

BIA-Computercheck Vorbereitung

Damit Ihre Messergebnisse immer optimal auswertbar sind, bitte ich Sie, folgende Punkte genau einzuhalten:

- **Essen Sie nicht unmittelbar vor der Messung!**
Günstig wäre ein Abstand von 3 Stunden zwischen Mahlzeit und Messung.
- **Trinken Sie nicht unmittelbar vor der Messung!**
Günstig wäre ein Abstand von 1 Stunde zwischen Flüssigkeitsaufnahme und Messung.
- **Kommen Sie möglichst immer mit gleichen Voraussetzungen!**
Die Essens- und Flüssigkeitsaufnahme sollte bei Verlaufsmessungen immer die gleiche sein. Unterschiede im Mahlzeiten- und Flüssigkeitsrhythmus können die Messergebnisse verändern.
- **Kommen Sie mit einer leeren Blase!**
Eine volle Blase beeinträchtigt das Messergebnis negativ.
- **Kein Sport unmittelbar vor der Messung!**
Etwa 2 – 3 Stunden vor der Messung sollte keine übermäßige sportliche Betätigung stattgefunden haben.
- **Bitte verwenden Sie vor der Messung keine Hautcreme!**
Cremen und Lotionen können das Messergebnis verfälschen.
- **Bitte ziehen Sie bei Ihrem Termin keine Strumpfhose an.**
Für die Durchführung der Messung benötigen Sie freie Fußrücken.

Ich freue mich auf Sie!

Jennifer Kellner, BSc
Diätologin



Bei Herzschrittmacher oder
Defibrillator wird eine BIA-Messung
nicht empfohlen!