

Das MUAC-Band


**MUAC =
Mid-Upper Arm Circumference
(Mittlerer-Oberarm-Umfang)**

Die Teams von **Ärzte ohne Grenzen** müssen oft in kurzer Zeit viele Kinder auf Mangelernährung untersuchen. Für einen ersten Test benutzen sie das MUAC-Band, ein spezielles Maßband für Kinder zwischen 6 Monaten und 5 Jahren, mit dem Mangelernährung schnell erkannt werden kann.

Wie wird das MUAC-Band benutzt?

Das Band wird um den Oberarm des Kindes gelegt, um den Umfang zu messen.

Es gibt drei verschiedenfarbige Zonen, von **grün (normal)** bis zu **rot (schwere Mangelernährung)**.

 Ein Kind, dessen Oberarm-Umfang im roten Bereich ist, braucht sofort medizinische Ernährungshilfe.

Probiere es selbst aus, indem du

- das MUAC-Band um die gestrichelte Linie herum ausschneidest,
- entlang des Striches in die weiße Lasche einen Schlitz schneidest, um das MUAC-Band durchziehen zu können und
- das MUAC-Band bis zur roten Zone durch den Schlitz ziehst.

Die Farben des Bandes bedeuten:

ROT schwere Mangelernährung
(Oberarmumfang weniger als 11,5 cm)

ORANGE mäßige Mangelernährung
Gefahr, dass es zu Mangelernährung kommt
(Oberarmumfang 11,5 bis 12,4 cm)

Grün normal
(Oberarmumfang ab 12,5 cm)

Weiteres Material und Beispiele, wie du selbst mithelfen kannst auf www.aerzte-ohne-grenzen.at/break-the-silence