

BIA-Messung – Zu beachten vor der Messung

Damit die Messresultate möglichst aussagekräftig sind bitten wir Sie, sich die folgenden Punkte gut durchzulesen.

Die BIA Messung sollte idealerweise morgens im nüchternen Zustand (bei stabilem Kreislauf) oder 2-3 Stunden nach der letzten grösseren Mahlzeit erfolgen. Zudem sollten Sie zum Zeitpunkt der Messung erholt sein.

Allgemeine Informationen

- Die Messung erfolgt barfuss mit Kleidern. Wir bitten Sie, kurze Strümpfe/ Socken zu tragen, welche Sie gut ausziehen können.
- Handcrème/Fusscrème beeinflusst die Leitfähigkeit. Wir bitten Sie, vor der Messung auf diese Produkte zu verzichten.

Um die Messresultate vergleichen zu können, können Sie folgendes beachten:

- Vereinbaren Sie einen Termin in nüchternem Zustand oder 2-3 Stunden nach einer grösseren Mahlzeit.
- Erscheinen Sie entspannt und erholt. Stress und Müdigkeit können das Resultat verfälschen.
- Intensiver Sport in den letzten 24 Stunden beeinflusst das Resultat
- Ein Saunabesuch in den letzten 24 Stunden beeinflusst das Resultat
- Alkoholkonsum in den letzten 24 Stunden beeinflusst das Resultat