



КОМПОЗИЦІЯ ТІЛА. ІМПЕНДАНСНИЙ МЕТОД.

Біоімпедансний аналіз складу тіла дозволяє визначити вміст жирової і м'язової маси, обсяг рідини в організмі людини. Відхилення цих показників від вікової норми враховуються при складанні індивідуальної програми життєдіяльності.

Вода в організмі:	
Жир в організмі:	
Жир ліва рука:	
Жир права рука:	
Жир ліва нога:	
Жир права нога:	
Жир тулуб:	
М'язова маса:	
М'язи ліва рука:	
М'язи права рука:	
М'язи ліва нога:	
М'язи права нога:	
М'язи тулуб:	
Вісцеральний жир:	
Костна маса:	
Метаболічний вік:	
ІМТ:	

Індекс маси тіла (показник співвідношення росту до ваги)

Дистрофія	Недостатня вага	Норма	Надмірна вага	Ожиріння	Різде ожиріння	Морбідне ожиріння
16 і менше	16,5-18,49	18,5-24,99	25-29,99	30-34,99	35-39,99	40 і більше

Рівень води в організмі

<55	54-65	65-84	85-94	>95