

Was ist eine „BIA-Messung“?

Diese BIA-Messung kann sehr aufschlussreich sein, um herauszufinden, aus welcher Körpermasse sich Ihr Körpergewicht zusammensetzt. Im Grunde misst unser BIA-Messgerät zwei Komponenten:

- ✓ Fettfreie Masse
Dazu zählen: Organe, Sehnen, Knochen, Skelettmuskeln, Wasser usw.
- ✓ Fettmasse

Mit sanften elektronischen Impulsen in nur 30 Sekunden wird ermittelt, welche Masse sich hinter ihrem Gewicht verbirgt. Daraus können vielzählige Messgrößen errechnet werden, welche auf Ihren Ernährungszustand rückschließen lassen. Diese Information helfen Ihrer behandelten Diätologin weiter, sinnvolle Maßnahmen daraus abzuleiten und so ganz persönliche Ernährungsziele für sie zu definieren.

Achtung! Sie dürfen diese Messung nur durchführen, wenn folgende Aussagen voll und ganz auf Sie zutreffen:

- ✓ Ich besitze keine elektronischen Implantate, wie z.B.: Herzschrittmacher, Defibrillatoren etc.
- ✓ Ich bin nicht an einem elektronischen Medizingerät angeschlossen, wie z.B.: EKG, Zuckermess-Sensor, Insulinpumpe etc.
- ✓ Ich bin nicht schwanger.

Bitte nehmen Sie außerdem zur Kenntnis, dass Sie vor der BIA-Messung folgende Anwendungshinweise einhalten müssen:

- ✓ **Ich komme immer mit den gleichen Voraussetzungen zur Messung!**
Eine regelmäßige Nahrungs- sowie Flüssigkeitszufuhr sollte immer berücksichtigt werden. Anderwärtig kann es die Messergebnisse verändern.
- ✓ **Ich esse nichts unmittelbar vor der Messung!**
Günstig wäre ein Abstand von 2 - 3 Stunden zwischen Messung und Mahlzeit.
- ✓ **Ich trinke nicht unmittelbar vor der Messung!**
Schluckweise darf Flüssigkeit zugeführt werden.
- ✓ **Ich trinke am Tag vor der Messung KEINEN Alkohol!**
- ✓ **Ich gehe vor der Messung noch einmal auf die Toilette!**
Eine volle Blase beeinflusst die Messergebnisse negativ.
- ✓ **Ich sollte unmittelbar vor der Messung keinen Sport machen!**
Etwa 2 bis 3 Stunden vor der Messung sollte kein übermäßiger Sport betrieben werden.
- ✓ **Ich benutze vor der Messung keine Hautcreme!**
- ✓ **Ich ziehe keine Strumpfhose zur Messung an!**