9
74.0	7.3	7.9	8.6	9.3	10.1	11.0	12.1
74.5	7.4	8.0	8.7	9.4	10.2	11.2	12.2
75.0	7.5	8.1	8.8	9.5	10.3	11.3	12.3

Weight-for-length BOYS
Birth to 2 years (z-scores)



World Health Organization

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
75.5	7.6	8.2	8.8	9.6	10.4	11.4	12.5
76.0	7.6	8.3	8.9	9.7	10.6	11.5	12.6
76.5	7.7	8.3	9.0	9.8	10.7	11.6	12.7
77.0	7.8	8.4	9.1	9.9	10.8	11.7	12.8
77.5	7.9	8.5	9.2	10.0	10.9	11.9	13.0
78.0	7.9	8.6	9.3	10.1	11.0	12.0	13.1
78.5	8.0	8.7	9.4	10.2	11.1	12.1	13.2
79.0	8.1	8.7	9.5	10.3	11.2	12.2	13.3
79.5	8.2	8.8	9.5	10.4	11.3	12.3	13.4
80.0	8.2	8.9	9.6	10.4	11.4	12.4	13.6
80.5	8.3	9.0	9.7	10.5	11.5	12.5	13.7
81.0	8.4	9.1	9.8	10.6	11.6	12.6	13.8
81.5	8.5	9.1	9.9	10.7	11.7	12.7	13.9
82.0	8.5	9.2	10.0	10.8	11.8	12.8	14.0
82.5	8.6	9.3	10.1	10.9	11.9	13.0	14.2
83.0	8.7	9.4	10.2	11.0	12.0	13.1	14.3
83.5	8.8	9.5	10.3	11.2	12.1	13.2	14.4
84.0	8.9	9.6	10.4	11.3	12.2	13.3	14.6
84.5	9.0	9.7	10.5	11.4	12.4	13.5	14.7
85.0	9.1	9.8	10.6	11.5	12.5	13.6	14.9
85.5	9.2	9.9	10.7	11.6	12.6	13.7	15.0
86.0	9.3	10.0	10.8	11.7	12.8	13.9	15.2
86.5	9.4	10.1	11.0	11.9	12.9	14.0	15.3
87.0	9.5	10.2	11.1	12.0	13.0	14.2	15.5
87.5	9.6	10.4	11.2	12.1	13.2	14.3	15.6
88.0	9.7	10.5	11.3	12.2	13.3	14.5	15.8
88.5	9.8	10.6	11.4	12.4	13.4	14.6	15.9
89.0	9.9	10.7	11.5	12.5	13.5	14.7	16.1
89.5	10.0	10.8	11.6	12.6	13.7	14.9	16.2
90.0	10.1	10.9	11.8	12.7	13.8	15.0	16.4
90.5	10.2	11.0	11.9	12.8	13.9	15.1	16.5

Weight-for-length BOYS
Birth to 2 years (z-scores)



World Health Organization

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
91.0	10.3	11.1	12.0	13.0	14.1	15.3	16.7
91.5	10.4	11.2	12.1	13.1	14.2	15.4	16.8
92.0	10.5	11.3	12.2	13.2	14.3	15.6	17.0
92.5	10.6	11.4	12.3	13.3	14.4	15.7	17.1
93.0	10.7	11.5	12.4	13.4	14.6	15.8	17.3
93.5	10.7	11.6	12.5	13.5	14.7	16.0	17.4
94.0	10.8	11.7	12.6	13.7	14.8	16.1	17.6
94.5	10.9	11.8	12.7	13.8	14.9	16.3	17.7
95.0	11.0	11.9	12.8	13.9	15.1	16.4	17.9
95.5	11.1	12.0	12.9	14.0	15.2	16.5	18.0
96.0	11.2	12.1	13.1	14.1	15.3	16.7	18.2
96.5	11.3	12.2	13.2	14.3	15.5	16.8	18.4
97.0	11.4	12.3	13.3	14.4	15.6	17.0	18.5
97.5	11.5	12.4	13.4	14.5	15.7	17.1	18.7
98.0	11.6	12.5	13.5	14.6	15.9	17.3	18.9
98.5	11.7	12.6	13.6	14.8	16.0	17.5	19.1
99.0	11.8	12.7	13.7	14.9	16.2	17.6	19.2
99.5	11.9	12.8	13.9	15.0	16.3	17.8	19.4
100.0	12.0	12.9	14.0	15.2	16.5	18.0	19.6
100.5	12.1	13.0	14.1	15.3	16.6	18.1	19.8
101.0	12.2	13.2	14.2	15.4	16.8	18.3	20.0
101.5	12.3	13.3	14.4	15.6	16.9	18.5	20.2
102.0	12.4	13.4	14.5	15.7	17.1	18.7	20.4
102.5	12.5	13.5	14.6	15.9	17.3	18.8	20.6
103.0	12.6	13.6	14.8	16.0	17.4	19.0	20.8
103.5	12.7	13.7	14.9	16.2	17.6	19.2	21.0
104.0	12.8	13.9	15.0	16.3	17.8	19.4	21.2
104.5	12.9	14.0	15.2	16.5	17.9	19.6	21.5
105.0	13.0	14.1	15.3	16.6	18.1	19.8	21.7
105.5	13.2	14.2	15.4	16.8	18.3	20.0	21.9
106.0	13.3	14.4	15.6	16.9	18.5	20.2	22.1

**Weight-for-length BOYS
Birth to 2 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
106.5	13.4	14.5	15.7	17.1	18.6	20.4	22.4
107.0	13.5	14.6	15.9	17.3	18.8	20.6	22.6
107.5	13.6	14.7	16.0	17.4	19.0	20.8	22.8
108.0	13.7	14.9	16.2	17.6	19.2	21.0	23.1
108.5	13.8	15.0	16.3	17.8	19.4	21.2	23.3
109.0	14.0	15.1	16.5	17.9	19.6	21.4	23.6
109.5	14.1	15.3	16.6	18.1	19.8	21.7	23.8
110.0	14.2	15.4	16.8	18.3	20.0	21.9	24.1

WHO Child Growth Standards

Simplified field tables

Weight-for-height BOYS 2 to 5 years (z-scores)				World Health Organization			
cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
65.0	5.9	6.3	6.9	7.4	8.1	8.8	9.6
65.5	6.0	6.4	7.0	7.6	8.2	8.9	9.8
66.0	6.1	6.5	7.1	7.7	8.3	9.1	9.9
66.5	6.1	6.6	7.2	7.8	8.5	9.2	10.1
67.0	6.2	6.7	7.3	7.9	8.6	9.4	10.2
67.5	6.3	6.8	7.4	8.0	8.7	9.5	10.4
68.0	6.4	6.9	7.5	8.1	8.8	9.6	10.5
68.5	6.5	7.0	7.6	8.2	9.0	9.8	10.7
69.0	6.6	7.1	7.7	8.4	9.1	9.9	10.8
69.5	6.7	7.2	7.8	8.5	9.2	10.0	11.0
70.0	6.8	7.3	7.9	8.6	9.3	10.2	11.1
70.5	6.9	7.4	8.0	8.7	9.5	10.3	11.3
71.0	6.9	7.5	8.1	8.8	9.6	10.4	11.4
71.5	7.0	7.6	8.2	8.9	9.7	10.6	11.6
72.0	7.1	7.7	8.3	9.0	9.8	10.7	11.7
72.5	7.2	7.8	8.4	9.1	9.9	10.8	11.8
73.0	7.3	7.9	8.5	9.2	10.0	11.0	12.0
73.5	7.4	7.9	8.6	9.3	10.2	11.1	12.1
74.0	7.4	8.0	8.7	9.4	10.3	11.2	12.2
74.5	7.5	8.1	8.8	9.5	10.4	11.3	12.4
75.0	7.6	8.2	8.9	9.6	10.5	11.4	12.5
75.5	7.7	8.3	9.0	9.7	10.6	11.6	12.6
76.0	7.7	8.4	9.1	9.8	10.7	11.7	12.8
76.5	7.8	8.5	9.2	9.9	10.8	11.8	12.9
77.0	7.9	8.5	9.2	10.0	10.9	11.9	13.0
77.5	8.0	8.6	9.3	10.1	11.0	12.0	13.1
78.0	8.0	8.7	9.4	10.2	11.1	12.1	13.3
78.5	8.1	8.8	9.5	10.3	11.2	12.2	13.4
79.0	8.2	8.8	9.6	10.4	11.3	12.3	13.5
79.5	8.3	8.9	9.7	10.5	11.4	12.4	13.6

**Weight-for-height BOYS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
80.0	8.3	9.0	9.7	10.6	11.5	12.6	13.7
80.5	8.4	9.1	9.8	10.7	11.6	12.7	13.8
81.0	8.5	9.2	9.9	10.8	11.7	12.8	14.0
81.5	8.6	9.3	10.0	10.9	11.8	12.9	14.1
82.0	8.7	9.3	10.1	11.0	11.9	13.0	14.2
82.5	8.7	9.4	10.2	11.1	12.1	13.1	14.4
83.0	8.8	9.5	10.3	11.2	12.2	13.3	14.5
83.5	8.9	9.6	10.4	11.3	12.3	13.4	14.6
84.0	9.0	9.7	10.5	11.4	12.4	13.5	14.8
84.5	9.1	9.9	10.7	11.5	12.5	13.7	14.9
85.0	9.2	10.0	10.8	11.7	12.7	13.8	15.1
85.5	9.3	10.1	10.9	11.8	12.8	13.9	15.2
86.0	9.4	10.2	11.0	11.9	12.9	14.1	15.4
86.5	9.5	10.3	11.1	12.0	13.1	14.2	15.5
87.0	9.6	10.4	11.2	12.2	13.2	14.4	15.7
87.5	9.7	10.5	11.3	12.3	13.3	14.5	15.8
88.0	9.8	10.6	11.5	12.4	13.5	14.7	16.0
88.5	9.9	10.7	11.6	12.5	13.6	14.8	16.1
89.0	10.0	10.8	11.7	12.6	13.7	14.9	16.3
89.5	10.1	10.9	11.8	12.8	13.9	15.1	16.4
90.0	10.2	11.0	11.9	12.9	14.0	15.2	16.6
90.5	10.3	11.1	12.0	13.0	14.1	15.3	16.7
91.0	10.4	11.2	12.1	13.1	14.2	15.5	16.9
91.5	10.5	11.3	12.2	13.2	14.4	15.6	17.0
92.0	10.6	11.4	12.3	13.4	14.5	15.8	17.2
92.5	10.7	11.5	12.4	13.5	14.6	15.9	17.3
93.0	10.8	11.6	12.6	13.6	14.7	16.0	17.5
93.5	10.9	11.7	12.7	13.7	14.9	16.2	17.6
94.0	11.0	11.8	12.8	13.8	15.0	16.3	17.8
94.5	11.1	11.9	12.9	13.9	15.1	16.5	17.9
95.0	11.1	12.0	13.0	14.1	15.3	16.6	18.1

**Weight-for-height BOYS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
95.5	11.2	12.1	13.1	14.2	15.4	16.7	18.3
96.0	11.3	12.2	13.2	14.3	15.5	16.9	18.4
96.5	11.4	12.3	13.3	14.4	15.7	17.0	18.6
97.0	11.5	12.4	13.4	14.6	15.8	17.2	18.8
97.5	11.6	12.5	13.6	14.7	15.9	17.4	18.9
98.0	11.7	12.6	13.7	14.8	16.1	17.5	19.1
98.5	11.8	12.8	13.8	14.9	16.2	17.7	19.3
99.0	11.9	12.9	13.9	15.1	16.4	17.9	19.5
99.5	12.0	13.0	14.0	15.2	16.5	18.0	19.7
100.0	12.1	13.1	14.2	15.4	16.7	18.2	19.9
100.5	12.2	13.2	14.3	15.5	16.9	18.4	20.1
101.0	12.3	13.3	14.4	15.6	17.0	18.5	20.3
101.5	12.4	13.4	14.5	15.8	17.2	18.7	20.5
102.0	12.5	13.6	14.7	15.9	17.3	18.9	20.7
102.5	12.6	13.7	14.8	16.1	17.5	19.1	20.9
103.0	12.8	13.8	14.9	16.2	17.7	19.3	21.1
103.5	12.9	13.9	15.1	16.4	17.8	19.5	21.3
104.0	13.0	14.0	15.2	16.5	18.0	19.7	21.6
104.5	13.1	14.2	15.4	16.7	18.2	19.9	21.8
105.0	13.2	14.3	15.5	16.8	18.4	20.1	22.0
105.5	13.3	14.4	15.6	17.0	18.5	20.3	22.2
106.0	13.4	14.5	15.8	17.2	18.7	20.5	22.5
106.5	13.5	14.7	15.9	17.3	18.9	20.7	22.7
107.0	13.7	14.8	16.1	17.5	19.1	20.9	22.9
107.5	13.8	14.9	16.2	17.7	19.3	21.1	23.2
108.0	13.9	15.1	16.4	17.8	19.5	21.3	23.4
108.5	14.0	15.2	16.5	18.0	19.7	21.5	23.7
109.0	14.1	15.3	16.7	18.2	19.8	21.8	23.9
109.5	14.3	15.5	16.8	18.3	20.0	22.0	24.2
110.0	14.4	15.6	17.0	18.5	20.2	22.2	24.4
110.5	14.5	15.8	17.1	18.7	20.4	22.4	24.7

**Weight-for-height BOYS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

cm	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
111.0	14.6	15.9	17.3	18.9	20.7	22.7	25.0
111.5	14.8	16.0	17.5	19.1	20.9	22.9	25.2
112.0	14.9	16.2	17.6	19.2	21.1	23.1	25.5
112.5	15.0	16.3	17.8	19.4	21.3	23.4	25.8
113.0	15.2	16.5	18.0	19.6	21.5	23.6	26.0
113.5	15.3	16.6	18.1	19.8	21.7	23.9	26.3
114.0	15.4	16.8	18.3	20.0	21.9	24.1	26.6
114.5	15.6	16.9	18.5	20.2	22.1	24.4	26.9
115.0	15.7	17.1	18.6	20.4	22.4	24.6	27.2
115.5	15.8	17.2	18.8	20.6	22.6	24.9	27.5
116.0	16.0	17.4	19.0	20.8	22.8	25.1	27.8
116.5	16.1	17.5	19.2	21.0	23.0	25.4	28.0
117.0	16.2	17.7	19.3	21.2	23.3	25.6	28.3
117.5	16.4	17.9	19.5	21.4	23.5	25.9	28.6
118.0	16.5	18.0	19.7	21.6	23.7	26.1	28.9
118.5	16.7	18.2	19.9	21.8	23.9	26.4	29.2
119.0	16.8	18.3	20.0	22.0	24.1	26.6	29.5
119.5	16.9	18.5	20.2	22.2	24.4	26.9	29.8
120.0	17.1	18.6	20.4	22.4	24.6	27.2	30.1

WHO Child Growth Standards

Simplified field tables

Length-for-age BOYS Birth to 2 years (z-scores)		 World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0: 0	0	44.2	46.1	48.0	49.9	51.8	53.7	55.6
0: 1	1	48.9	50.8	52.8	54.7	56.7	58.6	60.6
0: 2	2	52.4	54.4	56.4	58.4	60.4	62.4	64.4
0: 3	3	55.3	57.3	59.4	61.4	63.5	65.5	67.6
0: 4	4	57.6	59.7	61.8	63.9	66.0	68.0	70.1
0: 5	5	59.6	61.7	63.8	65.9	68.0	70.1	72.2
0: 6	6	61.2	63.3	65.5	67.6	69.8	71.9	74.0
0: 7	7	62.7	64.8	67.0	69.2	71.3	73.5	75.7
0: 8	8	64.0	66.2	68.4	70.6	72.8	75.0	77.2
0: 9	9	65.2	67.5	69.7	72.0	74.2	76.5	78.7
0:10	10	66.4	68.7	71.0	73.3	75.6	77.9	80.1
0:11	11	67.6	69.9	72.2	74.5	76.9	79.2	81.5
1: 0	12	68.6	71.0	73.4	75.7	78.1	80.5	82.9
1: 1	13	69.6	72.1	74.5	76.9	79.3	81.8	84.2
1: 2	14	70.6	73.1	75.6	78.0	80.5	83.0	85.5
1: 3	15	71.6	74.1	76.6	79.1	81.7	84.2	86.7
1: 4	16	72.5	75.0	77.6	80.2	82.8	85.4	88.0
1: 5	17	73.3	76.0	78.6	81.2	83.9	86.5	89.2
1: 6	18	74.2	76.9	79.6	82.3	85.0	87.7	90.4
1: 7	19	75.0	77.7	80.5	83.2	86.0	88.8	91.5
1: 8	20	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0	89.8	92.6
1: 9	21	76.5	79.4	82.3	85.1	88.0	90.9	93.8
1:10	22	77.2	80.2	83.1	86.0	89.0	91.9	94.9
1:11	23	78.0	81.0	83.9	86.9	89.9	92.9	95.9
2: 0	24	78.7	81.7	84.8	87.8	90.9	93.9	97.0

WHO Child Growth Standards

Simplified field tables

Height-for-age BOYS 2 to 5 years (z-scores)		 World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
2: 0	24	78.0	81.0	84.1	87.1	90.2	93.2	96.3
2: 1	25	78.6	81.7	84.9	88.0	91.1	94.2	97.3
2: 2	26	79.3	82.5	85.6	88.8	92.0	95.2	98.3
2: 3	27	79.9	83.1	86.4	89.6	92.9	96.1	99.3
2: 4	28	80.5	83.8	87.1	90.4	93.7	97.0	100.3
2: 5	29	81.1	84.5	87.8	91.2	94.5	97.9	101.2
2: 6	30	81.7	85.1	88.5	91.9	95.3	98.7	102.1
2: 7	31	82.3	85.7	89.2	92.7	96.1	99.6	103.0
2: 8	32	82.8	86.4	89.9	93.4	96.9	100.4	103.9
2: 9	33	83.4	86.9	90.5	94.1	97.6	101.2	104.8
2:10	34	83.9	87.5	91.1	94.8	98.4	102.0	105.6
2:11	35	84.4	88.1	91.8	95.4	99.1	102.7	106.4
3: 0	36	85.0	88.7	92.4	96.1	99.8	103.5	107.2
3: 1	37	85.5	89.2	93.0	96.7	100.5	104.2	108.0
3: 2	38	86.0	89.8	93.6	97.4	101.2	105.0	108.8
3: 3	39	86.5	90.3	94.2	98.0	101.8	105.7	109.5
3: 4	40	87.0	90.9	94.7	98.6	102.5	106.4	110.3
3: 5	41	87.5	91.4	95.3	99.2	103.2	107.1	111.0
3: 6	42	88.0	91.9	95.9	99.9	103.8	107.8	111.7
3: 7	43	88.4	92.4	96.4	100.4	104.5	108.5	112.5
3: 8	44	88.9	93.0	97.0	101.0	105.1	109.1	113.2
3: 9	45	89.4	93.5	97.5	101.6	105.7	109.8	113.9
3:10	46	89.8	94.0	98.1	102.2	106.3	110.4	114.6
3:11	47	90.3	94.4	98.6	102.8	106.9	111.1	115.2
4: 0	48	90.7	94.9	99.1	103.3	107.5	111.7	115.9
4: 1	49	91.2	95.4	99.7	103.9	108.1	112.4	116.6
4: 2	50	91.6	95.9	100.2	104.4	108.7	113.0	117.3
4: 3	51	92.1	96.4	100.7	105.0	109.3	113.6	117.9

**Height-for-age BOYS
2 to 5 years (z-scores)**



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
4: 4	52	92.5	96.9	101.2	105.6	109.9	114.2	118.6
4: 5	53	93.0	97.4	101.7	106.1	110.5	114.9	119.2
4: 6	54	93.4	97.8	102.3	106.7	111.1	115.5	119.9
4: 7	55	93.9	98.3	102.8	107.2	111.7	116.1	120.6
4: 8	56	94.3	98.8	103.3	107.8	112.3	116.7	121.2
4: 9	57	94.7	99.3	103.8	108.3	112.8	117.4	121.9
4:10	58	95.2	99.7	104.3	108.9	113.4	118.0	122.6
4:11	59	95.6	100.2	104.8	109.4	114.0	118.6	123.2
5: 0	60	96.1	100.7	105.3	110.0	114.6	119.2	123.9

WHO Child Growth Standards

Simplified field tables

BMI-for-age BOYS 5 to 19 years (z-scores)		 World Health Organization						
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
5: 1	61	12.1	13.0	14.1	15.3	16.6	18.3	20.2
5: 2	62	12.1	13.0	14.1	15.3	16.6	18.3	20.2
5: 3	63	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.3	20.2
5: 4	64	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.3	20.3
5: 5	65	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.3	20.3
5: 6	66	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.4
5: 7	67	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.4
5: 8	68	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.5
5: 9	69	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.5
5: 10	70	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.5	20.6
5: 11	71	12.1	13.0	14.1	15.3	16.7	18.5	20.6
6: 0	72	12.1	13.0	14.1	15.3	16.8	18.5	20.7
6: 1	73	12.1	13.0	14.1	15.3	16.8	18.6	20.8
6: 2	74	12.2	13.1	14.1	15.3	16.8	18.6	20.8
6: 3	75	12.2	13.1	14.1	15.3	16.8	18.6	20.9
6: 4	76	12.2	13.1	14.1	15.4	16.8	18.7	21.0
6: 5	77	12.2	13.1	14.1	15.4	16.9	18.7	21.0
6: 6	78	12.2	13.1	14.1	15.4	16.9	18.7	21.1
6: 7	79	12.2	13.1	14.1	15.4	16.9	18.8	21.2
6: 8	80	12.2	13.1	14.2	15.4	16.9	18.8	21.3
6: 9	81	12.2	13.1	14.2	15.4	17.0	18.9	21.3
6: 10	82	12.2	13.1	14.2	15.4	17.0	18.9	21.4
6: 11	83	12.2	13.1	14.2	15.5	17.0	19.0	21.5
7: 0	84	12.3	13.1	14.2	15.5	17.0	19.0	21.6
7: 1	85	12.3	13.2	14.2	15.5	17.1	19.1	21.7
7: 2	86	12.3	13.2	14.2	15.5	17.1	19.1	21.8
7: 3	87	12.3	13.2	14.3	15.5	17.1	19.2	21.9
7: 4	88	12.3	13.2	14.3	15.6	17.2	19.2	22.0
7: 5	89	12.3	13.2	14.3	15.6	17.2	19.3	22.0
7: 6	90	12.3	13.2	14.3	15.6	17.2	19.3	22.1

BMI-for-age BOYS
5 to 19 years (z-scores)



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
7: 7	91	12.3	13.2	14.3	15.6	17.3	19.4	22.2
7: 8	92	12.3	13.2	14.3	15.6	17.3	19.4	22.4
7: 9	93	12.4	13.3	14.3	15.7	17.3	19.5	22.5
7: 10	94	12.4	13.3	14.4	15.7	17.4	19.6	22.6
7: 11	95	12.4	13.3	14.4	15.7	17.4	19.6	22.7
8: 0	96	12.4	13.3	14.4	15.7	17.4	19.7	22.8
8: 1	97	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.7	22.9
8: 2	98	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.8	23.0
8: 3	99	12.4	13.3	14.4	15.8	17.5	19.9	23.1
8: 4	100	12.4	13.4	14.5	15.8	17.6	19.9	23.3
8: 5	101	12.5	13.4	14.5	15.9	17.6	20.0	23.4
8: 6	102	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.1	23.5
8: 7	103	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.1	23.6
8: 8	104	12.5	13.4	14.5	15.9	17.7	20.2	23.8
8: 9	105	12.5	13.4	14.6	16.0	17.8	20.3	23.9
8: 10	106	12.5	13.5	14.6	16.0	17.8	20.3	24.0
8: 11	107	12.5	13.5	14.6	16.0	17.9	20.4	24.2
9: 0	108	12.6	13.5	14.6	16.0	17.9	20.5	24.3
9: 1	109	12.6	13.5	14.6	16.1	18.0	20.5	24.4
9: 2	110	12.6	13.5	14.7	16.1	18.0	20.6	24.6
9: 3	111	12.6	13.5	14.7	16.1	18.0	20.7	24.7
9: 4	112	12.6	13.6	14.7	16.2	18.1	20.8	24.9
9: 5	113	12.6	13.6	14.7	16.2	18.1	20.8	25.0
9: 6	114	12.7	13.6	14.8	16.2	18.2	20.9	25.1
9: 7	115	12.7	13.6	14.8	16.3	18.2	21.0	25.3
9: 8	116	12.7	13.6	14.8	16.3	18.3	21.1	25.5
9: 9	117	12.7	13.7	14.8	16.3	18.3	21.2	25.6
9: 10	118	12.7	13.7	14.9	16.4	18.4	21.2	25.8
9: 11	119	12.8	13.7	14.9	16.4	18.4	21.3	25.9
10: 0	120	12.8	13.7	14.9	16.4	18.5	21.4	26.1

BMI-for-age BOYS
5 to 19 years (z-scores)



**World Health
Organization**

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
10: 1	121	12.8	13.8	15.0	16.5	18.5	21.5	26.2
10: 2	122	12.8	13.8	15.0	16.5	18.6	21.6	26.4
10: 3	123	12.8	13.8	15.0	16.6	18.6	21.7	26.6
10: 4	124	12.9	13.8	15.0	16.6	18.7	21.7	26.7
10: 5	125	12.9	13.9	15.1	16.6	18.8	21.8	26.9
10: 6	126	12.9	13.9	15.1	16.7	18.8	21.9	27.0
10: 7	127	12.9	13.9	15.1	16.7	18.9	22.0	27.2
10: 8	128	13.0	13.9	15.2	16.8	18.9	22.1	27.4
10: 9	129	13.0	14.0	15.2	16.8	19.0	22.2	27.5
10: 10	130	13.0	14.0	15.2	16.9	19.0	22.3	27.7
10: 11	131	13.0	14.0	15.3	16.9	19.1	22.4	27.9
11: 0	132	13.1	14.1	15.3	16.9	19.2	22.5	28.0
11: 1	133	13.1	14.1	15.3	17.0	19.2	22.5	28.2
11: 2	134	13.1	14.1	15.4	17.0	19.3	22.6	28.4
11: 3	135	13.1	14.1	15.4	17.1	19.3	22.7	28.5
11: 4	136	13.2	14.2	15.5	17.1	19.4	22.8	28.7
11: 5	137	13.2	14.2	15.5	17.2	19.5	22.9	28.8
11: 6	138	13.2	14.2	15.5	17.2	19.5	23.0	29.0
11: 7	139	13.2	14.3	15.6	17.3	19.6	23.1	29.2
11: 8	140	13.3	14.3	15.6	17.3	19.7	23.2	29.3
11: 9	141	13.3	14.3	15.7	17.4	19.7	23.3	29.5
11: 10	142	13.3	14.4	15.7	17.4	19.8	23.4	29.6
11: 11	143	13.4	14.4	15.7	17.5	19.9	23.5	29.8
12: 0	144	13.4	14.5	15.8	17.5	19.9	23.6	30.0
12: 1	145	13.4	14.5	15.8	17.6	20.0	23.7	30.1
12: 2	146	13.5	14.5	15.9	17.6	20.1	23.8	30.3
12: 3	147	13.5	14.6	15.9	17.7	20.2	23.9	30.4
12: 4	148	13.5	14.6	16.0	17.8	20.2	24.0	30.6
12: 5	149	13.6	14.6	16.0	17.8	20.3	24.1	30.7
12: 6	150	13.6	14.7	16.1	17.9	20.4	24.2	30.9

BMI-for-age BOYS
5 to 19 years (z-scores)



World Health Organization

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
12: 7	151	13.6	14.7	16.1	17.9	20.4	24.3	31.0
12: 8	152	13.7	14.8	16.2	18.0	20.5	24.4	31.1
12: 9	153	13.7	14.8	16.2	18.0	20.6	24.5	31.3
12: 10	154	13.7	14.8	16.3	18.1	20.7	24.6	31.4
12: 11	155	13.8	14.9	16.3	18.2	20.8	24.7	31.6
13: 0	156	13.8	14.9	16.4	18.2	20.8	24.8	31.7
13: 1	157	13.8	15.0	16.4	18.3	20.9	24.9	31.8
13: 2	158	13.9	15.0	16.5	18.4	21.0	25.0	31.9
13: 3	159	13.9	15.1	16.5	18.4	21.1	25.1	32.1
13: 4	160	14.0	15.1	16.6	18.5	21.1	25.2	32.2
13: 5	161	14.0	15.2	16.6	18.6	21.2	25.2	32.3
13: 6	162	14.0	15.2	16.7	18.6	21.3	25.3	32.4
13: 7	163	14.1	15.2	16.7	18.7	21.4	25.4	32.6
13: 8	164	14.1	15.3	16.8	18.7	21.5	25.5	32.7
13: 9	165	14.1	15.3	16.8	18.8	21.5	25.6	32.8
13: 10	166	14.2	15.4	16.9	18.9	21.6	25.7	32.9
13: 11	167	14.2	15.4	17.0	18.9	21.7	25.8	33.0
14: 0	168	14.3	15.5	17.0	19.0	21.8	25.9	33.1
14: 1	169	14.3	15.5	17.1	19.1	21.8	26.0	33.2
14: 2	170	14.3	15.6	17.1	19.1	21.9	26.1	33.3
14: 3	171	14.4	15.6	17.2	19.2	22.0	26.2	33.4
14: 4	172	14.4	15.7	17.2	19.3	22.1	26.3	33.5
14: 5	173	14.5	15.7	17.3	19.3	22.2	26.4	33.5
14: 6	174	14.5	15.7	17.3	19.4	22.2	26.5	33.6
14: 7	175	14.5	15.8	17.4	19.5	22.3	26.5	33.7
14: 8	176	14.6	15.8	17.4	19.5	22.4	26.6	33.8
14: 9	177	14.6	15.9	17.5	19.6	22.5	26.7	33.9
14: 10	178	14.6	15.9	17.5	19.6	22.5	26.8	33.9
14: 11	179	14.7	16.0	17.6	19.7	22.6	26.9	34.0
15: 0	180	14.7	16.0	17.6	19.8	22.7	27.0	34.1

BMI-for-age BOYS
5 to 19 years (z-scores)



World Health Organization

Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
15: 1	181	14.7	16.1	17.7	19.8	22.8	27.1	34.1
15: 2	182	14.8	16.1	17.8	19.9	22.8	27.1	34.2
15: 3	183	14.8	16.1	17.8	20.0	22.9	27.2	34.3
15: 4	184	14.8	16.2	17.9	20.0	23.0	27.3	34.3
15: 5	185	14.9	16.2	17.9	20.1	23.0	27.4	34.4
15: 6	186	14.9	16.3	18.0	20.1	23.1	27.4	34.5
15: 7	187	15.0	16.3	18.0	20.2	23.2	27.5	34.5
15: 8	188	15.0	16.3	18.1	20.3	23.3	27.6	34.6
15: 9	189	15.0	16.4	18.1	20.3	23.3	27.7	34.6
15: 10	190	15.0	16.4	18.2	20.4	23.4	27.7	34.7
15: 11	191	15.1	16.5	18.2	20.4	23.5	27.8	34.7
16: 0	192	15.1	16.5	18.2	20.5	23.5	27.9	34.8
16: 1	193	15.1	16.5	18.3	20.6	23.6	27.9	34.8
16: 2	194	15.2	16.6	18.3	20.6	23.7	28.0	34.8
16: 3	195	15.2	16.6	18.4	20.7	23.7	28.1	34.9
16: 4	196	15.2	16.7	18.4	20.7	23.8	28.1	34.9
16: 5	197	15.3	16.7	18.5	20.8	23.8	28.2	35.0
16: 6	198	15.3	16.7	18.5	20.8	23.9	28.3	35.0
16: 7	199	15.3	16.8	18.6	20.9	24.0	28.3	35.0
16: 8	200	15.3	16.8	18.6	20.9	24.0	28.4	35.1
16: 9	201	15.4	16.8	18.7	21.0	24.1	28.5	35.1
16: 10	202	15.4	16.9	18.7	21.0	24.2	28.5	35.1
16: 11	203	15.4	16.9	18.7	21.1	24.2	28.6	35.2
17: 0	204	15.4	16.9	18.8	21.1	24.3	28.6	35.2
17: 1	205	15.5	17.0	18.8	21.2	24.3	28.7	35.2
17: 2	206	15.5	17.0	18.9	21.2	24.4	28.7	35.2
17: 3	207	15.5	17.0	18.9	21.3	24.4	28.8	35.3
17: 4	208	15.5	17.1	18.9	21.3	24.5	28.9	35.3
17: 5	209	15.6	17.1	19.0	21.4	24.5	28.9	35.3
17: 6	210	15.6	17.1	19.0	21.4	24.6	29.0	35.3

BMI-for-age BOYS
5 to 19 years (z-scores)



**World Health
 Organization**

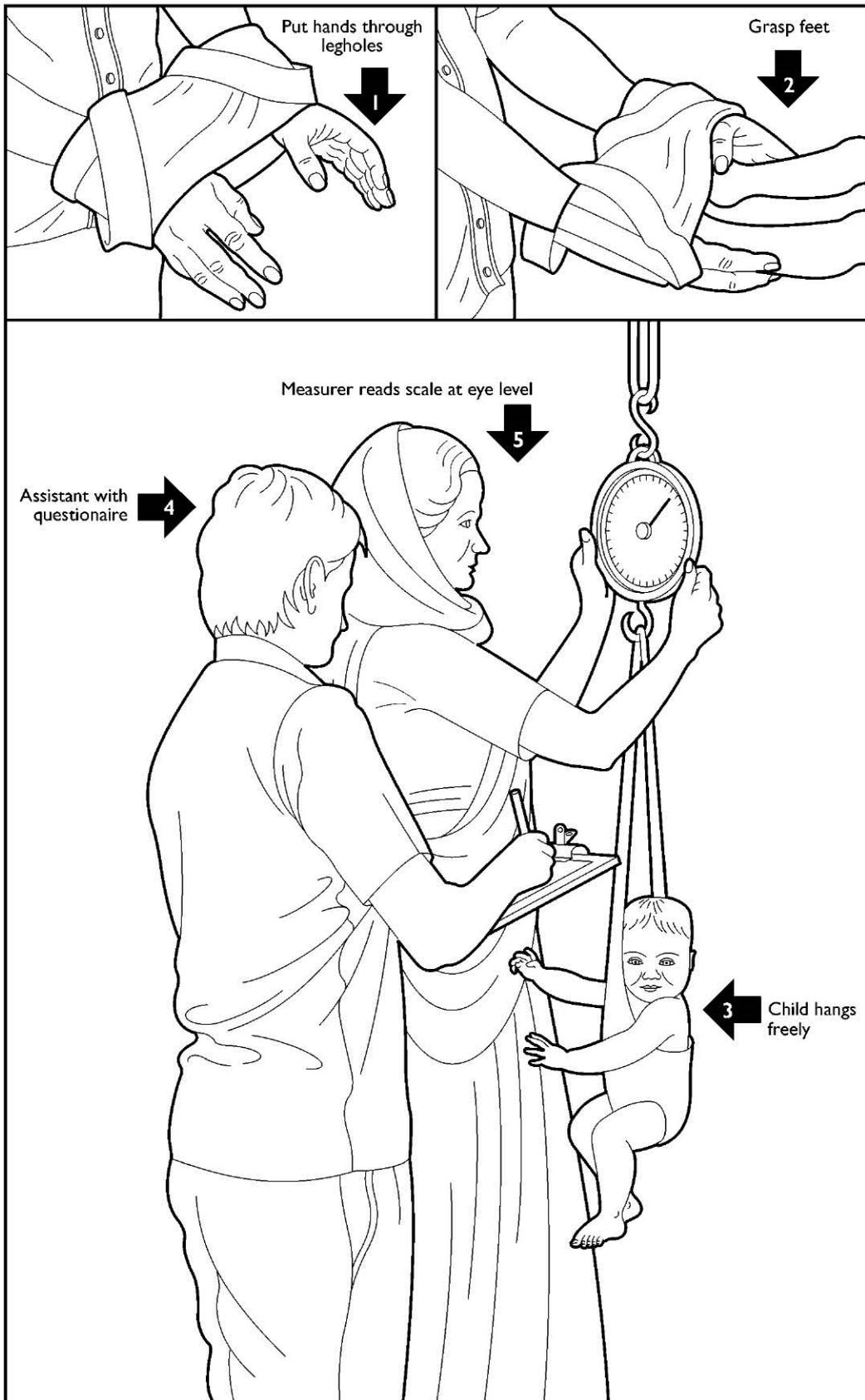
Year: Month	Months	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
17: 7	211	15.6	17.1	19.1	21.5	24.7	29.0	35.4
17: 8	212	15.6	17.2	19.1	21.5	24.7	29.1	35.4
17: 9	213	15.6	17.2	19.1	21.6	24.8	29.1	35.4
17: 10	214	15.7	17.2	19.2	21.6	24.8	29.2	35.4
17: 11	215	15.7	17.3	19.2	21.7	24.9	29.2	35.4
18: 0	216	15.7	17.3	19.2	21.7	24.9	29.2	35.4
18: 1	217	15.7	17.3	19.3	21.8	25.0	29.3	35.4
18: 2	218	15.7	17.3	19.3	21.8	25.0	29.3	35.5
18: 3	219	15.7	17.4	19.3	21.8	25.1	29.4	35.5
18: 4	220	15.8	17.4	19.4	21.9	25.1	29.4	35.5
18: 5	221	15.8	17.4	19.4	21.9	25.1	29.5	35.5
18: 6	222	15.8	17.4	19.4	22.0	25.2	29.5	35.5
18: 7	223	15.8	17.5	19.5	22.0	25.2	29.5	35.5
18: 8	224	15.8	17.5	19.5	22.0	25.3	29.6	35.5
18: 9	225	15.8	17.5	19.5	22.1	25.3	29.6	35.5
18: 10	226	15.8	17.5	19.6	22.1	25.4	29.6	35.5
18: 11	227	15.8	17.5	19.6	22.2	25.4	29.7	35.5
19: 0	228	15.9	17.6	19.6	22.2	25.4	29.7	35.5
2007 WHO Reference								

Body Mass Index, လူကြီး (18 နှစ်အထက်)
ကိုယ်အလေးချိန် Weight (kg) / အရပ်အမြင့် Height² (m)

အရပ်အမြင့် Height (cm)	Body Mass Index						အရပ်အမြင့် Height (cm)	Body Mass Index					
	18.5	18	17.5	17.0	16.5	16		18.5	18	17.5	17.0	16.5	16
140	36.3	35.3	34.3	33.3	32.3	31.4	165	50.4	49.0	47.6	46.3	44.9	43.6
141	36.8	35.8	34.8	33.8	32.8	31.8	166	51.0	49.6	48.2	46.8	45.5	44.1
142	37.3	36.3	35.3	34.3	33.3	32.3	167	51.6	50.2	48.8	47.4	46.0	44.6
143	37.8	36.8	35.8	34.8	33.7	32.7	168	52.2	50.8	49.4	48.0	46.6	45.2
144	38.4	37.3	36.3	35.3	34.2	33.2	169	52.8	51.4	50.0	48.6	47.1	45.7
145	38.9	37.8	36.8	35.7	34.7	33.6	170	53.5	52.0	50.6	49.1	47.7	46.2
146	39.4	38.4	37.3	36.2	35.2	34.1	171	54.1	52.6	51.2	49.7	48.2	46.8
147	40.0	38.9	37.8	36.7	35.7	34.6	172	54.7	53.3	51.8	50.3	48.8	47.3
148	40.5	39.4	38.3	37.2	36.6	35.5	173	55.4	53.9	52.4	50.9	49.4	47.9
149	41.1	40.0	38.9	37.7	36.6	35.5	174	56.0	54.5	53.0	51.5	50.0	48.4
150	41.6	40.5	39.4	38.3	37.1	36.0	175	56.7	55.1	53.6	52.1	50.5	49.0
151	42.2	41.0	39.9	38.8	37.6	36.5	176	57.3	55.8	54.2	52.7	51.1	49.6
152	42.7	41.6	40.4	39.3	38.1	37.0	177	58.0	56.4	54.8	53.3	51.7	50.1
153	43.3	42.1	41.0	39.8	38.6	37.5	178	58.6	57.0	55.4	53.9	52.3	50.7
154	43.9	42.7	41.5	40.3	39.1	37.9	179	59.3	57.7	56.1	54.5	52.9	51.3
155	44.4	43.2	42.0	40.8	39.6	38.4	180	59.9	58.3	56.7	55.2	53.5	51.8
156	45.0	43.8	42.6	41.4	40.2	38.9	181	60.6	59.0	57.3	55.7	54.1	52.4
157	45.6	44.4	43.1	41.9	40.7	39.4	182	61.3	59.6	58.0	56.3	54.7	53.0
158	46.2	44.9	43.7	42.4	41.2	39.9	183	62.0	60.3	58.6	56.9	55.3	53.6
159	46.8	45.5	44.2	43.0	41.7	40.4	184	62.6	60.9	59.2	57.6	55.9	54.2
160	47.4	46.1	44.8	43.5	42.2	41.0	185	63.3	61.6	59.9	58.2	56.5	54.8
161	48.0	46.7	45.4	44.1	42.8	41.5	186	64.0	62.3	60.5	58.8	57.1	55.4
162	48.6	47.2	45.9	44.6	43.3	42.0	187	64.7	62.9	61.2	59.4	57.7	56.0
163	49.2	47.8	46.5	45.2	43.8	42.5	188	65.4	63.6	61.9	60.1	58.3	56.6
164	49.8	48.4	47.1	45.7	44.4	43.0	189	66.1	64.3	62.5	60.7	58.9	57.2
190							190	66.8	65.0	63.2	61.4	59.6	57.8

Annex 2.1

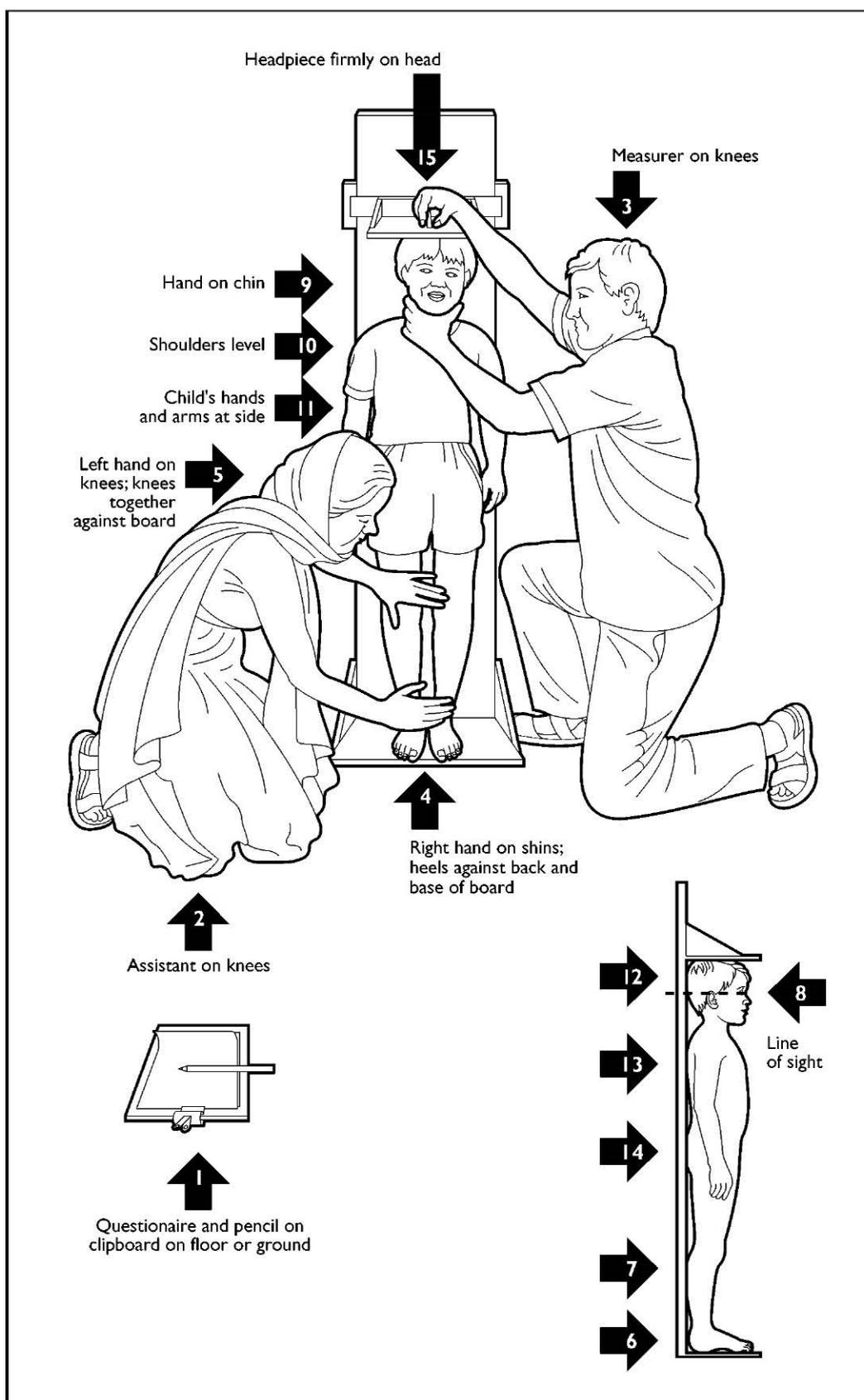
Weight assessment in children



Source: How to Weigh and Measure Children: Assessing the Nutritional Status of Young Children, United Nations, 1986.

Annex 2.3

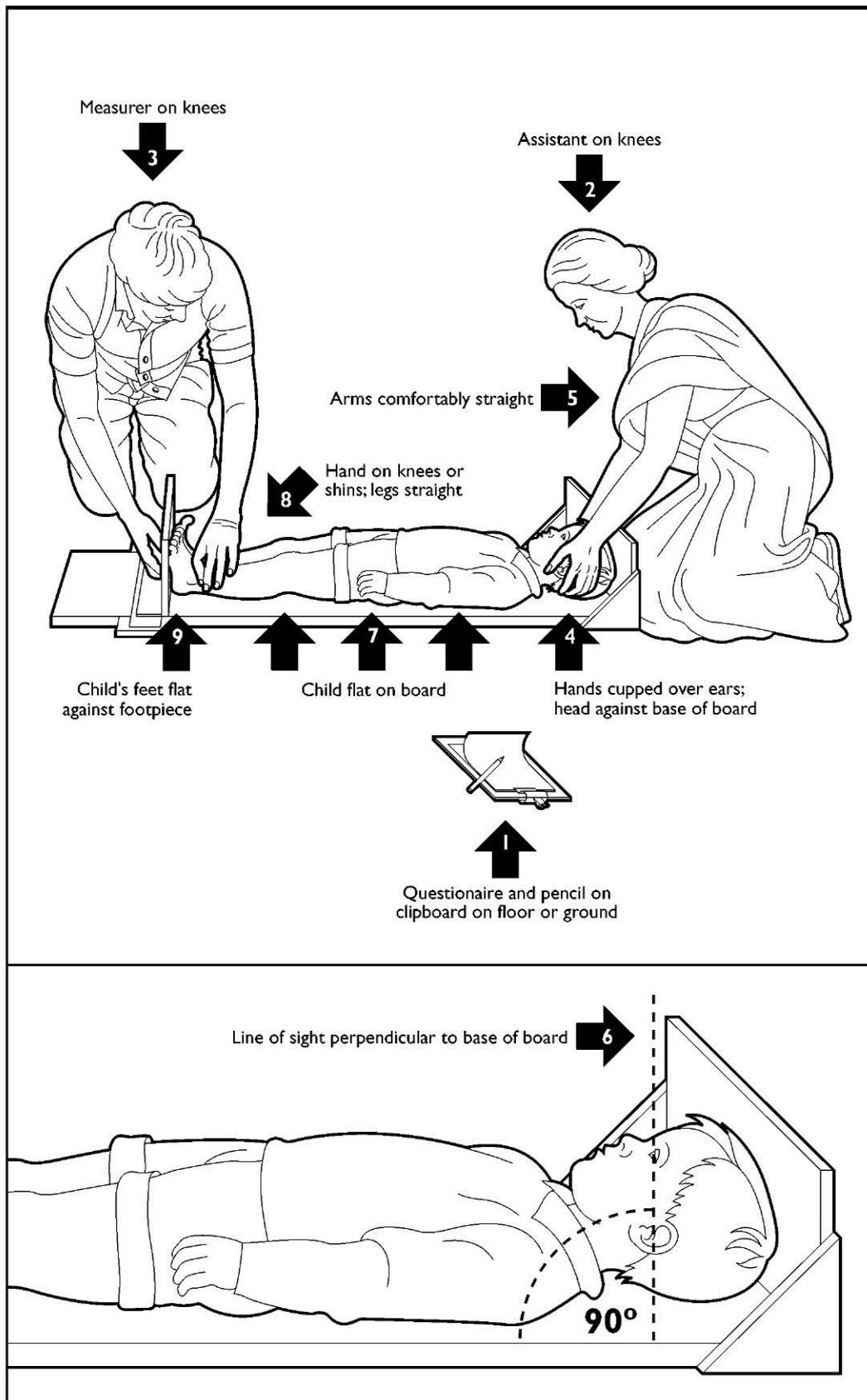
Height assessment in standing position



Source: How to Weigh and Measure Children: Assessing the Nutritional Status of Young Children, United Nations, 1986.

Annex 2.2

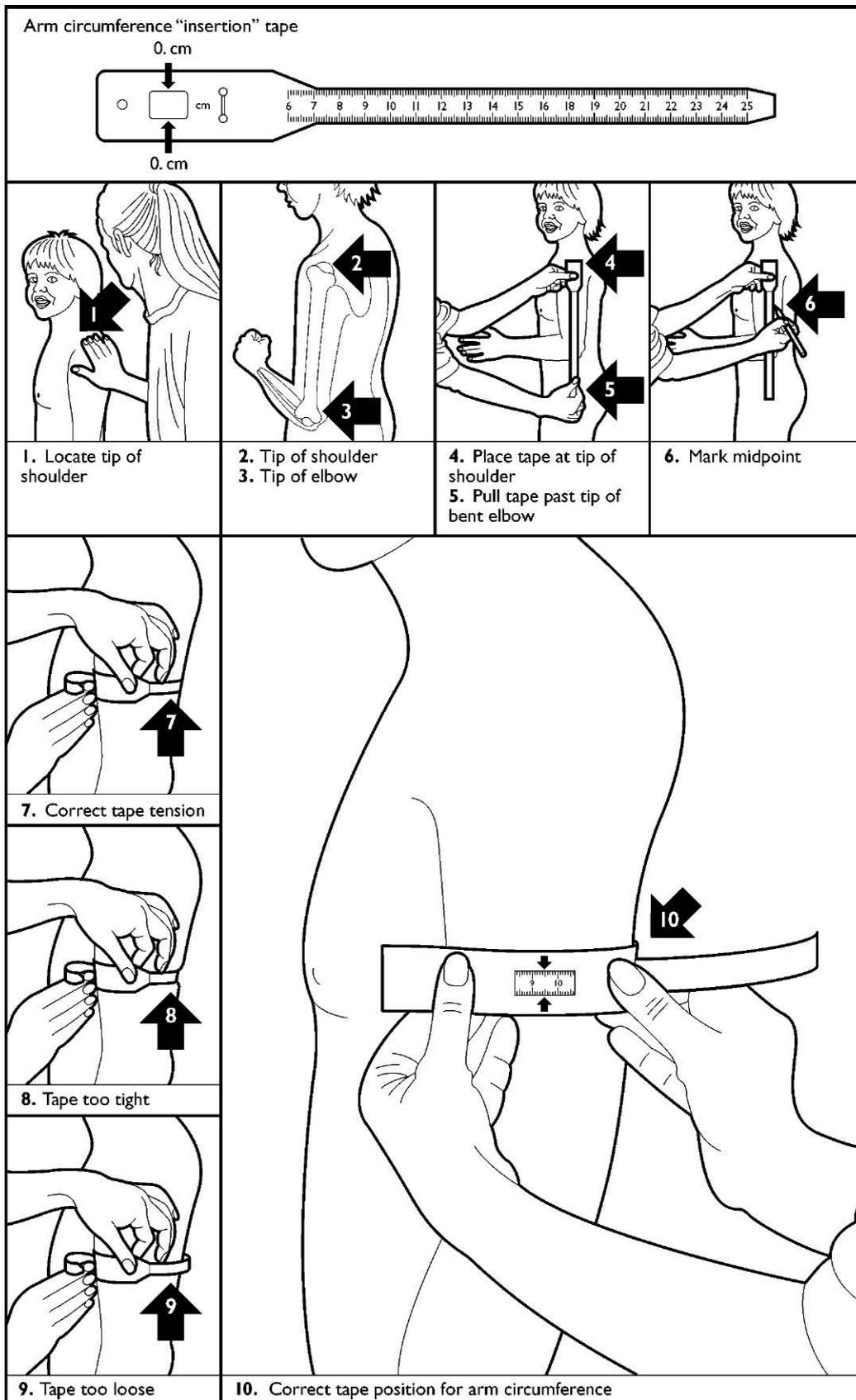
Length assessment in lying position



Source: How to Weigh and Measure Children: Assessing the Nutritional Status of Young Children, United Nations, 1986.

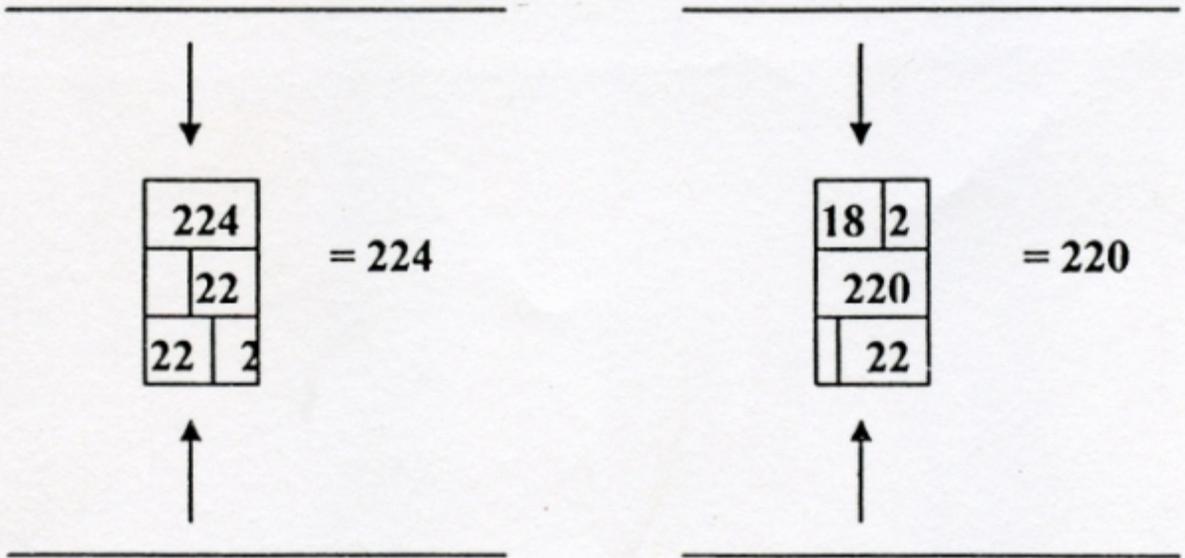
Annex 2.4

MUAC measurement



Source: How to Weigh and Measure Children: Assessing the Nutritional Status of Young Children, United Nations, 1986.

Read the number in the box which is completely visible



Insert the MUAC Tape into the first window and up through the third window. The measurement is read from the middle (second) window

