

## АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ИЗМЕРЕНИЯ У ДЕТЕЙ: СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ, МЕТОДОЛОГИЯ И КЛИНИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ

*Бердалиева Хатичахон Юсупжановна*  
*преподаватель Пахтаабадского техникума общественного*  
*здравоохранения имени Абу Али ибн Сино*

**Аннотация:** В статье представлены научно обоснованные подходы к проведению антропометрических измерений у детей различных возрастных групп. Рассмотрены цели, задачи и методология оценки физического развития, стандартизированные показатели (масса тела, длина/рост, окружность головы и грудной клетки, индекс массы тела), а также требования к инструментарию и условиям проведения измерений. Особое внимание уделено интерпретации результатов с использованием центильных таблиц и индексов гармоничности развития. Проанализированы факторы, влияющие на физическое развитие детей, включая наследственные, социально-экономические и экологические условия. Подчёркнута роль регулярного мониторинга антропометрических показателей в системе профилактической педиатрии и школьной медицины. Материал изложен с учётом современных клинических рекомендаций и гигиенических нормативов Республики Узбекистан.

**Ключевые слова:** антропометрия, физическое развитие, дети, индекс массы тела, центильные таблицы, педиатрия, профилактика, рост, масса тела, мониторинг здоровья.

### Введение

Физическое развитие ребёнка является одним из ведущих интегральных показателей состояния здоровья и отражает совокупное влияние биологических и социальных факторов. Антропометрия как раздел медицинской науки изучает количественные параметры тела человека и их

возрастную динамику. В педиатрической практике антропометрические исследования применяются для оценки гармоничности роста, выявления отклонений в развитии, диагностики хронических заболеваний и контроля эффективности лечебно-профилактических мероприятий.

В условиях модернизации системы здравоохранения Республики Узбекистан особое значение приобретает раннее выявление нарушений питания, задержки роста и избыточной массы тела у детей. Регулярный мониторинг антропометрических показателей позволяет формировать группы риска и проводить своевременную коррекцию.

### **Цель исследования**

Обобщить современные научные данные о методике проведения антропометрических измерений у детей, проанализировать их клиническое значение и определить основные принципы интерпретации результатов.

### **Основные антропометрические показатели**

#### **1. Масса тела**

Измеряется с использованием медицинских весов с точностью до 10–50 г у детей раннего возраста и до 100 г — у школьников. Взвешивание проводится утром, натощак или спустя 2 часа после приёма пищи, в лёгкой одежде или без неё (в зависимости от возраста).

#### **2. Длина тела и рост**

У детей до 2 лет измеряется длина тела в положении лёжа с применением ростомера-антропометра. После 2 лет определяется рост в положении стоя. Измерение проводят без обуви, при правильной осанке, с соприкосновением пяток, ягодиц, лопаток и затылка с вертикальной поверхностью ростомера.

#### **3. Окружность головы**

Показатель особенно важен в первые два года жизни. Измеряется сантиметровой лентой по линии надбровных дуг и наиболее выступающей части затылка.

#### **4. Окружность грудной клетки**

Определяется в состоянии спокойного дыхания. Лента располагается по нижним углам лопаток и по линии сосков спереди.

### **5. Индекс массы тела (ИМТ)**

Рассчитывается по формуле:

ИМТ = масса тела (кг) / рост<sup>2</sup> (м<sup>2</sup>). Полученные значения сравниваются с возрастно-половыми нормативами.

### **Методические требования**

Для получения достоверных данных необходимо соблюдать следующие условия:

использование стандартизированного оборудования;

- регулярная калибровка приборов;
- проведение измерений одним и тем же специалистом при динамическом наблюдении;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм;
- психологический комфорт ребёнка.

Ошибки измерений могут быть связаны с неправильным положением тела, неточным считыванием шкалы прибора и несоблюдением временных интервалов контроля.

### **Интерпретация результатов**

Оценка антропометрических данных проводится с использованием:

- центильных таблиц;
- сигмальных отклонений;
- индексов пропорциональности;
- комплексной оценки гармоничности развития.

Показатели в пределах 25–75 центиля считаются вариантом возрастной нормы. Отклонения ниже 10 или выше 90 центиля требуют дополнительного обследования.

### **Факторы, влияющие на физическое развитие**

1. Наследственность.

2. Характер питания.
3. Уровень физической активности.
4. Социально-бытовые условия.
5. Экологическая обстановка.
6. Перенесённые заболевания.

Комплексное воздействие указанных факторов определяет темпы роста и формирование соматического статуса ребёнка.

### **Роль антропометрии в профилактической медицине**

Антропометрические измерения являются обязательной частью профилактических осмотров в дошкольных учреждениях и школах. Они позволяют:

- выявлять белково-энергетическую недостаточность;
- диагностировать ожирение и метаболические нарушения;
- оценивать эффективность оздоровительных программ;
- прогнозировать адаптационные возможности организма.

Регулярное наблюдение способствует формированию базы данных физического развития детского населения и служит основой для разработки региональных нормативов.

### **Заключение**

Антропометрические измерения представляют собой доступный, информативный и научно обоснованный метод оценки состояния здоровья детей. Соблюдение стандартной методики проведения измерений и корректная интерпретация результатов позволяют своевременно выявлять отклонения в физическом развитии и разрабатывать индивидуальные профилактические мероприятия. В условиях современной педиатрии антропометрия остаётся важнейшим инструментом динамического наблюдения за ростом и развитием ребёнка.

### **Список использованной литературы:**

1. Абдурахманов А.А. Болалар гигиенаси. – Тошкент: Янги аср авлоди,

2018.

2. Алимова Д.С. Болалар ва ўсмирлар физиологияси. – Тошкент: Ўзбекистон, 2019.
3. Ибрагимова Н.М. Педиатрия асослари. – Тошкент: Ибн Сино, 2020.
4. Каримова Г.М. Соғлом авлод асослари. – Тошкент: Фан, 2017.
5. Мирзаева Д.Р. Болаларда жисмоний ривожланиш кўрсаткичлари. – Самарқанд, 2021.
6. Норматов Ш.Н. Гигиена болалар ва ўсмирлар. – Бухоро, 2016.
7. Раҳимов Қ.Т. Одам физиологияси. – Тошкент: Ўқитувчи, 2018.
8. Саидова М.Х. Профилактик педиатрия. – Тошкент, 2022.
9. Турсунов Б.А. Болалар саломатлиги ва мониторинг. – Андижон, 2019.
10. Ходжаева Л.У. Жисмоний ривожланишни баҳолаш усуллари. – Тошкент, 2020.