

Rutin

Längdmätning av patient

Längd (cm) behöver endast mätas och registreras i Senior alert vid ett tillfälle eller när personen märkbart har minskat i längd.

Stående

Mäts utan skor stående mot en vägg med fötter intill varandra. Hälar, stuss och axlar mot väggen och blicken riktad rakt fram. Använd fast längdmätare eller stålmåttband.

Liggande

Mäts liggande på rygg i säng med utsträckta ben. Använd stålmåttband.

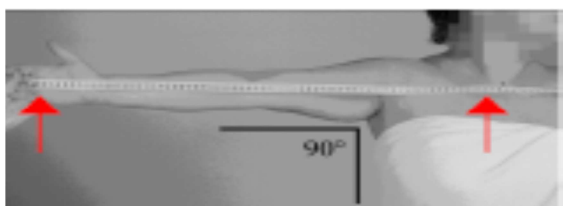


Sittande

Demispan (halva armspännvidden) är avståndet mellan bröstbenets mittskåra och roten mellan lång- och ringfinger på ena armen. Längden beräknas med hjälp av en standardformel.

Lokalisera bröstbenets mittskåra och be personen att sträcka en arm åt sidan. Kontrollera att armen är horisontell och i linje med axlarna och att handleden är rak.

- Mät avståndet bröstbenets mittskåra till roten mellan lång- och ringfinger på ena armen.
- Avläs avståndet i cm. Beräkna längden med hjälp av formeln





Kvinnor: Längd i cm $= (1.35 \times \text{demispan i cm}) + 60.1$

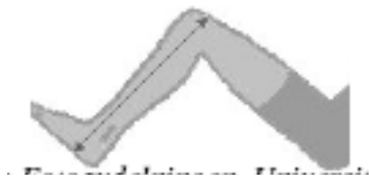
Män: Längd i cm $= (1.40 \times \text{demispan i cm}) + 57.8$

Knähöjd

- Låt individen som mäts sitta eller ligga. Se till att knä och fotled är i 90 graders vinkel.
- Mät längden mellan fotsulan och övre delen av knät (se bilden), gärna med skjutmått, annars stålmåttband.
- Mät tre gånger och använd medelvärdet
- Sätt in medelvärdet i någon av följande formler, beroende på om individen som mäts är man eller kvinna:

Kvinna: Längd i cm $= (1,83 \times \text{knähöjden i cm}) - (0,24 \times \text{åldern}) + 84,88$

Män: Längd i cm $= (2,03 \times \text{knähöjd i cm}) - (0,04 \times \text{åldern}) + 64,19$



Räkna ut parenteserna först och sätt sedan in summan på respektive plats i beräkningen.

Längdmätning om amputerad

Längdmätning kan göras med hjälp av Demispan.

För att räkna ut BMI om personen är amputerad se formel i tabell nedan

<http://www.lj.se/infopage.jsf?childId=13531&nodeId=40882>

(välj: BMI – beräkning vid amputerad vårdtagare).

Personens längd före amputation och personens vikt efter amputation anges i tabellen.



Utrustning

Fast längdmätare i trä ska ingå i grundutrustningen på SÄBO samt Aktivitetshuset.
Stålmåttband ska ingå i grundutrustningen på alla avdelningar/enheter.