

PRZYGOTOWANIE DO BADANIA

„Analiza składu ciała”

Jak przygotować się do badania analizy składu ciała?

1. Unikaj pomiarów po intensywnym wysiłku fizycznym - w przeciwnym wypadku wyniki pomiarów mogą być błędne. Pomiary powinny być wykonywane po odpoczynku.
2. Unikaj pomiarów po dużym posiłku, spożyciu dużej ilości napojów bądź mając odwodniony organizm - może to spowodować błędy w pomiarach.
3. Unikaj pomiarów tuż po obudzeniu.
4. Pomiary powinny być wykonywane zawsze o tej samej porze dnia, przynajmniej trzy godziny po posiłku - poziom wody w organizmie ma duży wpływ na wynik pomiarów. Należy wykonywać je o tej samej porze dnia, w tych samych warunkach i w tej samej pozycji.
5. Nie wykonuj pomiarów w trakcie używania urządzeń transmisyjnych jak np. telefon komórkowy, które mogą mieć wpływ na wynik pomiaru.
6. Upewnij się, że Twoje stopy nie są zabrudzone, co może spowodować opór dla słabe wiązki prądu.

Przeciwwskazania do wykonania analizy składu ciała:

PRZECIWSKAZANIA

- Wbudowane rozruszniki serca bądź inne implanty - ze względu na wysyłanie przez urządzenie słabego sygnału elektrycznego, który może zakłócić pracę medycznych urządzeń elektrycznych, co może doprowadzić do poważnych uszkodzeń.
- Osoby uczulone na metale - alergiczne reakcje mogą zostać spowodowane przez stal nierdzewną wykorzystaną w elektrodach urządzenia.
- Cięża.

