

Interpretace výsledků měření přístroje Jawon IOI 353 Professional

DATE 08. 06. 08 TIME 16 : 25 : 11 GENDER Female AGE 49 yrs HEIGHT 155.4 cm	Body Type <table border="1"> <tr> <td>Thin fat</td> <td>Over fat%</td> <td>Obese</td> </tr> <tr> <td>Low weight</td> <td>Standard</td> <td>Over weight/muscular</td> </tr> <tr> <td>Low fat/lowweight</td> <td>Low fat/muscular</td> <td>Athletic</td> </tr> </table>	Thin fat	Over fat%	Obese	Low weight	Standard	Over weight/muscular	Low fat/lowweight	Low fat/muscular	Athletic	<table border="1"> <thead> <tr> <th>ITEM</th> <th>RESULT</th> <th>OPTIMAL RANGE</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>WEIGHT</td> <td>69.0 kg</td> <td>(47.8 ~ 58.4)</td> </tr> <tr> <td>L.B.M.</td> <td>43.8 kg</td> <td>(37.2 ~ 42.5)</td> </tr> <tr> <td>M.B.F.</td> <td>25.2 kg</td> <td>(10.6 ~ 15.9)</td> </tr> <tr> <td>S.L.M.</td> <td>40.3 kg</td> <td>(34.2 ~ 39.3)</td> </tr> <tr> <td>MINERAL</td> <td>3.5 kg</td> <td>(2.9 ~ 3.1)</td> </tr> </tbody> </table> <small>Mineral is conservative estimate.</small>	ITEM	RESULT	OPTIMAL RANGE	WEIGHT	69.0 kg	(47.8 ~ 58.4)	L.B.M.	43.8 kg	(37.2 ~ 42.5)	M.B.F.	25.2 kg	(10.6 ~ 15.9)	S.L.M.	40.3 kg	(34.2 ~ 39.3)	MINERAL	3.5 kg	(2.9 ~ 3.1)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>ITEM</th> <th>RESULT</th> <th>OPTIMAL RANGE</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>PROTEIN</td> <td>8.8 kg</td> <td>(7.4 ~ 8.5)</td> </tr> <tr> <td>T.B.W.</td> <td>31.5 kg</td> <td>(26.7 ~ 30.6)</td> </tr> <tr> <td>P.B.F.</td> <td>36.5 %</td> <td>(20.0 ~ 30.0)</td> </tr> <tr> <td>B.M.I.</td> <td>28.6 kg/m²</td> <td>(18.5 ~ 25.0)</td> </tr> <tr> <td>FATNESS</td> <td>+29.9 %</td> <td>(-10.0 ~ +10.0)</td> </tr> </tbody> </table> <small>Abdominal Analysis may be decreased in case of diabetes.</small>	ITEM	RESULT	OPTIMAL RANGE	PROTEIN	8.8 kg	(7.4 ~ 8.5)	T.B.W.	31.5 kg	(26.7 ~ 30.6)	P.B.F.	36.5 %	(20.0 ~ 30.0)	B.M.I.	28.6 kg/m ²	(18.5 ~ 25.0)	FATNESS	+29.9 %	(-10.0 ~ +10.0)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>ITEM</th> <th>RESULT</th> <th>OPTIMAL RANGE</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Level</td> <td>13 step</td> <td>(1 ~ 8 step)</td> </tr> <tr> <td>V.F.A.</td> <td>110 cm²</td> <td>(40 ~ 80)</td> </tr> <tr> <td>A.C.</td> <td>92.0 cm</td> <td>(Less than 88cm)</td> </tr> <tr> <td>W.H.R.</td> <td>0.90</td> <td>(0.70 ~ 0.85)</td> </tr> <tr> <td>STD.WT.</td> <td colspan="2">53.1 kg</td> </tr> </tbody> </table> <small>AC : Abdominal Circumference AC is an estimated value in case of measure the navel circumference.</small>	ITEM	RESULT	OPTIMAL RANGE	Level	13 step	(1 ~ 8 step)	V.F.A.	110 cm ²	(40 ~ 80)	A.C.	92.0 cm	(Less than 88cm)	W.H.R.	0.90	(0.70 ~ 0.85)	STD.WT.	53.1 kg	
Thin fat	Over fat%	Obese																																																																	
Low weight	Standard	Over weight/muscular																																																																	
Low fat/lowweight	Low fat/muscular	Athletic																																																																	
ITEM	RESULT	OPTIMAL RANGE																																																																	
WEIGHT	69.0 kg	(47.8 ~ 58.4)																																																																	
L.B.M.	43.8 kg	(37.2 ~ 42.5)																																																																	
M.B.F.	25.2 kg	(10.6 ~ 15.9)																																																																	
S.L.M.	40.3 kg	(34.2 ~ 39.3)																																																																	
MINERAL	3.5 kg	(2.9 ~ 3.1)																																																																	
ITEM	RESULT	OPTIMAL RANGE																																																																	
PROTEIN	8.8 kg	(7.4 ~ 8.5)																																																																	
T.B.W.	31.5 kg	(26.7 ~ 30.6)																																																																	
P.B.F.	36.5 %	(20.0 ~ 30.0)																																																																	
B.M.I.	28.6 kg/m ²	(18.5 ~ 25.0)																																																																	
FATNESS	+29.9 %	(-10.0 ~ +10.0)																																																																	
ITEM	RESULT	OPTIMAL RANGE																																																																	
Level	13 step	(1 ~ 8 step)																																																																	
V.F.A.	110 cm ²	(40 ~ 80)																																																																	
A.C.	92.0 cm	(Less than 88cm)																																																																	
W.H.R.	0.90	(0.70 ~ 0.85)																																																																	
STD.WT.	53.1 kg																																																																		

DATE: Datum
GENDER: Pohlaví
HEIGHT: Výška
TIME: Čas
AGE: Věk

Tělesný Typ



Weight: celková hmotnost [kg]
L.B.M.: hmotnost beztukové tkáně [kg]
M.B.F.: hmotnost tělesného tuku [kg]
S.L.M.: hmotnost svalové tkáně [kg]
Mineral: hmotnost elektrolytů, kostí [kg]
Optimal range: optimální rozmezí

PROTEIN: Bílkoviny (proteiny) [kg]
T.B.W.: Celková tělesná voda [kg]
P.B.F.: Procento tělesného tuku [kg]
B.M.I.: Index tělesné hmotnosti [kg]
FATNESS: poměr aktuální tělesné hmotnosti ke standardní [%]

Level: Poměr mezi viscerálním a podkožním tukem
V.F.A.: Plocha viscerálního tuku [cm²]
A.C.: Obvod pasu (abdominal circumference)
 (malé riziko: muži < 102 cm; ženy < 88 cm)
W.H.R.: Poměr pas/boky (waist to hip ratio)
 (malé riziko viscerální obezity: muži < 0,90; ženy < 0,85)

Složení těla

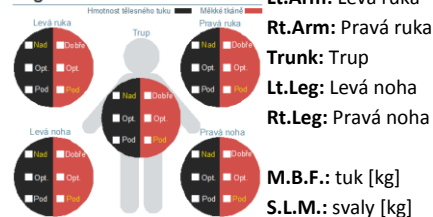
Hmotnost	Std.hm.	[kg]
Weight	Standard weight	
L.B.M.		Těl.tuk
Lean body mass		Mass of body fat
S.L.M.	Minerály	Těl.tuk
Soft lean mass	Mineral	Mass of body fat
T.B.W.	Proteiny	Minerály
Total body water	Protein	Mineral
		Těl.tuk
		Mass of body fat

Level	Typ tuku
1-4	podkožní tuk
5-8	podkožní a viscerální tuk jsou v rovnováze
9-10	hraniční úroveň
11-15	viscerální tloušťka typu I
16-20	viscerální tloušťka typu II

Segmental Assessment 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>M.B.F.</th> <th>S.L.M.</th> <th>[kg]</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Lt.Arm</td> <td>1.83</td> <td>2.58</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Rt.Arm</td> <td>1.69</td> <td>2.60</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Trunk</td> <td>13.76</td> <td>20.20</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Lt.Leg</td> <td>4.10</td> <td>7.45</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Rt.Leg</td> <td>3.82</td> <td>7.47</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		M.B.F.	S.L.M.	[kg]	Lt.Arm	1.83	2.58		Rt.Arm	1.69	2.60		Trunk	13.76	20.20		Lt.Leg	4.10	7.45		Rt.Leg	3.82	7.47		Control Guide <table border="1"> <thead> <tr> <th>Measured data</th> <th>Control</th> <th>Goal to control</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Weight</td> <td>69.0 kg +15.9</td> <td>Target to control +11.9 kg</td> </tr> <tr> <td>Body Fat</td> <td>25.2 kg +11.9</td> <td>Control/week 0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>S.L.M.</td> <td>40.3 kg +3.6</td> <td>Duration of control 24 week</td> </tr> <tr> <td>B.M.R.</td> <td>1248 kcal</td> <td>T.E.E. 1922 kcal</td> </tr> <tr> <td>A.M.B.</td> <td>53 yrs Impedance 445 Ω</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Measured data	Control	Goal to control	Weight	69.0 kg +15.9	Target to control +11.9 kg	Body Fat	25.2 kg +11.9	Control/week 0.5 kg	S.L.M.	40.3 kg +3.6	Duration of control 24 week	B.M.R.	1248 kcal	T.E.E. 1922 kcal	A.M.B.	53 yrs Impedance 445 Ω		You need to control 550 kcal from T.E.E. 1922 kcal. <table border="1"> <tr> <td>By diet 220kcal</td> <td>Diet prescription calorie 1702kcal</td> </tr> <tr> <td>By exercise 330kcal</td> <td>Exercise prescription calorie 330kcal</td> </tr> </table>	By diet 220kcal	Diet prescription calorie 1702kcal	By exercise 330kcal	Exercise prescription calorie 330kcal
	M.B.F.	S.L.M.	[kg]																																														
Lt.Arm	1.83	2.58																																															
Rt.Arm	1.69	2.60																																															
Trunk	13.76	20.20																																															
Lt.Leg	4.10	7.45																																															
Rt.Leg	3.82	7.47																																															
Measured data	Control	Goal to control																																															
Weight	69.0 kg +15.9	Target to control +11.9 kg																																															
Body Fat	25.2 kg +11.9	Control/week 0.5 kg																																															
S.L.M.	40.3 kg +3.6	Duration of control 24 week																																															
B.M.R.	1248 kcal	T.E.E. 1922 kcal																																															
A.M.B.	53 yrs Impedance 445 Ω																																																
By diet 220kcal	Diet prescription calorie 1702kcal																																																
By exercise 330kcal	Exercise prescription calorie 330kcal																																																

Pohlaví	Optimum VFA (visceral fat area)	Viscerální obezita
Muž	50-100 cm ²	> 100 cm ²
Žena	40-80 cm ²	> 80 cm ²

Segmentové hodnocení



Lt.Arm: Levá ruka
Rt.Arm: Pravá ruka
Trunk: Trup
Lt.Leg: Levá noha
Rt.Leg: Pravá noha
M.B.F.: tuk [kg]
S.L.M.: svaly [kg]

Target to control: označuje hmotnost tukové tkáně, o kterou se měřená osoba liší od standardní hmotnosti (BMI 22). Kladné znaménko udává vyšší hmotnost tuku, záporné znaménko nižší obsah tuku.
Control/week: udává optimální rychlost hubnutí tukové tkáně 0,5 kg/týden.
Duration to control: Doba trvání hubnutí k cíli (k množství tukové tkáně osoby s BMI 22).

B.M.R.: Hodnota bazálního metabolismu. Jedná se o výdej energie, kterou tělo spotřebuje každý den k udržení základních životních funkcí. Příjem energie potravou by neměl dlouhodobě být nižší, než je hodnota B.M.R..

T.E.E.: Odhad celkového energetického výdeje klienta se středně náročnou pohybovou aktivitou. Jedná se pouze o **orientační údaj**. Přesnější hodnotu celkového energetického výdeje doporučujeme vypočítat pomocí jiných metod, jako jsou zápis a následné zhodnocení pohybové aktivity pomocí vhodného programu, například FitLine.

A.M.B. Odhad biologického věku dle stavby těla. Přístroj na základě Vašich zadaných údajů a skutečně naměřených hodnot impedance vypočítá Váš biologický věk. Sportující lidé mají větší množství svalové hmoty a méně tukové tkáně než standardní populace, proto je jejich biologický věk nižší než věk kalendářní. Naopak u populace s nízkou pohybovou aktivitou, tedy i nižší hmotností svalové hmoty a vyšší hmotností tukové tkáně, je indikován biologický věk vyšší než ten kalendářní. Tento údaj může sloužit k motivaci klienta.



Změřili jste se na přístroji **Jawon Medical Co., Ltd.** Tyto přístroje splňují nejvyšší nároky na analýzu kompozice těla a jsou proto v Evropské unii registrovány jako lékařské přístroje. Za správnost interpretace výsledků ručí odborný garant doc. RNDr. Vlastimil Dohnal, Ph.D. et Ph.D. z Univerzity Hradec Králové. Přejeme Vám hezký den.

Více o přístrojích naleznete na stránkách www.corazonplus.cz, www.nutriacademy.cz a www.e-bonanza.cz.