

## Die wichtigsten Anwendungsgebiete der BIA

### Ernährungsberatung:

BIA zeigt zuverlässig die Auswirkung der Ernährungsumstellung auf die Körperzusammensetzung.

### Diätverläufe:

BIA unterscheidet Fettabbau von bloßen Wasserverlusten.

### Diabetes:

BIA dokumentiert die Auswirkung von Ernährungsfehlern.

### Adipositas und Essstörungen:

BIA hilft, die eigene Körperzusammensetzung bewusst zu machen.

### Tumordiagnostik:

Katabole Prozesse können frühzeitig erkannt werden, oft bevor die Waage einen Gewichtsverlust anzeigt.

### Nierenerkrankungen und Dialyse:

BIA erkennt extrazelluläre Überwässerung oder schleichende Zellverluste.

### Darmerkrankungen (z.B. Morbus Crohn):

BIA erkennt Körperwasserverluste durch Diarrhoen und hilft bei der Diagnose der Malnutrition.

### HIV-assoziiertes Wasting oder Lipodystrophie:

die BIA ermöglicht die frühzeitige Erfassung kataboler Prozesse.

### Rehabilitation und Sport:

BIA misst den Zellaufbau und dokumentiert Trainingsverläufe.

## Die BIA-Messung (Bioelektrische Impedanzanalyse)



### Kennen Sie Ihre Körperzusammensetzung?

Es gibt zahlreiche Beweise dafür, dass die übermäßige Speicherung von Fett nachteilige Auswirkungen auf Gesundheit und Lebenserwartung hat. Übergewicht wird heute in einen klaren Zusammenhang mit Herzkrankheiten, Schlaganfall, Hypertonie (hoher Blutdruck), überhöhten Cholesterinwerten, Diabetes und anderen medizinischen Problemen gebracht. Bei Übergewicht dominieren in der Körperzusammensetzung der Fettanteil und das Wasser, genau diese Komponenten müssen reduziert werden.

Mittels einer BIA-Messung kann die genaue Körperzusammensetzung analysiert und über den Zeitraum der Gewichtsreduktion kontrolliert werden. Gesundes Abnehmen bedeutet Fettreduktion bei Erhalt der Muskelmasse.

### Stimmt das Verhältnis von Muskelmasse zu Fettmasse?

### Ist der Körper ausreichend mit Wasser versorgt?

### Reduziert sich das Fett und bleibt die Muskelmasse dabei konstant?

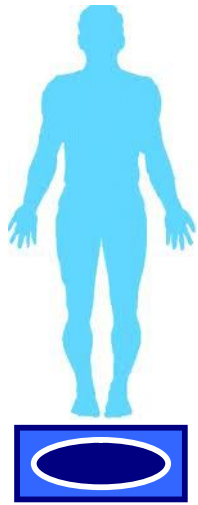
## Die Messung

Vor der Messung muss der Körper im Liegen zunächst ca. 10 Minuten zur Ruhe kommen. Um ein vollständiges Bild über die Körperzusammensetzung zu erhalten, wird dann über Klebeelektroden, die auf der rechten Körperseite an Hand und Fußrücken angebracht worden sind, ein schwacher, ungefährlicher Strom durch den Körper geleitet.

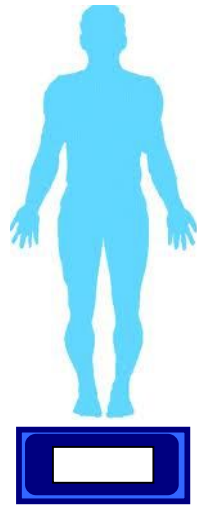
Das in der Magermasse enthaltene Wasser mit seinen Salzen transportiert diesen nicht spürbaren Strom hervorragend. Körperfett hingegen leistet großen Widerstand. Aus diesen Widerständen und den in den Computer eingegeben Daten über Körpergröße, Gewicht, Alter und Geschlecht wird nach modernen Formeln die Körperzusammensetzung berechnet.

Um vergleichbare Daten zu bekommen, sollten die Messungen möglichst immer zur gleichen Tageszeit vorgenommen werden. Gut zwei Stunden zuvor sollte keine Nahrung mehr verzehrt werden.





Waage



Fettwaage



### Herkömmliche Messmethoden

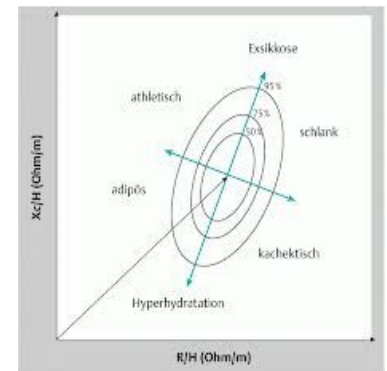
Sind oft unzuverlässig und liefern nur selten aussagekräftige Ergebnisse.

Neben der unvorteilhaften Körperlage kann auch die Messung von Fuß zu Fuß kaum vorteilhafte Ergebnisse liefern.

Zwar kann das Gewicht genau, aber das körpereigene Fett und die Magermasse nur sehr ungenau bestimmt werden. Wichtige Faktoren, wie die aktive Körperzellmasse und extrazelluläres Wasser fehlen komplett.

### Aussagekräftige BIA-Ergebnisse:

- Messungen im Liegen nach 10 Minuten Ruhe
- Professionelle Geräte und anerkannte Berechnungsmethoden



### BIA-Mehrphasengerät



### BIA-Messung mit Interpretation der Messergebnisse

Messung der Körperzusammensetzung mit medizinischem Messgerät (phasensensitiver Mehrfrequenz Bioelektrischer Impedanzanalyzer), Interpretation der Messergebnisse mit anschließender Beratung zum Ernährungsstatus.

€ 85,-