

ID / Nazwa : **1 / Pawel**

Wysokość : **184,0 cm** Wiek : **38** lat(a) Płeć : **Mężczyzna** Data / Godzina : **2018-04-25 12:48:14**

F (Whole Body)

Analiza składu ciała

	Wartości	TBW Woda całkowita	SLM Masa tk. mięk. beztł.	FFM Masa beztłuszczowa	Masa ciała
TBW Woda całkowita (l)	56,4 (42,9 ~ 45,5)	56,4	71,7 (51,3 ~ 62,7)	78,3 (59,6 ~ 63,3)	117,4 (63,3 ~ 85,6)
Proteiny (kg)	15,3 (11,9 ~ 13,4)				
Minerały (kg)	6,6 (4,3 ~ 4,4)				
Tkanka tłuszczowa (kg)	39,1 (10,4 ~ 15,6)				

Analiza masy mięśniowej / tłuszczowej

[kg]

	Poniżej	Optymalnie	Powyżej
Masa ciała	65 75 85 100 115 125 135 145 155 165 175 185 (%)		117,4
SMM Masa tkanki mięśniowej	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 (%)		43,0
FM Masa tkanki tłuszczowej	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 420 470 (%)		39,1

Analiza stopnia otyłości

	Poniżej	Optymalnie	Powyżej
BMI (kg/m ²) Wskaźnik masy ciała	14,50 16,50 18,50 21,75 25,00 27,21 29,42 31,64 33,85 36,07 38,28 40,50 (kg/m ²)		34,7
PBF (%) Zawartość tkanki tłuszczowej	10,0 12,5 15,0 17,5 20,0 26,4 32,8 39,2 45,7 52,1 58,5 65,0 (%)		33,3

Analiza stopnia otyłości brzusznej

	Poniżej	Optymalnie	Powyżej
WHR Wskaźnik talia-biodra	0,75 0,90		1,00

Analiza stanu nawodnienia

	Poniżej	Optymalnie	Powyżej
ICW Woda wewnątrzkomórkowa	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 (%)		34,1
ECW Woda pozakomórkowa	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 (%)		22,3
Wskaźnik ECW	Optymalnie Graniczny Powyżej		
	0,335 0,370 0,405 0,408 0,411 0,418 0,425 0,432 0,439 0,446 0,453 0,460		0,395

Ocena ogólna

Typ sylwetki	otyłość	
Wiek biologiczny	42	lat(a)
Podstawowa przemiana materii (BMR)	1842	kcal
Całkowity wydatek energetyczny (TEE)	2837	kcal
Masa komórkowa (BCM)	52,1	kg

Przewodnik kontroli

Docelowa masa ciała	91,3	kg
Kontrola masy ciała	-26.1	kg
Kontrola masy tk. mięśniowej	+0.0	kg
Kontrola masy tk. tłuszczowej	-26.1	kg

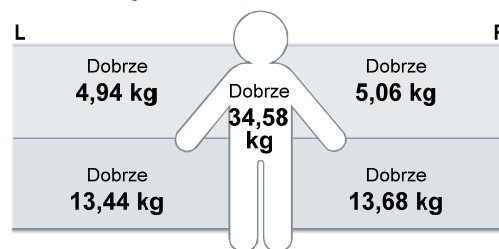
Ustawiony cel

Docelowy PBF	16	%
Przewidywana masa ciała	93.2	kg
Przewidywana masa tłuszczowa	14.9	kg
Kontrola	-24.2	kg

Oszacowanie stopnia otyłości

BMI	<input type="checkbox"/> niedowaga	<input type="checkbox"/> w normie	<input type="checkbox"/> nadwaga	<input checked="" type="checkbox"/> otyłość
PBF	<input type="checkbox"/> mało tkanki tłuszczowej	<input type="checkbox"/> w normie	<input type="checkbox"/> dużo tkanki tłuszczowej	<input checked="" type="checkbox"/> otyłość
Stopień otyłości	+57,6 (-10.0 ~ +10.0)			%
Obwód brzucha	117,8 (Mniej niż 102cm)			cm

SLM w segmentach ciała



Impedancja (374)

**

[MEMO]