



Vergleichs-Report

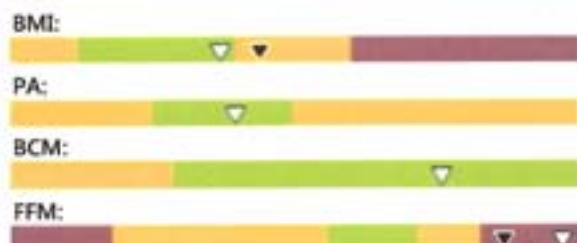


Personendaten

Name	Monika	Geschlecht	F	Alter	35
Nachname	Musterfrau	Geburtsdatum	26.08.1978		

Test-Daten

Messung	26.08.2013	Messung	25.06.2013	Differenz (%)	
Größe:	170,0 cm	Gewicht:	70,0 kg	Größe: 170,0 cm Gewicht: 75,0 kg	
BMI:	24,2 kg/m²		26,0 kg/m²		
PA:	5,6 ° ()		5,6 ° ()		
BMR:	1677,9 kcal		1691,9 kcal		
BCM:	32,0 kg 52 % FFM		32,5 kg 52 % FFM		
FFM:	62,1 kg (89 % Gewicht)		63,0 kg (84 % Gewicht)	+ 5 %	
FM:	7,9 kg (11 % Gewicht)		12,0 kg (16 % Gewicht)	- 5 %	
TBW:	45,4 L (65 % Gewicht)		46,1 L (61 % Gewicht)	- 4 %	
ECW:	21,7 L 48 % TBW		22,0 L 48 % TBW		



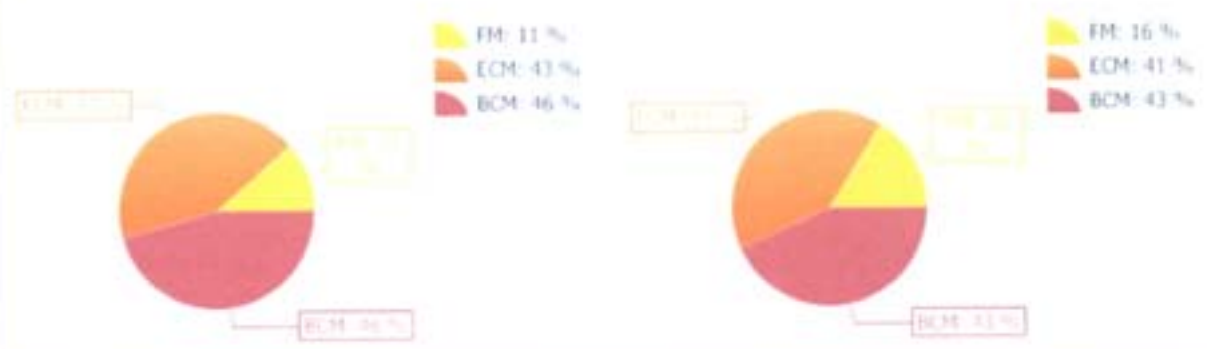
Kommentare:

Drei-Kompartiment-Modell

Das 3 Kompartiment-Modell, bestehend aus Zellmasse BCM, Fettmasse FM und Extrazellulärer Masse ECM, erlaubt eine qualitative Analyse der Körperzusammensetzung. Es zeigt dynamisch verlaufende Veränderungen in den wichtigen Kompartimenten auf, sowohl im Vergleich mit vorherigen Untersuchungen als auch zu Sollwerten. Die Körperzellmasse BCM bestimmt maßgeblich den Kalorienverbrauch eines Körpers in Ruhe und ermöglicht grundlegende Aussagen über den Ernährungszustand und die Fitness eines Körpers. Erhöhte Fettmasse (FM) stellt einen wesentlichen Risikofaktor dar und kann zu einer Vielzahl zivilisatorischer Erkrankungen führen. Die ECM besteht aus den Körperflüssigkeiten, wie dem extrazellulärem Wasser und dem Blutplasma sowie den festen Bestandteilen in Hornhaut, Knochen, Sehnen, Kollagen, Elastin etc. Expression : Körpergewicht = BCM + ECM + FM

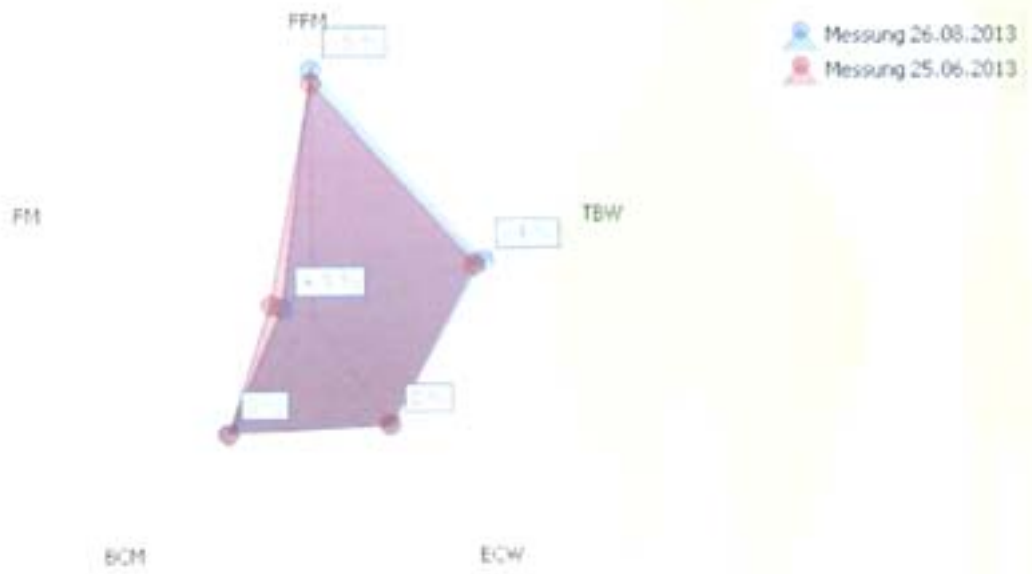
26.08.2013

25.06.2013



Radardiagramm

Das Radardiagramm visualisiert die fünf Körperkompartimente (Fettfreie Masse FFM, Gesamtkörperwasser TBW, Extrazelluläres Wasser ECW, Zellmasse BCM, Fettmasse FM) im Vergleich mit Sollwerten. Jedes Kompartiment wird durch eine Achse dargestellt. Für alle Achsen gilt die gleiche Orientierung: vom Zentrum nach außen. Istwerte werden mit der Farbe Orange, Sollwerte mit der Farbe Blau dargestellt. Folglich bemisst eine größere/kleinere orange Fläche die Abweichung vom Sollbereich.



Glossario

Körpermassen-Index (BMI)

Der BMI (Körpergewicht/Körpergröße²) dient als einfacher Indikator für Untergewicht (BMI kleiner als 18,5), Normalgewicht (BMI 18,5-25), leichtes Übergewicht (BMI grösser als 25) oder medizinisch relevantes Übergewicht (BMI grösser als 30). Der BMI berücksichtigt jedoch nicht unterschiedliche Konstitutionstypen oder Muskelaufbau und kann deshalb zu Fehleinschätzungen führen.

Phasenwinkel (PA)

PA, das Verhältnis aus Resistanz und Reaktanz, ist ein wichtiger Indikator für Zellmasse und Zellfunktion. Hohe PAs finden sich bei Athleten und Bodybuildern, während niedrige PAs mit Morbidität und Mortalität assoziiert sind. Der Zielwert des PA sollte bei Frauen mind. 5°, bei Männern mind. 6° betragen.

Grundumsatz (BMR)

Unter Grundumsatz (BMR, Basal Metabolic Rate) versteht man jene Energiemenge, die ein Körper im Ruhezustand für lebenswichtige Stoffwechselfunktionen wie Atmung, Blutkreislauf, Verdauung, Aktivität des Nervensystems usw. verbraucht.

Körperzellmasse (BCM)

BCM (Body Cell Mass) stellt das Kompartiment der am Energieaustausch beteiligten Zellen dar. Für die körperlichen Funktionen ist die BCM von entscheidender Bedeutung und ein wichtiger Indikator für körperliche Verfassung und Fitness.

Fettfreie Masse (FFM)

FFM, abhängig von Resistanz und Körpergröße, umfasst alle Körpermasseanteile, insbesondere die Zellmasse und die extrazelluläre Masse, jedoch nicht die Fettmasse. Nachdem eine konstante Hydratierung angenommen wird, kann die ausgegebene FFM bei Veränderungen im Wasserhaushalt, z.B. bei Wasserretention, vom tatsächlichen Wert abweichen.

Fettmasse (FM)

Die FM wird aus der Differenz zwischen Körpergewicht und Fettfreier Masse (FFM) gebildet. Sie kann von der BIA nicht direkt gemessen werden, da sich Fett als Isolator elektrisch neutral verhält. FM besteht vorwiegend aus Depotfett, das sich um die inneren Organe legt, und aus subkutanem Fett.

Gesamtkörperwasser(TBW)

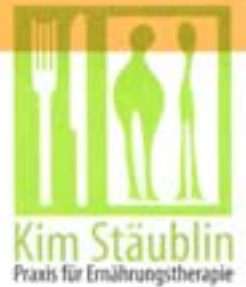
TBW (Total Body Water) umfasst alle Körperflüssigkeiten, insbesondere Zellflüssigkeit, extrazelluläres Wasser und Blutplasma, nicht jedoch transzelluläre Flüssigkeiten, die sich in Körperhöhlen und Blasen befinden. TBW wird üblicherweise in Prozent des Gewichts ausgedrückt.

Extrazelluläres Wasser (ECW)

ECW (Extra Cellular Water) umfasst alle außerhalb der Zelle befindlichen Flüssigkeiten, wie interstitielle Gewebeflüssigkeit, Blutplasma, Lymph- und Spinalflüssigkeit. ECW wird in Prozent von TBW angegeben.



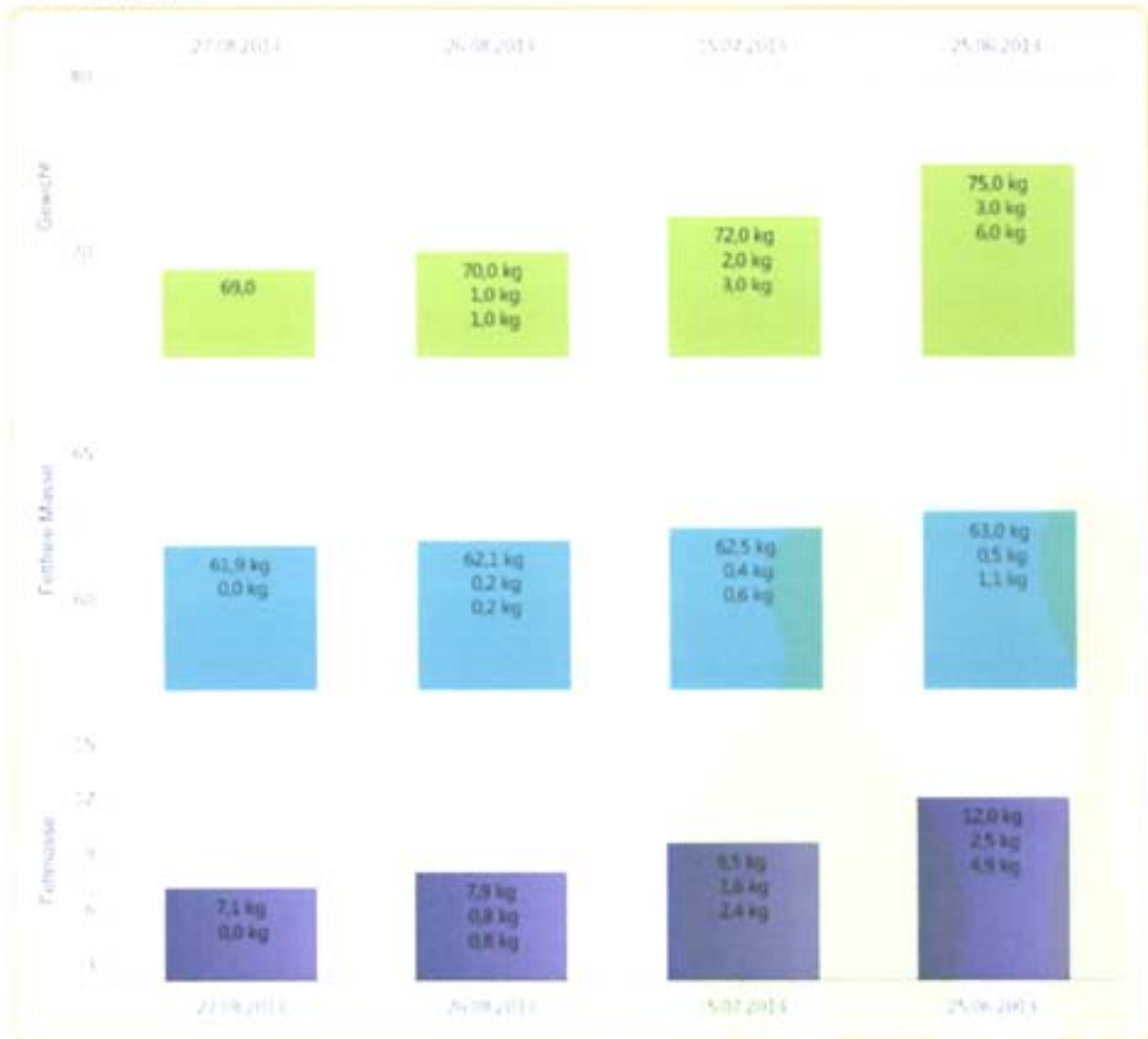
Trendverlauf



Personendaten

Name	Name	Geschlecht	F	Alter	35
Nachname	Musterfrau	Geburtsdatum	26.08.1978		

Trendverlauf



Die Balken-Grafik zeigt die ermittelten Werte für Gewicht, Fettfreie Masse (FFM) und Fettmasse (FM) im Verlauf. Zusätzlich zum aktuellen Wert wird die Differenz zur vorherigen Untersuchung und zur ersten Untersuchung angegeben.