

Gewichtsreduktion – Stoffwechselanalyse (BIA)

Die Bioelektrische Impedanzanalyse (BIA) ist eine Methode zur Bestimmung einiger wichtiger Parameter der Zusammensetzung des menschlichen Körpers. Sie hat sich in den letzten Jahrzehnten zu einer weltweit angewandten Messmethode (vor allem in Gesundheits-, – Fitness – und Wellness - Studios) entwickelt.

Sie basiert darauf, dass über 2 Klebeelektroden dem Körper ein ganz geringer Wechselstrom zugeführt wird, der über 2 weitere Klebeelektroden ausgewertet wird. Viele arbeiten nur mit einer einzelnen Frequenz von 50 kHz und sind unter dem Begriff Sf-BIA (Single-Frequency-BIA) bekannt.

Um die Messgenauigkeit der Stoffwechselanalyse zu erhöhen werden für die BIA-Messung mit dem Global Diagnostics 17 verschiedene Frequenzen zwischen 4,5 und 100 kHz verwendet, Das Global Diagnostics – messverfahren ist somit einen MF-BIA- Gerät (Multi Frequency-BIA)

Stoffwechselanalyse – Parameter des Körpers bestimmen

Nach Eingabe der Körpergröße und Gewicht, Hüft – und Tallienumfang können folgende Parameter aus der Messung bestimmt und ausgegeben werden:

Fitness – Status

Body mass index (BMI) = Körpermassenindex

Fettmasse (Masse des Fettes im Körper)

Fettfreie Körpermasse (Masse des Körpers ohne Fett)

Körper – Zell – Masse (Masse aller Körperzellen)

Extrazelluläre Masse (Masse der Strukturen außerhalb der Zellen)

Gesamt – Körperwasser

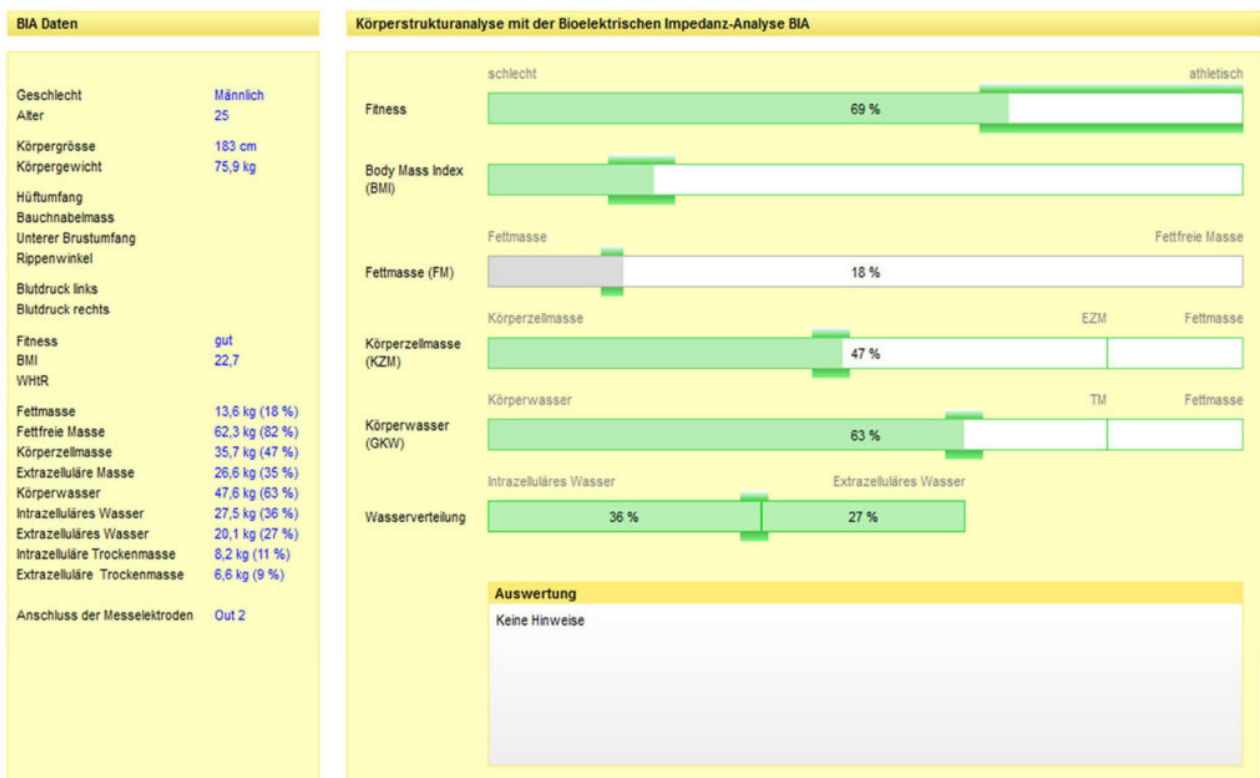
Intrazelluläres Wasser (Masse des Wassers in den Zellen)

Extrazelluläres Wasser (Masse des Wassers außerhalb der Zellen)

Intrazelluläre Trockenmasse (Masse der Zellen ohne Wasseranteil)

Extrazelluläre Trockenmasse (Masse der Strukturen außerhalb der Zellen, ohne Wasser)

Diese Parameter können bei jeder **Global Diagnostics** – Messung mit erhoben, deren Verlauf dokumentiert und verfolgt werden. So ist einen Stoffwechsel – Optimierung und Gewichtsreduktion am Besten ergänzt von wichtigen Blut – und Serum Werten mit zugehöriger Ernährung und Mikronährstoffen möglich.



Gewichtsmanagement

Grundumsatz:	1851 kcal	Ausgangsdatum	Aktuelle Messung	Ziel	Differenz zu
		26.10.2020	11.01.2021		11.01.2021
■ Körpergewicht		79,0 kg	75,9 kg	76,0 kg	0,1 kg
■ Fettmasse		19,1 kg	13,6 kg	12,2 kg	-1,4 kg
■ Körperzellmasse		34,2 kg	35,7 kg	35,1 kg	-0,6 kg
■ Gesamtkörperwasser		45,1 kg	47,6 kg	48,5 kg	0,9 kg

Stat

