## Таблица норм прибавки веса при беременности

* 1 группа (индекс массы тела BMI до 19,8) – худощавые женщины;
* 2 группа (19,8-26) – женщины среднего телосложения;
* 3 группа (от 26) – тучные женщины.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Неделя беременности** | **BMI <19.8** | **BMI = 19.8 – 26.0** | **BMI > 26.0** |
| **Прибавка в весе, кг** | | |
| 2 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| 4 | 0.9 | 0.7 | 0.5 |
| 6 | 1.4 | 1.0 | 0.6 |
| 8 | 1.6. | 1.2 | 0.7 |
| 10 | 1.8 | 1.3 | 0.8 |
| 12 | 2.0 | 1.5 | 0.9 |
| 14 | 2.7 | 1.9 | 1.0 |
| 16 | 3.2 | 2.3 | 1.4 |
| 18 | 4.5 | 3.6 | 2.3 |
| 20 | 5.4 | 4.8 | 2.9 |
| 22 | 6.8 | 5.7 | 3.4 |
| 24 | 7.7 | 6.4 | 3.9 |
| 26 | 8.6 | 7.7 | 5.0 |
| 28 | 9.8 | 8.2 | 5.4 |
| 30 | 10.2 | 9.1 | 5.9 |
| 32 | 11.3 | 10.0 | 6.4 |
| 34 | 12.5 | 10.9 | 7.3 |
| 36 | 13.6 | 11.8 | 7.9 |
| 38 | 14.5 | 12.7 | 8.6 |
| 40 | 15.2 | 13.6 | 9.1 |