APPENDIX A3

PRE-PREGNANCY OVERWEIGHT RANGE

Prenatal Weight Gain Grid (1)

Recommended Weight Gain (2): Single 15-25 lbs; Twins 31-50

NAME:												EDC:												HEIGHT:													
														F	RE	ΕPF	RE	GN.	ΑN	CY	w	ΈI	зн	T: .													
		DATE	l we	IGHT	l w	/EEk	S	1 1	NITI	ALS	\neg																										
		GESTATION									_1	14	16	3	18	20)	22	2	4	26	2	8	30	3	2	34	36	_3	8	40	42	_				
								_			_			E	Н	Н	\pm	\pm	Н	\pm	\pm	Н	\pm	t	\pm	Н	\pm	Н	\pm		\vdash	士	Н		\coprod	48	ě
								_			_			F	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	\dashv	+	+	Н	+	Н	\dashv	+	Н	\perp	Н	+	\vdash	-	
								_			\Box			E	Ш	Ш	\pm	İ	Н	\pm	土	Н	\pm	t	t	Ш	\pm	Ш	\pm		Ш	土	∄	士	廿	48	i
											\Box			F	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	+	+	Н	+	Н	+	+	Н	+	Н	+	\vdash	44	+
														E	Ш	Н	\pm	\pm	Н	\pm	士	Ш	\pm	t	\perp	Н	\pm	Ш	\pm	\pm	\Box	土	Н	士	廿	42	,
														H	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	+	+	Н	+	Н	+	+	\vdash	+	Н	+	\vdash	4	
														E	П	Ц	\pm	土	Ц	\pm	土	Н	\pm	1	İ	Ц	土	П	\pm	\pm	廿	土	丗	士	廿	∃ 40	ì
														H	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	+	+	Н	+	Н	+	+	₩	+	Н	+	₩	_38	1
														E	П	Ц	\pm	\pm	Ц	\pm	土	Ħ	\exists	1	$^{\pm}$	Ц	士	П	\exists	士	廿	土	Ħ	士	廿	38	}
														\vdash	H	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	╀	+	Н	+	H	+	+	\vdash	+	\dashv	+	$\vdash \vdash$	-	
			-		-									F	Ħ	Ħ	#	İ	Ħ	\Rightarrow	#	Ħ	\Rightarrow	#	İ	Ħ	#	Ħ	\Rightarrow	#	\Box	丰	Ħ	丰	井	34	1
														Н	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	╫	+	Н	+	Н	+	+	₩	+	Н	+	₩	32	!
					30	П	П	П	T	П	T		П	t	П	Ħ	#	İ	Ħ	#	#	П	\Rightarrow	1	İ	Ħ	#	П	\rightrightarrows	\perp	\Box	丰	Ħ	丰	\Box	30)
					28	Н	₩	++	+	++	+	\vdash	Н	╂	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	╫	+	Н	+	Н	+	+	₩	+	Н	+	\vdash	28	,
ght	Under	Normal	Over	Obese	20	岸	\Box	\Box	\bot	\Box	$^{+}$		\Box	t	П	П	#	I	П	#	$^{\pm}$	П	\dashv	#	İ	П	$^{\pm}$	П	\rightrightarrows	\perp	\Box	丰	П	丰	\Box	7~°	1
	Weight (BMI	Weight (BMI	Weight (BMI	(BMI≥ 30)	26	Н	₩	+	+	₩	+	\vdash	Н	╂	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	╫	+	Н	+	Н	+	+	₩	+	Н	+	₩	26	j
	< 18.5)	18.5-	25-	"	24	岸	\Box	\Box	\bot	\Box	$^{\pm}$		\Box	t	П	П	#	İ	Ħ	#	丰	П	ightharpoons	1	İ	П	$^{\pm}$	П	\Rightarrow	$^{\pm}$	\Box	丰	Ħ	4	\Box	24	. :
-	<80	24.9) 80-107	29.9) 108-128	>128	22	Н	₩	+	+	₩	+	⊢	Н	╂	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	╫	+	Н	+	Н	+	+	H	1	Н	Ŧ	₩	۱,,	
3"	<83		112-133	$\overline{}$	22	Ħ	\Box	\Box	$^{\pm}$	Ħ	丰		\Box	t	П	Ħ	#	İ	\Box	#	丰	Ħ	\dashv	#	İ	Ħ	$^{\pm}$	П	\rightrightarrows		1	#	П	1	Ħ	22	
7	<86	86-115	116-138	>138	20	Н	₩	+	+	₩	+	\vdash	Н	╂	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	╫	+	Н	+	Н	1	+	H	+	Н	╂	₩	20	1
0"	<89	89-119	120-143	>143	18	Ħ	\Box	\Box	\bot	\Box	#			t	Ħ	Ħ	#	T	Ħ	#	#	Ħ	\dashv	#	ļ	Ħ	4		\Box	#	H	T	П	1	Ħ	18	
1"	<92	92-123	124-148	>148	16	H	₩	+	+	++	+	\vdash	Н	╁	Н	Н	+	+	Н	+	+	Н	+	+	4	Н	+	Н	Н	+	H	+	Н	1	${}$	16	, -
	<95		128-153			H	\Box	\Box	\mp	\Box	\mp		П	F	П	П	7	T	П	7	Ŧ	П	4	1	Г	П	Ŧ	П	\Box	\mp	П	T	П	Y	\Box	4	- 3
-	<98		133-158	$\overline{}$	14	H	₩	+	+	++	+	\vdash	Н	╁	Н	Н	+	+	Н	+	+		4	+	Н	Н	+	Н	\forall	+	Н	+	H	+	\vdash	14	į
2"		101-136			12	H	П	\Box	\mp	П	\top		П	F	П	П	7	F	П		4	П	7	Ŧ	F	П	Ŧ	П				Ŧ	П	\mp	\Box	12	
5-		105-140		$\overline{}$	10	H	₩	+	+	++	+	\vdash	Н	╁	Н	Н	+	4	d	1	$^{+}$	Н	+	t	Н	Н		Н	1	+	\vdash	+	Н	+	\vdash	10	
5-		108-145		\perp		H	П	\Box	\mp	П	\top		П	F	П	Ц	4		П	7	Ŧ	П	4	Ţ		7	\top	П	\dashv	\perp	П	Ŧ	П	\mp	\Box	٦'ٽ	
5"		115-154		$\overline{}$	8	H	₩	+	+	++	+	\vdash	Н	t	4	Н	\pm	$^{+}$	Н	\pm	$^{+}$	H	7	4	+	Н	+	Н	+	+	\vdash	+	Н	+	\vdash	⊣ ⁸	i
		118-159			6	H	\Box	\blacksquare	\mp	\Box	Ŧ			F	П	П	7	F	П	\downarrow	7	П	\dashv	Ŧ	F	П	\top	П	\dashv	\perp	H	Ŧ	П	\blacksquare	\Box] e	j
3"	<122	122-164	165-196	>196	4	H	\forall	\forall	+	Н			\Box	t	Н	Н				\pm	+	Н	+	t	+	Н	+	Н	+	+	\vdash	\pm	H	\pm	\forall	Ⅎ ₄	1
-	<125	125-168	169-202	>202		H	\Box	\Box		П	+	Н	Н	Ł	И	H	7	F	П	4	Ŧ	Н	\dashv	Ŧ	F	П	Ŧ	П	\dashv	+	H	Ŧ	\square	\mp	\Box	4	
0"	<129	129-173	174-208	>208	2				\pm		-			Ĺ	Ш	Ш	\pm	\pm	Н	\pm	\pm	Н	\pm	1		Ш	\pm	Ш	\pm		Ш	土	丗	士	廿	d 2	
1"		133-178			0	-45	+	77	1	\prod	+		H	+	\Box	H	+	+	H	+	+	H	\perp	+	+	H	+	\Box	\dashv	+		+	\dashv	+	\vdash	٥ 🗕	1
		137-183			- 2	廿	\Box	\pm	\pm	\Box	\pm			t	Ħ	Ħ	\pm	\pm	Ħ	\pm	\pm	Ħ	\exists	1		Ħ	\pm	Ħ	\exists	†	\Box	士	Ħ	士	廿	 2	,
-		140-189				H	\prod	+	+	\prod	+	1	H	H	H	H	+	+	H	+	+	H	+	+	+	H	+	H	+	+	H	+	\dashv	+	\prod	-	
-		143-194			- 4	廿	\Box	\pm	\pm	\Box	\pm		\parallel	t	H	H	\pm		\Box	\pm	\pm	H	\pm	1		Ħ	\pm	H	\pm	\pm	\Box	士	\forall	士	\Box	Ⅎ⁴	ř
-		149-199			- 6	H	\prod	\prod	T	H	F	F	H	F	П	П	\mp	F	П	\perp	Ŧ	П	\dashv	Ŧ	F	П	Ŧ	П	\dashv	+	H	+	\Box	\perp	\prod	- - e	j
I - V	Welght (hs)/Heigh	it (Inches	£ X 703	- 8	廿	\Box	\pm	\pm		\pm			t	Ħ	Н	\pm	\pm	Н	\pm	\pm	Н	\exists	1		Ħ	\pm	Ħ			\Box	士	\exists	士	\Box	d_ 8	3
						H	\prod	+	+	\prod	+	1	H	H	H	H	+	+	H	+	+	H	+	+	+	H	+	H	+	+	\prod	+	\dashv	+	\prod	┦ ¯	
						ш	2	4	6	- 8	1	0	12	,	14	16	В	18	2	0	22	2	4	26	2	28	30	3	2	34	36	3	38	40	42		
																					ST																

- Per personal communication with the Committee to Reexamine IOM Prepregnancy Weight Guidelines.
 Institute of Medicine and National Research Council, Rasmussen KM, Yatkin AL, eds. Weight Gain During Pregnancy: Reexamining the Guidelines. Washington, DC: The National Academies Press: 2009.