

Kennen Sie Ihre Körperzusammensetzung?

Cardioscan Bodyscan macht's möglich!

Jeder gesunde Mensch besitzt 656 Muskeln, die beim Mann etwa 40 %, bei der Frau etwa 23 % der Gesamtkörpermasse ausmachen. Das menschliche Skelett besteht aus etwa 206 Knochen, deren Gesamtgewicht etwa 10 kg beträgt. Neben Sauerstoff und Licht ist das Wasser für den Menschen die wohl kostbarste Lebensgrundlage, denn Wasser macht etwa 50–80% des Gesamtgewichts des Körpers aus.

Wie und was wird gemessen?

Die Messung der Körperzusammensetzung erfolgt mittels Bio-Impedanz-Analyse, der von Wissenschaftlern weltweit anerkannten Messmethode zur Ermittlung der Körperzusammensetzung, und zeigt die Verteilung von Körperfett, fettfreier Masse, Körperwasser und Muskelmasse. Diese Parameter werden in einem Ampeldiagramm bewertet und den medizinischen Optimalwerten gegenübergestellt. Die Ergebnisse stehen bereits nach 10 Sekunden zur Verfügung.

Wie fit sind meine Zellen?

Nach der Messung wissen Sie nicht nur, wie ihr Körper zusammengesetzt ist, sondern auch, wie fit Ihre Zellen sind. Der Trainingszustand der Zellen ist ein direktes elektrotechnisches Messergebnis einer Widerstandsmessung des Körpers.

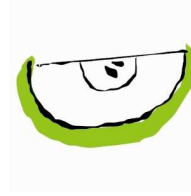
Gewicht ist nicht gleich Gewicht. Die einfache Badezimmerwaage unterscheidet nicht, ob das Gewicht durch Muskulatur oder Fettgewebe zustande kommt.

Was bedeuten die Werte für mich? – Bewertung von...

- Stabilität des Bewegungsapparats,
- Fettreserven und überschüssiger Bauch-Fettmasse,
- stoffwechselaktiver und –passiver Zellschubstanz als Grundlage für den Energieumsatz,
- Körperwasser

Wo macht eine BIA-Messung Sinn? – die BIA-Messung...

- Zeigt die Veränderung der Körperzusammensetzung im Verlauf der Ernährungsumstellung
- Unterscheidet Fettabbau von reinen Wasserverlusten
- Hilft bei Essstörungen und Adipositas ein Gefühl für die Zusammensetzung des eigenen Körpers zu bekommen
- Erkennt rechtzeitig katabole Prozesse bei Tumorpatienten und hilft so, Lebenskraft zu bewahren
- Erkennt Körperwasseränderungen bei chronischen Darmerkrankungen oder Nierenerkrankungen
- Misst den Muskelzellaufbau im Trainingsverlauf bei Freizeit- und Leistungssportlern



Wie läuft die Messung ab?

Planen Sie für Ihren Termin ca. 30 Minuten ein. Nach einem kurzen Anamnesegespräch wird über vier Elektroden an Hand und Fuß innerhalb von zehn Sekunden der elektrische Widerstand gemessen. Von der Messung spüren Sie nichts.

Die Messergebnisse werden im Anschluss bewertet und als übersichtliches Diagramm ausgedruckt. Sie bekommen individuell angepasste Empfehlungen zur Optimierung.

Zur Erfolgskontrolle bei Ernährungsumstellung, Gewichtsveränderung oder körperlichem Training ist eine Wiederholung der Messung nach anfänglich vier, später jeweils sechs bis acht Wochen sinnvoll.

Die Messung im Verlauf sollte optimal immer unter folgenden Bedingungen ablaufen:

- Ca. zwei bis drei Stunden vorher nicht essen und nicht mehr als ca. 1 Liter trinken
- Hände und Füße am Messtag nicht eincremen (Haftung der Elektroden)
- Vor der Messung Blase entleeren
- Kein Sport oder Saunagänge unmittelbar vor der Messung
- Im Idealfall sollten die Messungen immer zur gleichen Tageszeit durchgeführt werden (z.B. immer nachmittags 15 Uhr).
- Bei Erkrankungen mit erhöhter Körpertemperatur kommt es zu verfälschten Messergebnissen.
- Bitte beachten Sie, dass Personen mit Herzschrittmacher keine BIA machen können.

Was kostet die BIA-Messung inklusive Auswertung?

Einzelmessung	35,- €
Paket drei Messungen (Verlaufskontrolle, 2 Monate)	90,- €
Paket fünf Messungen (Verlaufskontrolle, 5 Monate)	150,- €
Paket zehn Messungen (Verlaufskontrolle, 1 Jahr)	280,- €

|