

| 参数 | 判断说明 | 判断标准 | | | | | | | |
|--------|-----------|---|----|-------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------|
| 体重 | 偏高/偏低 | 标准体重正负10%~ 20%为体重过重或过轻 | | | | | | | |
| | 标准 | 标准体重正负10%为正常体重 | | | | | | | |
| | 严重超标/严重不足 | 标准体重正负20%以上为肥胖或体重不足 | | | | | | | |
| BMI | 偏低 | 过轻： <18.5 | | | | | | | |
| | 标准 | 标准： 18.5~25（22是最标准） | | | | | | | |
| | 偏高 | 肥胖： 25以上。 | | | | | | | |
| 体脂肪率 | 瘦/偏瘦 | | 性别 | 偏瘦 | | 标准 | | 微胖 | 肥胖 |
| | | | 男性 | 6%以下 | 6%<=测试值<11% | 11%<=测试值<16% | 16%<=测试值<=21% | 21%<测试值<=26% | 26%以上 |
| | 标准 | | 女性 | 16%以下 | 16%<=测试值<21% | 21%<=测试值<26% | 26%<=测试值<=31% | 31%<测试值<=36% | 36%以上 |
| | 偏胖/肥胖 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 骨骼肌率 | 偏低 | 偏低： 女性<40%，男性<49% | | | | | | | |
| | 标准 | 标准： 女性40%-50%、男性49%-59% | | | | | | | |
| | 偏高 | 偏高： 女性>50%，男性>59% | | | | | | | |
| 内脏脂肪等级 | 标准 | 标准： 8以下 | | | | | | | |
| | 标准 | 标准： 8-9 | | | | | | | |
| | 偏高 | 偏高： 10—14 | | | | | | | |
| | 严重超标 | 危险： 15以上 | | | | | | | |
| 基础代谢量 | 达标/不达标 | 男性（kcal/kg/日） 年龄 代谢标准 基础代谢（kcal/日） 18-29 24 1500 30-49 22.3 1500 50-69 21.5 1350 70以上 21.5 1220 女性 年龄 代谢标准 基础代谢 18-29 23.6 1210 30-49 21.7 1170 50-69 20.7 1110 70以上 20.7 1010 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 水分 | 偏低 | 标准值： 男性占体重的55%—65% 女性占体重的45%—60%。体水分偏高不纳入不达标。 | | | | | | | |
| | 标准 | | | | | | | | |
| | 偏高 | | | | | | | | |
| | 偏低 | | | | | | | | |
| | 标准 | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-------|----|---|---------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 骨量 | 偏高 | 体重≤45kg，推定骨量1.8kg 体重45kg-60kg，推定骨量2.2kg 体重≥60kg，推定骨量2.5kg 男性： 体重≤60kg，推定骨量2.5kg 体重60kg-75kg，推定骨量2.9kg 体重≥75kg，推定骨量3.2kg | + -10%范围内为达标。小于-10%偏低，高于+10%为偏高 | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 皮下脂肪率 | 偏低 | | | | | | | | |
| | 标准 | 男性：偏瘦：<8.6% 标准：8.6~16.7.偏高：16.7~20.7.严重偏高：>20.7 女性：偏瘦：<18.5% 标准：18.5~26.7.偏高：26.7~30.8.严重偏高：>30.8 | | | | | | | |
| | 偏高 | | | | | | | | |
| 蛋白质 | | 男性标准： 16%-18% | | | | | | | |
| | | 女性标准： 14%-16% | | | | | | | |