

# 孕妇腹围怎么量比较准确|怎样测量孕妇的宫高和腹围？ - 股识吧

## 一、孕19周~20周的准妈你们的腹围多少CM呢？

我表姐好似从20周之后才显肚，可能本来人比较肉肉。

## 二、请问姐妹们腹围怎么量？？

自己量不准的，我26w，昨天自己在家量，宫高23，腹围95，今天上午去医院，医生量的宫高28，腹围90，不懂了。

## 三、怀孕期间腹围多大合适

正常的呀，随着孕期的不断增加，我们的腹围也会慢慢增大，宫高这些数值都是在变化的。

因为你比较高，可能数据要大些的

## 四、怎样测量腹围？

我们减肥的一大目的是为了外形上的美丽，而身体围度的改变，能直接地体现出外形上的变化，所以，关注围度的变化，也可以检测减肥的成果。

围度与体重结合在一起检验减肥的成果，比简单地以体重变化作为检验减肥成果，更加全面。

如果您的体重变化很多，而围度变化相对较小，您就应该检查一下自己的减肥方式，是否更多地减去的是水分或者肌肉，而不是脂肪。

每周固定一天（比如周二），在早饭前测量一次围度。

正确测量腹围的方法是：测量腹部最突出的部分参考标准位置为肚脐以下3指的地方。

测量时使软尺的下部分完全贴紧身体，但不要勒紧腹部。

## 五、怎样测量孕妇的宫高和腹围？

从宫高和腹围的测量值可了解到胎儿宫内发育情况。

宫高和腹围不是一个固定值，它随着妊娠月份的增加而不断增长。

据国内统计，孕16~36周，宫高平均每周增加0.8~0.9厘米，36周后减慢，为每周增加0.4~0.5厘米。

腹围因孕妇胖瘦不一，变化较大，宫高及腹围对照可靠性加大。

宫内胎儿发育迟缓、畸形、羊水过少、横位、子宫畸形、死胎等，均可使宫底低于正常值或增长速度减慢、停滞。

多胎、羊水过多、巨大儿、畸胎、臀位等，可使宫高高于正常值或增长速度加快。

如综合宫高、腹围分析，宫高增长慢而腹围增长快可能为横位、悬垂腹；

宫高增长快而腹围增长慢可见于臀位；

而羊水过多、双胞胎、巨大儿均可超出正常范围；

两者增长均慢者，90%生出低体重儿。

结合B超测量胎儿，对鉴别胎儿正常和异常发育更有帮助。

用宫高、腹围的变化来监护妊娠，对提高围生质量有重要意义。

## 六、孕妇的腹围怎么量

腰围(waist circumference, M62)：经脐部中心的水平围长，或肋最低点与髂嵴上缘两水平线间中点线的围长，用软尺测量，在呼气之末、吸气未开始时测量。

最小腰围(minimum waist

circumference)：在肋弓和髂嵴之间腰部最细处的水平围长。

在呼气之末、吸气未开始时测量，用软尺测量。

腰节围(waist point circumference)：经左、右腰节点的腰部水平围长，用软尺测量  
测量腹围和体重增长都是孕期检测胎儿是否正常发育的很好方法，便于孕妇及家人操作。

腹围是经肚脐绕腹一周的长度，以厘米为单位，它能反映子宫的横径和前后径的大小。

孕妇须定期接受产前检查，测量腹围大小是每次检查时必须要做的项目。

扩展资料：一般测量腹围都是在16周左右开始，在测量腹围的时候最好由家人帮忙

，这样数值才会更加的准确。

孕妇通过数值可以观察胎儿的情况，每次都要记录好数据。

从孕16周开始测量腹围，取立位，以肚脐为准，水平绕腹一周，测得数值即为腹围。

腹围平均每周增长0.8厘米。

怀孕20～24周时增长最快；

怀孕34周后，腹围增长速度减慢。

如果以妊娠16周测量的腹围为基数，到足月，平均增长值为21厘米。

不按数值增长时，通常会给孕妇带来担忧和困惑。

参考资料来源：股票百科—腹围

## 参考文档

[下载：孕妇腹围怎么量比较准确.pdf](#)

[《亨通光电股票现价是多少》](#)

[《多空势力在股市上的股票叫什么》](#)

[《为什么有些人股票成本是负数》](#)

[《招商银行股票分红怎么扣税》](#)

[《流通在外的普通股股数怎么算》](#)

[下载：孕妇腹围怎么量比较准确.doc](#)

[更多关于《孕妇腹围怎么量比较准确》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/subject/27662194.html>