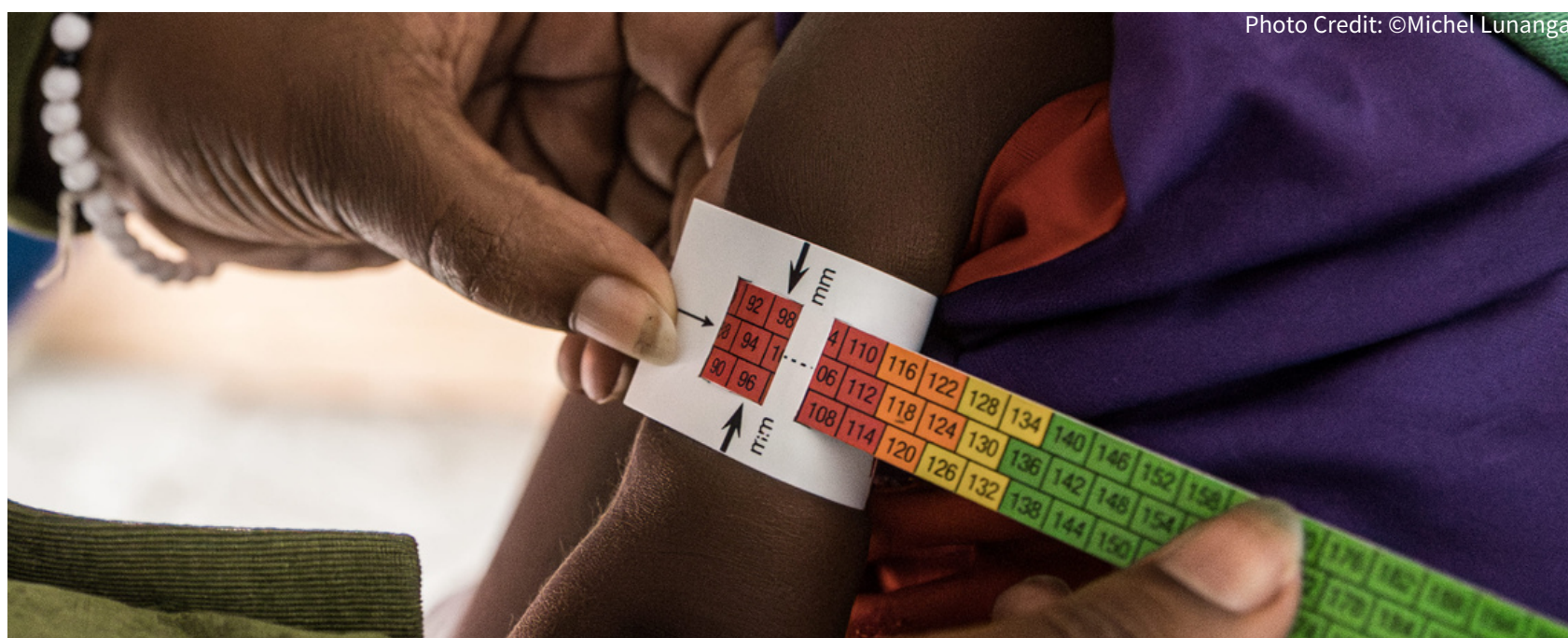


你上次測量「臂圍」是什麼時候？

是在你訂做衣服的時候？還是健康檢查的時候？還記得你的臂圍多少嗎？27公分？21公分？

無國界醫生邀請您下載此份檔案，沿著虛線裁下量尺，實際測量自己的臂圍比較與重度營養不良兒童臂圍的差距。



圖中孩童臂圍不到10公分，比我國50元硬幣僅多出1.5公分。

這個標示了不同顏色的營養狀況測量尺，是無國界醫生其中一個最重要、最方便有效的救援工具。我們的醫護人員使用測量尺測量孩子的上臂，若上臂圍處於紅色區域，代表這個孩子屬重度營養不良，面臨死亡威脅。

點擊瞭解無國界醫生如何應對營養不良：

<https://www.msf.org.tw/campaign/malnutrition>

※文件尺寸為A3（29.7 x 42.0 cm），列印時紙張大小請選擇A3。

-  重度營養不良
(少於115mm)
-  中度營養不良
(由115mm至124mm)
-  正常 - 無營養不良跡象
(125mm或以上)