

ID	身高	年龄	性别	测试日期/时间
251112-8 (赵嫚)	164cm	30	女性	2025.11.11. 10:05

## 人体成分分析

人体中含水总量	身体总水分	(L)	29.2 ( 28.8~35.2 )
形成肌肉的	蛋白质	(kg)	7.9 ( 7.7~9.4 )
使骨骼更强壮的	无机盐	(kg)	2.84 ( 2.66~3.25 )
储存剩余能量的	体脂肪	(kg)	15.6 ( 11.3~18.1 )
以上所述的总和	体重	(kg)	55.5 ( 48.0~65.0 )

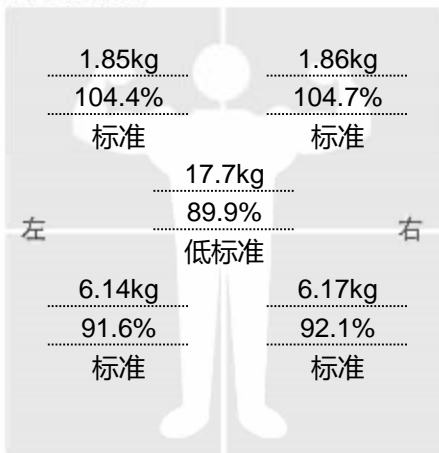
## 肌肉脂肪分析

	低标准	标准	超标准
体重 (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	55.5	
骨骼肌 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	21.7	
体脂肪 (kg)	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 260 280 300 320 340 360 380 400 420 440 460 480 500 520 %	15.6	

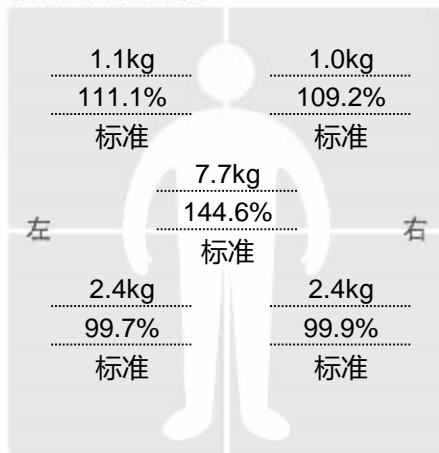
## 肥胖分析

	低标准	标准	超标准
身体质量指数 (kg/m <sup>2</sup> )	10.0 15.0 18.5 21.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	20.6	
体脂百分比 (%)	8.0 13.0 18.0 23.0 28.0 33.0 38.0 43.0 48.0 53.0 58.0	28.1	

## 肌肉均衡



## 节段脂肪分析



## 人体成分测试历史记录

体重 (kg)	55.5				
骨骼肌 (kg)	21.7				
体脂百分比 (%)	28.1				
最近	25.11.11. 10:05				

## InBody 评分

73/100 分

\* 总得分反应身体成分的评估值。  
肌肉发达的人得分可能超过100分。

## 体重控制

目标体重	56.5 kg
体重控制	+ 1.0 kg
脂肪控制	- 2.6 kg
肌肉控制	+ 3.6 kg

## 研究项目

基础代谢率	1232 kcal ( 1200~1385 )
腰臀比	0.84 ( 0.75~0.85 )
内脏脂肪等级	6 ( 1~9 )
肥胖度	98 % ( 90~110 )

## 结果解析

## 人体成分分析

体重是身体总水分、蛋白质、无机盐和体脂肪的总和。维持身体营养均衡，保持健康状态。

## 肌肉脂肪分析

比较骨骼肌含量横条和体脂肪含量横条的长度。骨骼肌含量横条比体脂肪含量横条的长度越长，身体越强壮。

## 肥胖分析

身体质量指数：是采用身高和体重来判断肥胖的指数。

体脂百分比：是体脂肪量与体重的百分比。

## 肌肉均衡分析

评估体内各个部位的肌肉含量是否足够。与理想的肌肉量相做比较。

## 节段脂肪分析

评估体内各个部位的脂肪含量是否足够。各部位脂肪量与理想状态的比较。

## 结果解析 QR 代码

扫描 QR 代码，查看结果解析的详细信息。



## 生物电阻抗

	右上肢	左上肢	躯干	右下肢	左下肢
Z44)	421.9	421.9	30.7	319.8	324.2
100) T	383.6	387.7	27.9	283.3	287.2